

## Kas izraisa Aspergera sindromu?

Autisma un Aspergera sindroma cēloņi vēl aizvien tiek pētīti. Daudzi eksperti tic, ka uzvedības modelim, uz kā balstoties tiek diagnosticēts Aspergera sindroms, nav tikai viens cēlonis. Ir pierādījumi, ka Aspergera sindromu var izraisīt dažādi fiziski faktori, kas ietekmē smadzeņu attīstību. Katrā ziņā tie nav saistīti ar emocionāliem traucējumiem vai ar to, kā cilvēks ticis audzināts.

## Vai pastāv iespēja izārstēties?

Aspergera sindroms ir attīstības stāvoklis, kas ietekmē veidu, kā smadzenes apstrādā informāciju un to nevar ārstēt; bērni ar Aspergera sindromu kļūst par pieaugušajiem ar Aspergera sindromu. Daudz ko var sasniegt, padarot viņu dzīvi mazāk sarežģītu un sniedzot atbilstošu izglītību un palīdzību.

Ņemot talkā laiku un pacietību, cilvēkiem ar Aspergera sindromu var iemācīt attīstīt pamatprasmes ikdienas dzīvei, piemēram, kā atbilstoši sazināties ar citiem cilvēkiem.

## Savlaicīgas diagnosticēšanas nozīme

Aspergera sindroms nav tik izteikts kā autisms, tādēļ to var ilgu laiku nediagnosticēt. Tas nozīmē, ka šo cilvēku īpašās vajadzības var netikt pamanītas un vecāki var vainot sevi, vai, vēl sliktāk, vainot bērnu par viņa neparasto uzvedību.

*"Mēs esam laimīgi par relatīvi savlaicīgo Sema diagnozi. Rezultātā viņš saņēma nepieciešamo atbalstu un sapratni, lai būtu spējīgs apmeklēt nespecializētu pamatskolu un vidusskolu. Pirms viņš sāka iet vidusskolā, tās skolotāji saņēma informāciju par Aspergera sindromu. Protams, dažreiz rodas problēmas, tomēr pret viņu nekad neizturas kā pret "problēmbērnu", kā tas būtu, ja viņa stāvoklis nebūtu izprasts."*

Sandra Robinsone, Sema mamma

## Ko var sagaidīt nākotnē?

Šobrīd bērniem ar Aspergera sindromu tiek radītas jaunas iespējas. Piemēram, Lielbritānijā vairāki bērni iet vispārīzglītojošās skolās, kur viņu progress ir atkarīgs no vecāku, skolotāju un aprūpētāju atbalsta un iedrošinājuma. Daži bērni ar Aspergera sindromu iet speciālajās skolās bērniem ar autismu vai arī skolās bērniem ar mācīšanās traucējumiem.

Personas ar Aspergera sindromu savā ziņā ir pat vairāk neaizsargātas, tādēļ, ka viņu speciālās vajadzības nav tik acīmredzamas, kā tas ir autisma gadījumā. Dažkārt skolā viņi var kļūt par vieglu mērķi kaitināšanai un izsmiešanai.

Kļūstot pieaugušākiem, viņi var saprast, ka ir savādāki nekā citi cilvēki, un līdz ar to sajūties norobežoti vai depresīvi. Cilvēki ar Aspergera sindromu bieži grib būt sabiedriski un ir apbēdināti, kad saprot, ka ir grūti sadraudzēties ar kādu.

Tomēr to cilvēku, kam ir Aspergera sindroms, nākotnei nevajadzētu būt drūmai. Pieaugušie cilvēki ar Aspergera sindromu spēj dzīvot pilnvērtīgu dzīvi, turpinot izglītību, strādājot un veidojot draudzības saites.

Lai arī ir nepieciešami informēti un saprotoši darba devēji un kolēģi, strādājot cilvēkiem ar Aspergera sindromu var izpausties tādas īpašības kā punktualitāte, uzticamība un aizrautība ar savu darbu.

© The National Autistic Society

## Latvijas Autisma apvienība

Ja Jūs vēlaties kļūt par Latvijas Autisma apvienības biedru un tajā brīvprātīgi darboties, kā arī, ja vēlaties mūs atbalstīt ziedojot, tad Jūsu atbalsts var palīdzēt aizsargāt cilvēku ar autiskā spektra traucējumiem intereses un tiesības Latvijā.

**Latvijas Autisma apvienība (LAA)**

**Reģ. Nr. 40008107099**

**A/s Trasta komercbanka**

**Konta Nr. LV70 KBRB 1111 2522 53001**

**E-pasts: autisms@latnet.lv**

**Mājas lapa: www.autisms.lv**

**Tālrunis: + 371 29454011**

# KAS IR

# ASPERGERA SINDROMS?

**Satiekot kādu cilvēku, mums par viņu rodas pirmais iespaids. Tikai paskatoties uz šo cilvēku, mēs bieži varam noteikt viņa vecumu un statusu, pēc sejas izteiksmes vai balss toņa mēs varam pateikt, vai viņš ir priecīgs, dusmīgs vai bēdīgs un atbilstoši tam reaģēt.**

Ne visiem ir šādas dabiskas spējas. Cilvēkiem ar Aspergera sindromu ir daudz grūtāk atpazīt šos signālus, ko lielākā daļa no mums uzskatīs par pašsaprotamu. Rezultātā šie cilvēki izjūt lielākas grūtības sazināties un veidot attiecības ar apkārtējiem.

Aspergera sindroms ir autisma paveids, jeb, varētu teikt, stāvoklis, kas ietekmē to, kā cilvēks sazinās un saprotas ar apkārtējiem. Aspergera sindromam ir raksturīgas vairākas pazīmes:

- **grūtības sazināties**
- **grūtības sociālās (savstarpējās) attiecībās**
- **iztēles un radošās darbības trūkums**

Parasti cilvēkiem ar Aspergera sindromu ir mazāk problēmu ar valodu, nekā tiem, kam ir autisms. Viņi runā tekoši, lai gan izteiktie vārdi dažkārt var izklausīties formāli un samāksloti. Cilvēkiem ar Aspergera sindromu ne vienmēr ir mācīšanās problēmas, kā tas ir autisma gadījumā, faktiski cilvēkiem ar Aspergera sindromu bieži vien inteliģences līmenis ir vidējs vai virs vidējā.

Daudzi bērni ar Aspergera sindromu apmeklē vispārējās izglītības skolas, un, ja ir atbalsts un iedrošinājums, var sekmīgi turpināt izglītību, kā arī apgūt profesiju un gūt panākumus tajā.

## Galvenās pazīmes

Aspergera sindromam ir daudzas autismam raksturīgas pazīmes:

### Grūtības sociālajās attiecībās

Pretēji personai, ar "klasisku" autismu, kas bieži "attālinās" un it kā nav ieinteresēts sev apkārt esošajā pasaulē, daudzi cilvēki ar Aspergera sindromu grib būt sabiedriski un vēlas izbaudīt cilvēciskus kontaktus. Tomēr viņiem ir grūtības saprast sarunu partnera mīmiku, žestus, sejas izteiksmes, balss toni u.c. neverbālus signālus. Līdz ar to, viņiem ir daudz grūtāk veidot un uzturēt sociālās attiecības ar cilvēkiem, kas neapzinās viņu vajadzības.

### Komunikācijas grūtības

Cilvēki ar Aspergera sindromu var runāt tekoši, bet tajā pašā laikā var nepievērst uzmanību to cilvēku reakcijai, kas klausās viņos; var turpināt runāt un runāt, neskatoties uz klausītāju interesi, grūtības var radīt sapratne par citu cilvēku emocijām.

Neskatoties uz labām valodas prasmēm, cilvēki ar Aspergera sindromu var runājot izklausīties pārlietu akurāti vai pārlietu burtiski – joki, kā arī pārspīlēta un īpatnēja valoda, metaforas var radīt problēmas. Cilvēki ar Aspergera sindromu var būt neizpratnē vai izbīties no tādas frāzes kā: "viņš man noraus galvu". Lai palīdzētu personai ar Aspergera sindromu jūs saprast, runājiet īsiem, skaidriem un kodolīgiem teikumiem.

### Iztēles trūkums

Lai gan tādās spējās, kā iegaumēt skaitļus un faktus, cilvēki ar Aspergera sindromu var būt īpaši talantīgi, tomēr viņiem ir grūti domāt abstraktā veidā. Tas var radīt bērniem problēmas skolā, īpaši tādos priekšmetos, kā literatūra, vēsture, sociālās zinības u.c.

### Īpašas intereses

Cilvēki ar Aspergera sindromu bieži vien attīsta gandrīz vai mānijai līdzīgas intereses, kas izpaužas hobbijos vai kolekcionēšanā. Parasti šīs intereses ir saistītas ar faktu sistematizēšanu kādās noteiktās tēmās, piemēram katedrāļu augstuma iegaumēšana, vilcienu sarakstu kolekcionēšana u.c.

*"Es atceros kā Sems, kad viņam bija pieci gadi, samulsināja spēļu laukumā savu klasesbiedru, uzskaitot visu planētu attālumu no saules. Kopš tā laika viņam ir bijušas vairākas apsēstības, par kurām viņš mīlēja runāt ļoti ilgi. Dažas no viņa pēdējā laika interesēm, kā Top 40 dziesmu popularitātes saraksti un kartiņu kolekcionēšana, ar kurām viņš ir spējīgs dalīties ar citiem, ir attīstījušas viņa sociālās prasmes".*

*Sandra Robinsone, Sema mamma*

Iedrošinot un atbalstot, šīs intereses var attīstīties tālāk un cilvēks ar Aspergera sindromu var turpināt studijas vai strādāt saistībā ar savu iemīļoto tēmu.

### Patika pret rutīnu

Cilvēkiem ar Aspergera sindromu pārmaiņas bieži ir traucējošs faktors. Bērni izveido sava veida rutīnu, kā piemēram, uzstājīgi izvēloties vienu un to pašu maršrutu ceļā uz skolu. Skolā lielu satraukumu var radīt pēkšņas pārmaiņas, piem. izmaiņas stundu sarakstā. Cilvēki ar Aspergera sindromu bieži izvēlas sakārtot dienas kārtību atbilstoši noteiktam modelim. Ja viņi strādā noteiktas stundas, tad neparedzēta aizkavēšanās satiksmes sastrēgumā vai aizkavēties vilciens var viņus padarīt nemierīgus vai bēdīgus.

*"Dina darba devēji mēdza viņam uzdot nogādāt steidzamas vēstules uz dažādiem pilsētas uzņēmumiem. Dinam patika šie pienākumi un tos viņš pildīja ļoti punktuāli, bet viņu ļoti apbēdināja (satrauca), ja aizkavējās autobuss vai metro, kas tādējādi izjauca visu Dina grafiku".*

*Antons Barbers, Dina tēvs*

Katra persona ir individualitāte un nosauktās pamatīpašības var būtiski atšķirties, vienam cilvēkam tās izpaudīsies spēcīgāk, nekā otram.