



Mýty & fakta o autismu

Autismus je spektrum a každý člověk na spektru může vypadat jinak. Neexistuje jeden „typický vzhled“ autismu. Lidé na spektru jsou stejně různorodí jako kdokoliv jiný. Autismus se může projevovat různými způsoby. Například v oblasti komunikace, vztahů, vnímání podnětů nebo chování. U někoho se může objevovat zvýšená citlivost na zvuky, úzkost, potíže v mezilidské komunikaci nebo obtížnější přizpůsobování se změnám. Každý člověk má ale jinou kombinaci projevů i jejich intenzitu.

➤ **Mýtus: Očkování způsobuje autismus**

Fakt: Neexistují žádné vědecké důkazy, které by spojovaly očkování s autismem. Tento mýtus vznikl na základě studie, která byla později označena za nepravdivou a stažena. Následné výzkumy opakovaně potvrdily, že mezi očkováním a vznikem autismu neexistuje souvislost.

➤ **Mýtus: Když dítě navazuje oční kontakt a komunikuje, nemůže mít autismus**

Fakt: Projevy autismu jsou velmi různorodé. Některé děti mohou navazovat oční kontakt, sdílet radost nebo vyhledávat kontakt, a přesto mohou být na spektru. Rozhodující není jeden konkrétní projev, ale celkový obraz fungování v oblasti komunikace, sociální interakce a chování.

➤ **Mýtus: Je to jen rozmazlenost**

Fakt: Autismus je vrozený neurovývojový stav, který není způsoben výchovou. To, co může zvenčí působit jako nevychovanost nebo rozmazlenost, bývá často projevem přetížení, úzkosti nebo obtíží v porozumění situaci. Dítě (nebo dospělý) v tu chvíli často nemůže reagovat jinak a nesouvisí to s nedostatkem vůle.

➤ **Mýtus: Když vyjde test pozitivně (nebo negativně), je diagnóza jasná**

Fakt: Screeningové testy samy o sobě neurčují diagnózu. Slouží pouze jako orientační nástroj, který může upozornit na možné obtíže. Diagnóza autismu vždy vychází z komplexního odborného vyšetření, které zohledňuje více zdrojů informací a širší kontext.

➤ **Mýtus: Děti s autismem nepatří do běžných škol**

Fakt: Stále více dětí s autismem se vzdělává v běžných školách. Při vhodné podpoře, úpravě prostředí ze strany dospělých mohou dobře fungovat a rozvíjet své schopnosti.



Na co myslet v komunikaci

s lidmi na spektru

- ① Mluvte srozumitelně a pozitivně. Místo upozorňování na chyby zkuste říkat, co konkrétně pomáhá a jak na to.
- ② Zpomalte. Zpracování informací může trvat déle. Příliš rychlé tempo nebo více pokynů najednou může vést k zahlcení.
- ③ Vytvářejte strukturu. Pomáhají plány, seznamy nebo dopředu vysvětlené kroky. Když je jasné, co se bude dít (a co když ne), výrazně to snižuje nejistotu.
- ④ Budujte vztah a respektujte individualitu. Doptávejte se, sdílejte zájmy a hledejte řešení společně. Každý člověk je jiný a potřebuje jinou míru podpory.
- ⑤ Buďte flexibilní a dávejte na výběr. To, co může působit jako „nespolupráce“, často souvisí s úzkostí nebo nejistotou. Pomáhá, když má člověk možnost volby a ví, že má situaci alespoň trochu pod kontrolou.