

A FŐVÁROSI NAGYCIRKUSZ AUTIZMUSBARÁT ELŐADÁSA

Szia! Lumi vagyok. Mit gondolsz, mit jelenthet az, hogy autizmusbarát? Szeretnél többet tudni róla? Mesélek kicsit.



Lehet, hogy te is ismeresz olyan gyereket, akinek autizmusa van, de az is lehet, hogy még nem talákoztál autista gyerekekkel. Sőt még az is könnyen lehet, hogy talákoztál, de nem tudtad róla, hogy autista.

Sokfélék vagyunk mi emberek, és ez nagyon jó dolog, így színes a világ! Van, amiben hasonlítunk egymásra és van, amiben különbözünk.



Nekem fekete a hajam és a cukros-citromos palacsinta a kedvencem. Neked?

Vannak olyan hasonlóságok és különbségek köztünk, amik kívülről is látszanak rajtunk, és vannak olyanok, amik nem.

Mert gondolj csak a barátaidra! Vannak köztük olyanok, akik magasak és vannak, akik alacsonyak. Vannak, akik szeplősek és vannak, akik nem. Vannak, akik szemüveget hordanak és vannak, akik nem. Ezek a hasonlóságok és különbségek jól láthatóak.



De hasonlítunk és különbözünk másféle dolgokban is. Például vannak köztünk, akik félnek a bogaraktól és vannak, akik nem. Vannak, akik szeretnek az ünnepségen verset mondani és vannak, akik nem. És vannak, akik szeretik a vonatokat, és vannak, akik nem. Ezek nem láthatóak, mert belül, az agyunkban történnek. És az agyunk nagyon sokféleképpen működhet. Ezek a kívülről nem látható különbségek és hasonlóságok csak akkor derülnek ki, ha kicsit jobban megismerjük egymást.



Az autizmus szintén az agyban történik és nem látszik. Az autista gyerekek agya néhány dologban másként működik, mint a tied vagy az enyém. Ők máshogy figyelnek a dolgokra, máshogy játszanak, máshogy barátkoznak, mint te.

Az autista gyerekek így születtek, ez az ő agyuk különlegessége. Ez nem baj, sőt: ebben is látszik, hogy milyen szép és színes a világ és milyen sokféle ember lakja!

És ahogy minden gyerek kicsit különböző és kicsit hasonlít egymáshoz, úgy az autista gyerekek is valamiben különböznek egymástól is és tőled is, más dolgokban pedig hasonlítanak hozzád és egymáshoz is.

Az autista gyerekek például ugyanúgy szeretnek a családjukkal és a barátaikkal lenni, játszani és jól érezni magukat, mint te vagy én. Néha azonban másképp barátkoznak vagy beszélgetnek, mint ahogy azt megszoktad. Előfordulhat, hogy félreértik, amit mondasz nekik, vagy nehezebben értik meg, hogy mit érzel. Szerethetnek valamit sokszor ismételni, és megijedhetnek olyan dolgoktól, amelyek másoknak nem tűnnek ijesztőnek. Olyan mozdulatokat végezhetnek vagy olyan hangokat adhatnak ki, amelyek neked szokatlanok lehetnek.

Néha az autista gyerekek érzékenyebbek a zajokra, a fényekre vagy az érintésre. Olyan hangokat is észrevehetnek, amelyeket mások alig hallanak. Előfordulhat, hogy egy erős fény vagy akár egy ruha érintése is kellemetlen lehet számukra. Ezért az autizmusbarát előadás során halkabban játszik a zenekar és a villogó fényeket kikapcsolják. A hangos taps helyett kipróbáljuk a halkabb, másfajta tapsot, amit a siketnéma emberektől tanultunk.



Vannak olyan autista gyerekek, akik bizonyos dolgokban különösen ügyesek. Könnyen megjegyezhetnek meséket, verseket, dátumokat vagy egy útvonalat.

Vagy a cirkuszi műsor sorrendjét egy pillanat alatt.



Olyan apró részleteket is észrevehetnek, amelyek mások figyelmét elkerülik. Lehet, hogy nagyon jók matekból, szépen rajzolnak, vagy rengeteget tudnak egy olyan témáról, amely érdekli őket. Sokuk számára az őszinteség nagyon fontos.



Van olyan autista barátom, aki fejből tudja az összes dinoszaurusz nevét.

Olyan apró részleteket is észrevehetnek, amelyek mások figyelmét elkerülik. Lehet, hogy nagyon jók matekból, szépen rajzolnak, vagy rengeteget tudnak egy olyan témáról, amely érdekli őket. Sokuk számára az őszinteség nagyon fontos.

De ezeket leginkább akkor tudhatod meg egy autista társadról, ha kicsit jobban megismerted őt.



Ha azt látod például, hogy egy gyerek a kezét rázza, ugrál, vagy előre-hátra dülöngél, akkor lehet, hogy valami nagyon tetszik neki, és ez jó dolog. De lehet, hogy éppen ellenkezőleg: lehet, hogy azért viselkedik így, mert feszült, és segítségre van szüksége vagy pihennie kell.

Néha a mozdulatok is mesélnek arról, hogyan érzi magát valaki. Csak tudni kell megérteni azokat.

Ha sokat mesél neked valamiről, ami érdekli, vagy odamegy hozzád, lehet, hogy éppen barátkozni szeretne. Vagy ha kiabál, sír, akkor lehet, hogy valami túlságosan nehéz volt a számára.



Az autista gyerekek közül sokan szeretnek múzeumokba, programokra járni, és ugyanúgy szeretik a Cirkuszt, mint te vagy én! De örülnek, ha előre tudják, hogy mi fog ott velük történni. A Cirkusz honlapján ezért többször találkozhatasz velem. Olyan dolgokat osztok meg mindenkivel, amelyek segítenek abban, hogy az autista gyerekek is ugyanolyan jól érezzék magukat itt, mint te.

A cirkusz izgalmas hely. A honlapon találsz egy videót, amiben már otthonról megnézheted az épületét; találsz még itt térképet, ami megmutatja, hol vannak benn csendesebb helyek, ahol pihenni lehet; megosztok pár tanácsot is arról, hogyan viselkedjünk a cirkuszban, hogy együttlenni jó élmény legyen. És rövid videókat is találsz még itt, amik a cirkuszi titkokról szólnak. Ezek a dolgok segítik a felkészülést azoknak a gyerekeknek, akiknek autizmusuk van, hogy ne legyen váratlan számukra a cirkusz. De neked is hasznosak lehetnek. Nézz körül a honlapon!

Én is szeretek előre tudni dolgokat. Így sokkal nyugodtabban indulok el a cirkuszba.



Az előadás alatt mindenütt találkozhatasz felkészült önkéntesekkel, akik segítséget és információt tudnak nyújtani, ha erre szükség van. Térképek és ábrák (piktogramok) segítik, hogy mindenki könnyebben tudjon tájékozódni az épületen belül. Ezeket a táblákat egy autista felnőtt művész rajzolta.



Te is érezted már biztosan úgy magad, hogy most egy kis nyugalomra van szükséged. Az autista gyerekek könnyebben elfáradhatnak az izgalmas, néha hangos program közben. Lehet, hogy túl sok számukra a beszélgetés, vagy túl sok a zaj.

A Cirkuszban található egy Pihenőszoba, ahová félre lehet vonulni, ha erőt szeretnének gyűjteni a további programhoz.



Ha azt látod, hogy **valaki ilyen fülhallgatót visel, azt jelenti, hogy neki túl sok a zaj, ez segíti őt az előadáson való részvételben** és abban, hogy nyugodt maradjon, amikor a sok izgalmas jelenet és sok ember között feszültté válik.

Ha többet szeretnél tudni az autizmusról vagy még jobban érteni, hogy miben hasonlítasz autista társaidra és miben különbözöl tőlük, olvasd el ezt:

- Havasi Ágnes, Szabó Tünde, Simó Judit: A sokféleség OK/Autista az osztálytársam. Nemzetközi Cseperedő Alapítvány 2015 ISBN: 978-615-80258-1-2 http://cseperedo.hu/wp-content/uploads/2018/08/a_sokfeleseg_oke1.pdf
- dr. Stefanik Krisztina, Bartos Erika: Csillagbusz – mese Dorkáról, Misiről és az autizmusról. Autispektrum Egyesület 2016 ISBN: 9789631245646

vagy nézd meg ezt a filmet:

- Csodálatos dolgok történhetnek (rendezte: Alex Amelines) <https://www.youtube.com/watch?v=lwdN10jSL3g>

Képek forrása:

- Havasi Ágnes, Szabó Tünde, Simó Judit: A sokféleség OK/Autista az osztálytársam. Nemzetközi Cseperedő Alapítvány 2015 ISBN: 978-615-80258-1-2 http://cseperedo.hu/wp-content/uploads/2018/08/a_sokfeleseg_oke1.pdf
- Mesemúzeum projekt – honlap: <https://mesemuzeum.hu/hu/autizmusbarat-mesemuzeum>



Co-funded by
the European Union



összkép.
DESIGN STUDIO

Az anyagot készítette: Nemzetközi Cseperedő Alapítvány