

■ **Добрая справа**

# АЎКОЦКІ

**Сёння ў Беларусі больш за 1000 сем'яў выхоўваюць дзяцей з аўтызмам. Каб хоць бы крыху палегчыць фінансавыя затраты бацькоў на лячэнне, быў створаны дабрачынны праект «Добрыя паштоўкі Аўкоцікі».**

## ЯК ГЭТА ПРАЦУЕ

— Ідэя дапамагаць сем'ям, якія сутыкнуліся з праблемай дзіцячага аўтызму, з'явілася пасля сустрэчы з былымі аднакласнікамі, — расказвае кіраўнік праекта **Марына РОМАН**. — У адной з маіх школьных сябровак ёсць сын. У два гады ўрачы паставілі хлопчыку гэты дыягназ.

Аб аўтызме я ведала і раней, але пасля той сустрэчы значна паглыбілася ў тэму. Лекаў, як вядома, няма, але абсалютна дакладна даказана, што калі з самага ранняга ўзросту развіваць такіх дзяцей і займацца іх сацыялізацыяй, то вынікі будуць неймаверныя. Аднак рэабілітацыя сёння каштуе вялікіх грошай. Не ўсім бацькам гэта па кішэні. І вось тут і з'явілася думка арганізаваць інтэрнэт-краму па продажы паштовак. А атрыманыя грошы перадаваць не толькі на дабрачынны рахунак сына маёй знаёмай, але і іншым дзецям.

Сёння праект «Аўкоцікі» сабраў каля 20 валанцёраў — аднадумцаў, якія займаюцца самымі рознымі справамі. Хтосьці малюе паштоўкі, хтосьці адказвае за юрыдычныя пытанні, хтосьці клапаціцца аб сайце, — каб ён быў зручны і зразумелы для карыстальнікаў.

— Спачатку мы нават не ведалі, што нашай асноўнай аўдыторыяй стануць посткрэсеры (посткрэсінг — праект, створаны дзеля магчымасці атрымання паштовак з усяго свету. — **Аўт.**), — расказвае **Марына**. Ідэя была ў тым, каб стварыць сэрвіс па адпраўцы друкаваных паштовак. Напрыклад, вы хочаце парадаваць каго-небудзь прыгожай карткай: выбіраеце яе ў нас на сайце [www.aukotiki.by](http://www.aukotiki.by), пішаце ў заяўцы пажаданне або паведамленне атрымальніку, а мы, у сваю чаргу, усё прыгожа афармляем і адпраўляем ад вашага імя.

Сёння «Добрыя паштоўкі Аўкоцікі» падтрымліваюць чатырох дзяцей. Але пазней, калі праект «падрасце», іх стане больш, запэўнівае **Марына**. Ужо зараз стваральніцы «Аўкоцікаў» пішуць удзячныя пакупнікі і людзі, якім проста спадабалася сама ідэя праекта.

— Мы рэгулярна абнаўляем і пашыраем асартымент аўтарскіх паштовак, стараемся

## Як дапамагаць, купляючы паштоўкі

рабіць прыемныя дробязі. Напрыклад, укладваем дадатковую паштоўку-сюрпрыз у кожны заказ.

Сумы, якія мы рыхтуем да пералічэння ў сем'і, пакуль невялікія. Але спадзяёмся, што гэты толькі пачатак і пазней у нас з'явіцца магчымасць пералічваць кожнаму з дзяцей 100—500 рублёў штотомся. А пакуль радуемся таму, што мінімум адну паштоўку ў дзень у нас ужо купляюць.

Яшчэ ў нас ёсць вялікая і, мабыць, трохі амбіцыйная мара: з цягам часу, калі знойдзем спонсараў, стварыць першую ў Беларусі спецыялізаваную вёску «Аўкоцікі», дзе людзі з дыягназам аўтызм маглі б жыць і весці агульную хатнюю гаспадарку.

## ЯК ДАЛУЧЫЦЦА ДА ПРАЕКТА

Сярод першых мастакоў праекта былі малодшая сястра **Марыны Кацярына** і адна з яе добрых сябровак **Таццяна ПУЧКОВА**.

— Шмат гадоў я маю справу з «сухім» акадэмічным дызайнам, — кажа **Таццяна**. — І калі выпадае магчымасць папрацаваць над творчымі, мастацкімі заказамі, вельмі радуся. За сваю кар'еру я намалювала шмат паштовак на зусім розную тэматыку і для розных мэт, але праект «Аўкоцікі» — гэта асаблівае задавальненне для мяне. Бо тут я малюю не дзеля грошай і не для дарослых сур'ёзных заказчыкаў, а для дзяцей, для душы, для радасці. Вядома, важная і сама ідэя звярнуць увагу людзей на праблему дзяцей з аўтызмам. Мне здаецца, наша грамадства не вельмі гатова разумець людзей з асаблівасцямі. У нас прынята быць моцнымі і здаровымі, і мы часта баімся і аспрэчваем праблемы іншых проста праз няведанне. Задача «Аўкоцікаў» — прыбраць гэты бар'ер неразумення, заахоціць людзей быць больш добрымі адно да аднаго.

Пасля таго як праект «раскруціўся», пачалі паступаць прапановы і ад іншых мастакоў. Такім чынам, база ілюстратараў увесь час расце, а асартымент паштовак пашыраецца.

Сёння далучыцца да «Аўкоцікаў» вельмі проста. Любы ахвотны, і гэта не толькі

Таццяна ПУЧКОВА — адна з першых мастакоў, якія далучыліся да праекта.



ілюстратар або прафесійны мастак, можа стаць валанцёрам і маляваць паштоўкі. Да-статкова напісаць на электронны адрас: [marinaroman@yandex.ru](mailto:marinaroman@yandex.ru).

**Ганна БАГІНО.** [bahino@vziazda.by](mailto:bahino@vziazda.by)



Паштоўкі на розны густ можна набыць на сайце [aukotiki.by](http://aukotiki.by).

Сярод тых, каму дапамагаюць «Добрыя паштоўкі Аўкоцікі», — 8-гадовы **Ігар РАДЗЬКО**. Яго мама **Марыя** ўспамінае:

— Прыкметы аўтызму ў нас, як і ў большасці, праявіліся не адразу. Турбаваць я пачала, калі сын не рэагаваў на сваё імя, гадзінамі бегаў з кута ў кут, не разумеючы, што адбываецца навокал. Наш тата не вытрымаў — здаўся, пайшоў. Ды і сябры сталі саромецца выходзіць з намі на вуліцу з-за дзіўных паводзін Ігара. Але свет не без добрых людзей. Знайшліся мамы, якія таксама гадуць дзяцей з аўтызмам. Яны расказалі мне пра метады лячэння, якія даюць добрыя вынікі.

Зараз мы прайшлі чатыры курсы рэабілітацыі. На ўсё гэта з вялікай цяжкасцю ўдавалася сабраць грошы, адмаўляючы сабе літаральна ва ўсім. Але эфект сапраўды добры. Вось толькі на тое, каб працягнуць заняткі і замацаваць становачую дынаміку, грошай пакуль не хапае.

# Незвычайныя гульні для «маленькіх прынцаў»...

**(Заканчэнне.**

**Пачатак на 1-й стар. «СГ».)**

— **Што такое сэнсарная інтэграцыя, і як яна можа дапамагчы дзецям з аўтызмам?**

— Сэнсарная інтэграцыя — гэта рэабілітацыйны метады, які праз адчуванні дапамагае значна палепшыць жыццё дзіцяці: павысіць яго здольнасць да навучання, наладзіць узаемадзеянне з навакольным светам. Заняткі праходзяць у форме своеасаблівай гульні.

Першапачаткова гэты метады быў распрацаваны не для «маленькіх прынцаў», а для хлопчыкаў і дзяўчатак, у якіх ёсць праблемы з сэнсорыкай. Джын Айрэс, якая вынайшла яго, заўважыла, што часта праблемы з навучаннем узнікаюць не таму, што дзеці няздольныя, гэта можа быць звязана з асаблівасцю апрацоўкі зрокавай, слыхавой, тактыльнай, вестыбулярнай інфармацыі. Напрыклад, вучню з сэнсарнымі парушэннямі складана ўлоўліваць тое, пра што кажа настаўнік, ён пачынае нервавацца, круціцца, не можа засяродзіць увагу, праяўляе нейкія незвычайныя паводзіны. Пазней, калі вучонья ўзяліся за больш дэталёвае даследаванне сімптоматыкі аўтызму, высветлілася, што 80—90% дзяцей з такім дыягназам маюць праблемы з сэнсорыкай. Яны адчуваюць паіншама. Мы вось з вамі сядзім, размаўляем, нам камфортна. А дзіця, можа быць, сядзела бы на гэтым пуфе, як на іголках. Таму што яго

цела давала б адчуванне не мяккасці, а дыскамфорту.

— **З Ільёй вы займаецеся ўжо другі год. Падзяліцеся вынікамі сваёй работы.**

— Калі б вы прыйшлі да мяне на заняткі год таму і зараз, думаю, убачылі б вялікую розніцу. Вось толькі адзін прыклад. Акрамя заняткаў у зале, якія пачаліся гэтым летам, мы з Ільёй ходзім у басейн. Там я таксама выкарыстоўваю прынцыпы сэнсарнай інтэграцыі. Спачатку Ілья садзіўся ў ваду ў нарукі і мог хаатычна махаць рукамі. А цяпер 50-метровы басейн ён праплывае туды і назад сам, яшчэ і ныраючы пры гэтым на глыбіню два метры па прадмет, які я кідаю.

Ва ўсіх дзяцей, з якімі я працую, ёсць прагрэс. Хтосьці стаў трымаць ложку правільней, хтосьці пачаў раўней хадзіць... Бацькі кажучы, што дзеці сталі больш спакойныя, спагадлівыя, сканцэнтраваныя.

— **Наколькі важна бацькам, акрамя заняткаў у цэнтры, самастойна займацца з дзіцем дома сэнсарнай інтэграцыяй?**

— У ідэале ўсё акружэнне дзіцяці павінна рухацца ў адным узгодненым кірунку. А сэнсарная інтэграцыя — ісці поруч з працай псіхалага прыкладнога паводзінскага аналізу (яшчэ адзін эфектыўны метады рэабілітацыі дзетак з аўтызмам, які таксама актыўна выкарыстоўваецца ва ўсім свеце. — **Аўт.**). Усё акружэнне дзіцяці павінна быць знаёмае з такой работай, з рэкамендацыямі спецыялістаў, з тым, што трэба пры-

мяняць дома, у школе, на прагулцы. І вось у такім выпадку гэта залог паспяховай рэабілітацыі, у тым ліку сацыяльнай адаптацыі малечы. У адваротным выпадку гэта будзе проста выкінуты час, грошы і сілы бацькоў, без відавочнага выніку цяпер і ў будучыні.

— **А калі ў бацькоў няма магчымасці вадзіць дзіця ў залу сэнсарнай інтэграцыі? Напрыклад, сям'я не вельмі забяспечаная або жыве ў вёсцы далёка ад Мінска?**

— Такім бацькам тым больш трэба шмат чытаць, вучыцца метадам рэабілітацыі, спосабам сэнсарнай разгрузкі, паводзінскага аналізу. Займацца дома трэба кожны дзень. Гэта важна. Я рэкамендую максімальна шмат часу праводзіць з дзіцем на прыродзе, дазваляць яму лазіць па дрэвах, турніках, вельмі важна, каб малы качаўся па траве, хадзіў басанож, катаўся на веласіпедзе, каньках, лыжах. Тэмпература, рух, падзенне, трэнне — гэта ўсё сэнсарная стымуляцыя, неабходная любому дзіцяці, а асабліва з дыягназам аўтызму.

Многія ж мамы саромеюцца сваіх «маленькіх прынцаў», бо тыя могуць пры сэнсарнай перагруцы ўчыніць істэрыку ў грамадскім месцы. Бацькі замыкаюцца ў чатырох сценах, каб лішні раз не ствараць стрэсавую сэнсарную і, як вынік, паводзінскую сітуацыю. Але гэта дэструктыўны шлях. Таму што рэальна дапамагчы дзіцяці з аўтызмам можна толькі праз інклюзію,

праз паслядоўную адаптацыю яго да жыцця ў грамадстве.

У нас у цэнтры, дарэчы, ёсць спецыялісты, якія могуць падказаць бацькам, як знайсці грошы не толькі на рэабілітацыйныя заняткі для дзіцяці, але і на ўласнае навучанне. Напрыклад, дапамагчы прыцягнуць спонсарскую падтрымку пры дапамозе фандрайзінгу.

— **Якое ваша стаўленне да медыкаментознага лячэння аўтызму?**

— Цяпер у сусветнай практыцы медыкаментознае лячэнне прымяняюць у крайнім выпадку і ўсё часцей адмаўляюцца ад яго абсалютна. Бо, дзякуй богу, ужо ёсць разуменне і навуковае тлумачэнне таго, што праблема гэтым не вырашаецца. Таблеткі маскіруюць рэальны стан дзіцяці. У выніку, калі праводзіцца сэнсарная рэабілітацыя, спецыяліст працуе не з рэальнай праблемай, а з замаскіраванай. Стан дзіцяці не натуральны для яго, сфарміраваны медыкаментозным спосабам. У выніку мы можам пайсці па ілжывым следзе. Каб вынікі былі рэальнымі, важна працаваць з чыстым станам дзіцяці.

— **Як адаптаваць дзіця з аўтызмам да прафесійнага жыцця, каб яно не сядзела на шыі ў бацькоў?**

— У дзяцей з аўтызмам, як правіла, ёсць нейкая ярка выяўленая здольнасць. Часцей у матэматычных напрамках — яны любяць лічбы. Напрыклад, у Ізраілі, дзе грамадства падрыхтавана да прыняц-

ця асаблівых людзей, гэта ўлічылі. Юнакоў і дзяўчат з сіндромам Аспергера — аднаго з відаў расстройстваў аўтычнага спектра — бяруць у войска. Яны там апрацоўваюць інфармацыю, вялікія масівы лічбаў і даных, з якімі звычайнаму чалавеку сумна працаваць. А людзям з аўтызмам, наадварот, такая праца прыносіць задавальненне.

Сярод людзей з аўтызмам вельмі шмат таленавітых ІТ-спецыялістаў, мастакоў, спартсменаў. Таму я заўсёды раю бацькам выкарыстоўваць захапленне свайго асаблівага дзіцяці для ўсебаковага навучання. Напрыклад, любіць хлопчык дыназаўраў. Дарослым трэба падтрымліваць гэты інтарэс. Выкарыстоўваючы цікавасць да тых жа дыназаўраў, можна вучыць яго чытаць, лічыць, вывучаць замежную мову, гуляць у футбол...

Зараз ёсць эфектыўныя метады, якія вырашаюць і паводзінскія праблемы, і сэнсарныя. Ёсць прыклады, калі дзеці з аўтызмам вучацца ў школе разам са звычайнымі дзецьмі. Сталеючы і атрымліваючы адукацыю, яны выдатна сацыялізуюцца, працуюць, як і ўсе звычайныя людзі, жывуць асобна, але абавязкова пад наглядам і пры падтрымцы псіхалагаў. Хацелася б, каб у нашай краіне былі жаданне і сілы ў бацькоў працаваць з гэтым, а ў арганізацыі — разуменне і магчымасць дапамагаць ім у якасці спонсараў.

**Надзея ДРЫНДРОЖЫК.**

[nadzieja@vziazda.by](mailto:nadzieja@vziazda.by)