BUČKO



Vodnik za razbijanje buče o BUČKU



Smernice za pogovor in dejavnosti staršev z otroki pred in po ogledu filma

Ta kratki vodnik pomaga otrokom (7–12 let), učiteljem in staršem pri gledanju filma *Bučko*. Njegov cilj je pojasniti avtizem in Milana, zmanjšati stereotipe in stigmo o avtizmu ter zagotoviti večje razumevanje staršev in vrstnikov za avtistične otroke v družini, soseski ali razredu.

Film Milana, avtističnega dečka, prikazuje na čustven in včasih težaven način, zato je dobro, da se pred ogledom in po njem z otroki ali učenci pogovorite.

Kaj je avtizem?

Avtizem pomeni, da možgani delujejo nekoliko drugače. Podobno, kot imajo nekateri Android, drugi pa iPhone. Oba sta telefona in lahko opravljata podobne stvari, a vsak izgleda in deluje na svoj način. Podobno tudi avtistični možgani razmišljajo, čutijo in svet vidijo drugače, a so enako dragoceni in pomembni kot vsi drugi možgani.

Zakaj Milan v filmu ne govori?

Milan je avtističen deček, ki za sporazumevanje ne uporablja govora. V preteklosti odrasli otrokom, ki se niso mogli sporazumevati verbalno, niso vedno zagotovili drugih načinov sporazumevanja. Danes si odrasli prizadevajo, da vsak otrok uporablja njemu primeren način in obliko sporazumevanja.

Če otrok ne more govoriti, starši poiščejo strokovnjake za nadomestno in dopolnilno komunikacijo (NDK, v Sloveniji jo imenujemo tudi podporna komunikacija), ki otroku pomagajo najti način komuniciranja: na primer komunikacijsko tablo, knjige s simboli ali posebno napravo, imenovano komunikator. Pomembno je, da vsak otrok, ki ne more govoriti, čim prej prejme takšno pomoč, da lahko svetu okoli sebe pokaže, kaj misli, kaj želi in kaj čuti. V filmu Milan ne prejema takšne podpore, zato ne vidimo njegovih misli, zaradi česar lahko ljudje mislijo, da ne razume ali ne razmišlja. To ni res, saj mnogi ljudje, ki ne morejo govoriti, veliko razmišljajo in razumejo svoje okolje, pomagati jim moramo samo najti pravi način, da izrazijo svoje misli.

So vsi avtistični otroci takšni kot Milan?

Nekateri avtistični otroci so takšni kot Milan, drugi pa so popolnoma drugačni. Vsak avtističen človek je edinstven: nekateri imajo radi glasne zvoke in hodijo na koncerte, drugi pa jih ne prenesejo, ker jih od njih bolijo ušesa in možgani, zato imajo raje tihe in mirne dejavnosti. Ni dveh identičnih avtističnih ljudi, tako kot nimamo dveh identičnih prijateljev.

Avtistična preobremenjenost

Vsi imamo včasih vsega dovolj! Šolskih obveznosti, prijateljev, ki nas jezijo, staršev ... Včasih so ta občutja tako močna, da jih hočemo izraziti kot jezen volk. Včasih avtističen človek doživi nekaj, čemur rečemo preobremenjenost. To pomeni, da so njegovi možgani nenadoma preobremenjeni z zvoki, svetlobo, dotiki, vonji ali dogodki. Ko je avtističen človek preobremenjen, se lahko zapre vase ali pa svojo stisko pokaže. Lahko kriči, joka, udarja, meče stvari, se skriva ali si pokriva ušesa ali oči.

Tega ne počne, ker je »poreden«, ampak ker mu je težko.

V takem trenutku potrebuje mir in tišino, manj ljudi okoli sebe in odraslega, ki se mu pomaga umiriti.

Samoregulacija

Samoregulacija pomeni naučiti se, kaj se nam pomaga pomiriti, ko smo jezni, žalostni, prestrašeni, navdušeni, razburjeni ali ko nam je vsega preveč.

Samoreguliramo se lahko z globokim dihanjem, štetjem do deset, umikom v miren kotiček, udarjanjem po blazini, poslušanjem glasbe, držanjem najljubše igrače ali stiskanjem žoge ali kakšnega drugega predmeta za sprostitev.

Vsak človek ima svoje načine samoregulacije.

Nekaterim pomaga hoja, zibanje, skakanje, nekaterim tišina ali močan objem, nekaterim risanje.

Ko odkrijemo, kaj pomaga našemu telesu in možganom pri samoregulaciji, to uporabimo, da se pomirimo, preden postanemo preobremenjeni. Če opaziš znake preobremenjenosti pri prijatelju ali prijateljici, mu ponudi način za pomiritev, kot jo je Alisa Milanu, in pokliči odraslega.

Intenzivni interesi

Ko ima avtističen človek res rad določene dejavnosti in se z njimi ukvarja ves čas, tem dejavnostim rečemo intenzivni interesi. Intenzivni interesi so pomembni in pomagajo pri samoregulaciji. Tako kot neavtistični otroci obožujejo nogomet, določeno glasbeno skupino ali zbiranje sličic, nekateri avtistični otroci obožujejo računalniške in namizne igre ali uživajo v zgodovini, glasbi, matematiki, risanju ali kuhanju! Avtističnemu človeku se lahko pri njegovem interesu vedno pridružiš, saj je vse bolj zabavno, ko to delamo skupaj ali drug ob drugem.

Prijateljstva

Kot vsi otroci si tudi avtistični otroci želijo imeti prijatelje, a nekateri ne vedo, kako začeti pogovor ali igro, ali pa jim to povzroča težave. Nekateri avtistični ljudje ne marajo glasnih zvokov, množic ali dotikanja, zato ostajajo ob strani, čeprav jim je mar za druge in bi se radi igrali.

Ko smo z nekom prijatelji, imamo nekaj skupnega. Poskusi ugotoviti, kaj imaš skupnega z avtističnim človekom v svoji bližini: imata rada iste risanke, igre, stripe, vlake, vesolje ali živali. Avtističen prijatelj ti bo pokazal, da te ima rad, tako da ti bo veliko pripovedoval o svoji najljubši temi (intenzivnem interesu), sedel blizu tebe ali ti pri čem pomagal. Čeprav tega morda ne more izraziti z besedami ali te objeti, mu je mar zate.

Ko spoštuješ meje svojih prijateljev (npr. se jih ne dotikaš, če ne marajo dotikov, govoriš tišje, ker jih hrup moti, jim daš čas za odgovor, če govorijo počasneje ali uporabljajo NDK), jim daš priložnost, da so tvoji prijatelji na način, ki jim ustreza.

BUČKA GLEJ BREZ STEREOTIPOV



Predlogi vprašanj pred ogledom

- Z otroki se pogovorite o tem, ali so kdaj v svojem svetu. Kako to vidijo drugi od zunaj? Kaj pravijo odrasli?
- Otrokom pojasnite, da je Milan avtističen, a ni v svojem svetu. Je v istem svetu kot vsi mi, a njegovi možgani delujejo drugače, zato ga ljudje pogosto ne razumejo.
- Pojasnite, da Milan ni agresiven. Njegovo vedenje je odziv na preobremenjenost s hrupom, svetlobo, čustvi in neprijetnimi situacijami. Milan ni poreden.
- Poudarite, da sta socialna delavca v filmu del izmišljene zgodbe in žanra, prikazana sta kot negativca, v resnici pa socialni delavci otrokom in družinam pomagajo.
- Pojasnite, da je Milan avtističen deček, ki za sporazumevanje ne uporablja govora. V preteklosti odrasli otrokom, ki niso mogli govoriti, niso vedno zagotovili drugih načinov sporazumevanja. Danes vemo, da je zelo pomembno, da otrokom, kot je Milan, omogočimo sporazumevanje z okolico.
- Pojasnite, da je film prikazan skozi oči Milanove sestre. To pomeni, da slišimo njena čustva, ne slišimo pa Milana in njegovega doživljanja. To je le eden od načinov prikazovanja avtizma, ni pa edini.



Predlogi vprašanj med ogledom

- V katerih trenutkih postane jasno, da je Milanu vsega preveč? Kako je upodobljen prizor Milanove preobremenjenosti?
- Kako se drugi obnašajo do Milana: kdo ga razume, kdo se ga boji, kdo ga obsoja in kdo ga podpira?
- Se sestrin pogled na Milana od začetka do konca filma spremeni? Kako?

Predlogi vprašanj in aktivnosti po ogledu, razdeljeni na teme

1. **Vprašanja o avtizmu in drugačnem operacijskem sistemu**

- Kaj pomeni, da Milan svet doživlja drugače kot večina drugih ljudi?
- Kaj mislite, kako deluje njegov operacijski sistem (na kaj je bolj občutljiv)?
- V katerih prizorih ste opazili, da je Milanu nečesa preveč (hrupa, svetlobe, ljudi)?
- Kaj storite vi, ko vam je vsega preveč? Kaj vam pomaga? Kaj bi lahko v takih trenutkih pomagalo Milanu?
- Zakaj ni prav reči, da je Milan v svojem svetu? Kako bi ga opisali drugim?



2. **Vprašanja o preobremenjenosti in obnašanju**

- Kaj mislite, kako se je Milan počutil, preden je mizo vrgel skozi okno? Je bil videti bolj prestrašen, zmeden, živčen, jezen ali kaj drugega?
- Zakaj Milanovo obnašanje ne pomeni, da je poreden ali nevaren? Kako bi lahko to obnašanje razložili sebi in drugim? Kaj smo videli v filmu, kako je bilo dogajanje v njegovih možganih prikazano v teh situacijah?
- Kaj bi lahko spremenili šola, razred ali otroci na igrišču, da bi se Milan počutil manj preobremenjenega? (npr. tišji prostor, jasnejša pravila, odmori)
- Se spomnite kakšne situacije, ko ste se tudi vi obnašali kot Milan, ker vam je bilo vsega preveč (utrujenosti, lakote, hrupa)? Kakšne so podobnosti in razlike?
- Milan ne govori. Kako bi se vi počutili, če ne bi mogli govoriti in izraziti vsega, kar vas skrbi ali veseli? Bi želeli imeti kakšno obliko komunikacije, na primer komunikacijske table in knjige s slikami in besedami ali tablico, na kateri lahko natipkate ali pokažete svoje sporočilo, ta pa ga glasno izgovori, da vas lahko ljudje okoli vas razumejo? Poskusite komunicirati brez govora ali narediti komunikacijsko tablo za učilnico ali dom.

3. **Vprašanja o sestri in družini**

- Kako se je sestra zaradi brata počutila na začetku filma? Kako se je na koncu?
- Imate tudi vi kdaj občutek, da ste za nekoga težava? Kaj se vam takrat pomaga počutiti ljubljene in varne?

- Zakaj je pomembno, da si predstavljamo, kako se počuti Milan?
- Kje v filmu vidimo, da v družini vlada ljubezen, tudi ko so vsi utrujeni, žalostni ali jezni?

4. Vprašanja o socialnih delavcih in strahu

- Zakaj so v zgodbah in filmih pogosto prisotni zlobneži ali negativni liki?
- Kaj socialni delavci počnejo v resničnem življenju? Poznate koga, ki opravlja to delo, ali ste slišali, kaj počnejo?
- Kaj bi rekli otroku, ki se po ogledu filma boji, da bo nekdo prišel ponj samo zato, ker je avtističen ali drugačen?

5. Vprašanja o prijateljstvu in vključevanju

- Kaj storijo fantje v filmu, da vključijo Milana? Kako mu pokažejo, da je dobrodošel?
- Kako se Milan spremeni, ko ga drugi sprejmejo in mu dajo priložnost, da sodeluje v njihovih dejavnostih?
- Kako lahko v razredu ali na igrišču vključite nekoga, ki je tišji, drugačen ali se hitro počuti preobremenjenega?



6. Vprašanja za starejše otroke (10–12 let)

- V katerem trenutku se vidi, da sestra spozna, da njeni problemi ne izvirajo iz Milana, ampak iz okolice in pričakovanj drugih?
- Kaj vam pomeni izrek: Avtizem + okolica + sprejemanje = dober življenjski izid? Kako bi bilo to videti v vaši šoli ali družini? Kaj bi to pomenilo za Milana, ki ne more govoriti? Kako bi mu pomagali izraziti njegove misli?
- Mislite, da film pomaga zmanjšati stigmo avtizma ali pa bi lahko kdo napačno sklepal, da so avtistični otroci nevarni? Zakaj?
- Kaj bi sporočili avtorjem filma: kaj je bilo odlično prikazano in kaj bi dodali ali spremenili v prihodnjem filmu z avtističnim likom?



Izvorna priprava smernic:

Kosjenka Petek, dipl. učiteljica

Eva Pavić, PODD moderatorka

Hrvaško Združenje za avtizem ASK

ask

združenje za avtizem in druge nevrološke motnje, samozagovorništvo in kulturo raznolikosti

:

Slovenski prevod in lektura: prevajalska agencija Razplet

Strokovni pregled: mag. soc. del. Urška Blatnik univ. dipl. ped., strokovna sodelavka, DRUŠTVO ASPI – društvo za podporo mladostnikom in odraslim z avtizmom

KORISTNE POVEZAVE:

Zveza SAM - Zveza društev za avtizem Slovenije
https://www.zveza-avtizem.si/

Priročnik za delo z osebami z avtizmom
https://www.zveza-avtizem.si/prirocnik-za-delo-z-osebami-z-avtizmom/

Priročnik za samozagovorništvo
https://www.drustvo-aspi.si/prirocnik-za-samozagovornistvo

Modri bobri
https://www.kinodvor.org/film/modri-bober-podobe-avtisticnega-sveta/

DIAGNOSTIKA OTROK IN MLADOSTNIKOV Z AVTIZMOM

Ambulanta za avtizem v okviru Službe za otroško psihiatrijo Pediatrične klinike UKC Ljubljana
https://www.kclj.si/dokumenti/avtizem
Telefon : 01 522 96 08
E-pošta: avtizem.pek@kclj.si
Lokacija ambulante: Ulica stare pravde 4, 1000 Ljubljana

Inštitut za avtizem Ljubljana
https://instavtizem.org/
Telefon: 059 831 179
E-pošta: info@instavtizem.org
Lokacija ambulante: Frankopanska 18, Ljubljana

Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše ljubljana
https://www.scoms-lj.si/
https://www.scoms-lj.si/spletno-narocanje.html

Izobraževalni center Pika
https://icpika.si/
Telefon: 01 43 42 360
E-pošta: pika@centerjanezalevca.si