

59 neacīmredzamas AST pazīmes

Rokasgrāmata vecākiem bērna novērošanai (1–3 gadu vecumā).



Materiāls speciālistu izstrādāts, integrējot vairākos avotos pieejamo informāciju.



Lietošanas instrukcija: Kā vērot bērnu?

1 no 54 bērniem šobrīd tiek diagnosticēts ar AST.

- ✓ **7–10 pazīmes:** Nav jābūt visām pazīmēm. Pietiek ar 7–10, lai būtu pamats vērsties pie speciālista.
- ✓ **Spektrs:** Katram bērnam ir savs unikāls izpausmju komplekts.
- ✓ **Vēsture:** Ja uzvedība bija raksturīga agrāk (1–3 gadu vecumā), bet ir izzudusi, tā joprojām skaitās.
- ✓ **Terminoloģija:** Autisms = AST (Autiskā spektra traucējumi). Tie ir sinonīmi.



1. KATEGORIJA: KOMUNIKĀCIJA (RUNA)



- **Runas aizture:** Līdz 1.5 gadiem neizmanto vārdus (piem., “mamma”) apzinātai saziņai. Līdz 2 gadiem neveido īsus teikumus.
- **Eholālija:** Uzmācīga frāžu atkārtošana no multfilmām vai reklāmām (neatbilstoši situācijai). Jautājuma atkārtošana tā vietā, lai atbildētu.
- **“Jā” un “Nē” trūkums:** Neizmanto vārdus vai galvas mājienus, lai piekristu vai atteiktu. Vecākiem visu laiku jāmin bērna vēlmes.
- **Jautājumu trūkums:** Neuzdod jautājumus “Kāpēc?” vai “Kas tas?”. Visu “zina pats” vai viņu tas neinteresē.



1. KATEGORIJA: KOMUNIKĀCIJA (INICIATĪVA)



- **Reakcija uz vārdu:** Nereaģē uz savu vārdu 9 no 10 reizēm (bet uzreiz atskrien uz saucienu “Konfekte!” vai “Multifilmas!”).
- **Mammas rokas izmantošana:** Lai dabūtu vēlamo, satver pieaugušā roku un “met” to virzienā uz objektu (nevis norāda vai prasa).
- **Iniciatīvas trūkums:** Nepienāk klāt vienkārši tāpat. Uztver vecākus kā “apkalpojošo personālu” (atvērt sulu, aiztaisīt rāvējslēdzēju), nevis kā saziņas partnerus.
- **Reakcija uz lūgumiem:** Ignorē lūgumus (piem., “aiznes bikses”), ja tie nav saistīti ar viņa tiešajām interesēm.



2. KATEGORIJA: SOCIĀLĀ MIJEDARBĪBA (SKATIENS)



- **Acu kontakts:** Izvairās no skatienu, skatiens “slīd pāri” sejai vai ir nedabiski dziļš/“caururbjošs” (skatās “cauri” cilvēkam).
- **Kopīgā uzmanība:** Neseko ar skatienu tur, kur rāda pieaugušais. Skatās uz pirkstu, nevis uz norādīto objektu (gleznu, putnu).
- **Iesaistīšanās (“Te un tagad”):** Nereaģē uz notikumiem (piem., nokrīt čemodāns). Nepaskatās uz mammu, lai pārbaudītu viņas reakciju uz troksni.
- **Apstiprinājuma meklēšana:** Nesarunājas ar skatienu. Kad paveic uzdevumu (ieliek puzli), neatskatās uz mammu, lai saņemtu uzslavu (“Skat, kā es māku!”).



2. KATEGORIJA: SOCIĀLĀ MIJIEDARBĪBA (EMOCIJAS & CITI)



- **Nedalās priekā:** Neatnes parādīt atrastu mantiņu, ziedu vai "dārgumu". Spēlējas viens.
- **Empātijas trūkums:** Nereaģē, ja kāds raud vai sasitas. Var pat sadusmoties uz raudātāju.
- **Sociālais smaids:** Zīdaiņa vecumā (līdz 6 mēn.) neatbild ar smaиду uz smaidu.
- **Vienaldzība pret prombūtni:** Nereaģē, kad vecāki atnāk mājās (neskrien pretī) vai aiziet.
- **Svešinieki & Robežas:** Vai nu ignorē citus (spēlējas blakus, nevis kopā), vai pārmērīgi lien klāt svešiniekiem un apskauj tos (sociālo robežu neizpratne)



3. KATEGORIJA: ROTAĻAS (METODE)



- **“Nepareiza” rotaļa:** Neizmanto mantas pēc nozīmes. Virina durtiņas, durtiņas, dauza mantas vienu pret otru, met puzles gabaliņus mājiņā.
- **Rindiņas:** Kārto mantas rindās (pēc krāsas/izmēra) bez sižeta.
- **Lomu spēļu trūkums:** Nespēlē “barošanu”, “dakterus”, “veikalus”. Nav simboliskās domāšanas.
- **Imitācijas trūkums:** Neatdarina kustības (“plaukstiņ-plaukstiņ”, dejas, “vārna-vārna”).
- **Fotografēšanās:** Pēc 2 gadu vecuma izvairās skatīties objektīvā, skatās sānis.



3. KATEGORIJA: ROTAĻAS (FIKSĀCIJAS)



- **Īpašas intereses:** Fanātiska aizraušanās ar šaurām tēmām (metro, ventilatori, dinozauri, lifti).
- **Hiperleksija:** Iemācās burtus/ciparus agrāk nekā runāt. Visur meklē un lasa uzrakstus/numurzīmes.
- **Grāmatas vs. Dzīve:** Atpazīst objektus grāmatā, bet nespēj sasaistīt tos ar reālo objektu dzīvē (piem., suns grāmatā vs. suns uz ielas).
- **Priekšmeti rokās:** Nēsā līdzī "ne-mantiņas" (akmentiņi, kociņi, maisiņi, vadi).
- **Pasakas:** Negrib klausīties sižetu/pasakas, tikai šķirstīt lapas.



4. KATEGORIJA: UZVEDĪBA UN RUTĪNA



- **Pastāvības nepieciešamība:** Histērija, ja mainās secība (piem., zābaki uzvilkti pirms cepures, vai otrādi).
- **Maršruti:** Grib iet tikai pa vienu ceļu. Nespēj "paiet atpakaļ" (jāmet loks).
- **Kontrolējoša uzvedība:** "Mazais priekšnieks" — norāda, kur kuram jāsež, kurš drīkst runāt.
- **Jaunā noraidīšana:** Atsakās no jaunām drēbēm (sezonas maiņa), mantām vai ēdieniem.



5. KATEGORIJA: SENSORĀ UZTVERE (SAJŪTAS)



- **Skalas skaņas:** Bailes no fēna, putekļsūcēja, urbjmašīnas (aizspiež ausis).
- **Jutība pret apģērbu:** Traucē birkas, šuves, noteikti audumi, ciešs apģērbs.
- **Taustes kontakts:** Izvairās no apskāvieniem/bučām vai tieši pretēji — uzmācīgi lien virsū.
- **Augsts sāpju sliekšnis:** Neraud un nekliedz, kad stipri sasītas.



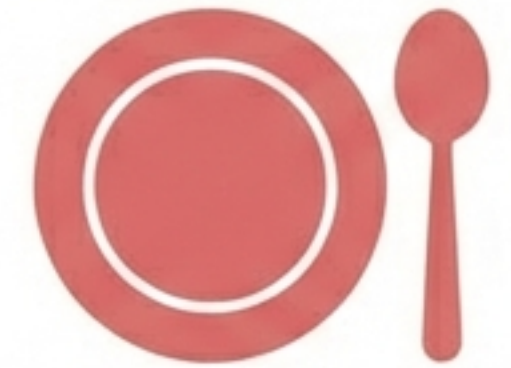
5. KATEGORIJA: SENSORĀ UZTVERE (KUSTĪBAS)



- **Stereotipas kustības (Stimi):** Roku vicināšana ("spārniņi"), lēkāšana, pirkstu klikšķināšana, mēles klikšķināšana. Parādās pie pārslodzes vai prieka.
- **Neparastas pozas:** Rokas nepastiepšana pretī, kad pieaugušais ceļ klēpī (ķermenis "nepiedalās").
- **Ieciklēšanās uz "kārtību":** Durvju virināšana, atvilktnu bīdīšana, gaismas slēgšana (monotonas darbības).



6. KATEGORIJA: IKDIENA



- **Izvēlīgums ēdienā:** Ēd tikai noteiktu tekstūru/krāsu. Nesajauc produktus uz šķīvja (nedrīkst saskarties).
- **Miega problēmas:** Grūti aizmigt, nakts mošanās, vajag ilgi šūpot.
- **Pašaprūpe:** Vēlāk apgūst podiņu, ģērbšanos, ēšanu ar piederumiem.
- **Nepamatotas bailes:** Bailes no sadzīviskām lietām (baloniem, durvīm, tumsas), kas citiem šķiet nekaitīgas.



7. KATEGORIJA: DROŠĪBA UN IZPRATNE



- **Bīstamības neizpratne:** Skrien uz ceļa, kāpj augstu, nebaidās krist. Jātur pie rokas.
- **“Ērts bērns”:** Stundām spēlējas viens, neko neprasa no vecākiem. (Tas ir satraucoši, nevis labi).
- **Izvēles problēma:** Nespēj izvēlēties ("šo vai šo"), ņem pirmo pagadīšos vai ignorē.



Sarkanie karogi: Acīmredzamais un Regresija

Acīmredzamās pazīmes

- Agresija, pašagresija (sišana sev).
- Fekāliju smērēšana.
- Griešanās ap savu asi, staigāšana pa apli.
- Kliegšana un gaudošana.

Regresija (Ļoti svarīgi!)

Ja bērns **zaudē** jebkuru prasmi, kas viņam jau bija (piem., pārstāj runāt vārdus, kurus jau zināja; pārstāj ēst produktus, ko iepriekš ēda). Tas **vienmēr** ir nopietns signāls.



Ko darīt tālāk?

- **Nekavējieties "Šūpolēs":** Ja šaubāties ("ir vai nav?"), nevelciet garumā. Speciālists sniegs skaidrību.
- **Matemātika:** 1 pazīme neko nenožīmē. **7–10 pazīmes = Meklējiet speciālistu.**
- **Laiks ir svarīgs:** Agrīna iejaukšanās (1–3 gadi) sniedz vislabākos rezultātus. Ar darbu var daudz ko koriģēt.

**Nesteidzieties krist izmisumā, bet sāciet rīkoties.
Jūsu bērns gaida jūsu palīdzību.**

