

Kontakt fizyczny w spektrum autyzmu

„Maszyna do przytulania nie uleczy, ale może pomóc się rozluźnić, a rozluźniona osoba zazwyczaj lepiej się zachowuje” (Temple Grandin)

Autorka powyższego cytatu, znana i szanowana osoba ze spektrum autyzmu, otwarcie mówi o tym, jak uspokajająco działa dotyk fizyczny na osoby z ASD. Zaleca głęboki uścisk, który pomaga się zrelaksować i uspokoić. Dotyk musi być jawny, transparentny i bezpieczny.

Kontakt fizyczny buduje u dzieci zaufanie i poczucie bezpieczeństwa. Nikt przecież nie potępi dorosłego, który bierze za rękę dziecko zrozpaczone z powodu rozstania z rodzicami, bądź też obejmującego nastolatkę, która doznała przemocy ze strony swoich kolegów?

Steve Brown, behawiorysta dzieci z autyzmem, zwraca uwagę na to, że kontakt fizyczny między dorosłymi a dziećmi jest wręcz nieodzowny. Jego najczęstsze formy to podawanie ręki, „przybijanie piątki”, obejmowanie i klepanie po plecach - angażuje te części ciała, których można bezpiecznie dotykać, życzliwie, nieszkodliwie i dodając otuchy. Oczywiście nie jest wskazany dla każdego, jednak dotyczy zdecydowanej większości ludzi.

Znaczna większość dzieci potrzebuje dotyku, który je uspokoi i wesprze obopólną komunikację. Osoby z ASD bywają nadwrażliwe sensorycznie. Jeśli dziecko nie lubi dotyku, należy to oczywiście uszanować. Istotne jest natomiast to, że są dzieci nękanie przez lęki i problemy emocjonalne, zagubione i przestraszone, które potrzebują otuchy. Kontakt fizyczny potrafi jej dodać. Niezagrażający i jawny dotyk zwiększa pewność siebie i wyzwala emocje, które sprawiają, że większość zaczyna czuć się lepiej. W szkole też jest możliwe, aby częściej nawiązywać kontakt fizyczny w spójny i przejrzysty sposób, pozytywnie wzmacniając przekaz słowny. Dotyk może uzupełnić komunikaty nauczycieli, na przykład pochwałę (uściśnięcie dłoni i powiedzenie „dobra robota!”) lub troskliwe pytania (położenie ręki na plecach i zapytanie, czy wszystko w porządku). Szkoła ma wtedy szansę być bezpiecznym i przyjemnym miejscem dla dzieci z ASD i nie tylko.

źródło: S. Brown, Spektrum autyzmu i strategie deeskalacji..., Harmonia Universalis, Gdańsk 2017