**Charakterystyka zaburzeń emocjonalnych u osób z autyzmem.**

Rozwój emocjonalny każdego dziecka przebiega we własny charakterystyczny sposób, dokonujący sie jednak według szeroko ujętych norm. Prawidłowo rozwijające się dziecko już w pierwszych miesiącach życia przejawia zachowania istotne dla budowania pierwszych relacji z najbliższą osobą,

Rozwój emocjonalny dzieci ze spektrum autyzmu przebiega nieprawidłowo.

Charakterystyczną cechą niemal wszystkich osób ze spektrum autyzmu (ASD) jest brak zainteresowania uczuciami i myślami innych ludzi oraz nieumiejętność uczestniczenia w naprzemiennych interakcjach społecznych. Tego typu problemy społeczne znajdują swoje odbicie w deficytach emocjonalnych charakterystycznych dla wspomnianego zaburzenia (Schaffer 2009, s. 178). Za główne symptomy zaburzeń emocjonalnych w autyzmie przyjmuje się:

* brak lub zaburzoną zdolność wyrażania emocji,
* niezdolność odbioru sygnałów o charakterze emocjonalnym,
* nieumiejętność rozumienia i właściwego reagowania na emocje przejawiane przez innych,
* nieświadomość uczuć i oczekiwań innych ludzi
* niezdolność do nawiązywania i podtrzymywania interakcji społecznych (Pisula 2003, s. 26).

Deficyty emocjonalne u osób z autyzmem pojawiają się stopniowo i są uwarunkowane wieloma czynnikami. Rozwój i funkcjonowanie emocjonalne osób ze spektrum autyzmu (ASD) jest przedmiotem wielu badań. Do najbardziej poznanych badawczo obszarów rozwoju emocjonalnego osób z ASD należą:

* umiejętność odczuwania, wyrażania i komunikowania emocji,
* zdolność rozpoznawania, różnicowania i rozumienia stanów emocjonalnych przeżywanych przez innych ludzi,
* empatia.

**Odczuwanie, wyrażanie i komunikowanie emocji przez osoby ze spektrum autyzmu**

Deficyty w ekspresji emocji u małych dzieci z autyzmem traktuje się jako sygnał ostrzegawczy oraz jeden z pierwszych wskaźników zaburzeń wyrażania i rozumienia emocji, które pojawiają się w późniejszych latach życia (Pisula 2011a, s. 449). Problem ten stosunkowo wcześnie zauważają rodzice, gdyż powoduje on szczególne trudności w komunikacji i kontakcie z dzieckiem. Rodzice nie potrafią wywołać u swoich małych dzieci pożądanych emocji. Z kolei dzieciom udzielają się emocje bliskich w sposób społecznie niewygodny. Choć treść przeżyć emocjonalnych innych jest dla nich na ogół niedostępna, to i tak reagują pobudzeniem lub wycofaniem się na podwyższenie poziomu napięcia w otoczeniu (Kościelska 1988, s. 60). Między innymi z tego powodu emocją często wyrażaną w kontaktach z innymi ludźmi jest u dzieci z autyzmem lęk. Zwykle przejawia się on niespecyficznymi reakcjami, jak: wzrost poziomu pobudzenia, bieganina, machanie rękami, krzyk, agresja lub autoagresja. Z kolei w momencie separacji od matki reakcje lęku u dziecka mogą objawiać się brakiem ekspresji.

Większość dzieci z autyzmem wyraża proste emocje, jak: gniew, strach, radość, smutek, natomiast mniej jest wyrażanych uczuć pozytywnych, takich jak przyjemność, zadowolenie lub radość, szczęście. Sposób ich wyrażania jest często nieadekwatny do sytuacji.

Specyficzne są również trudności w wyrażaniu i komunikowaniu emocji przez mimikę, ton głosu, intonację, postawę ciała, gestykulację. Mimika i gestykulacja dzieci ze spektrum autyzmu zazwyczaj określane są jako ubogie, płaskie, maskowate, nieadekwatne do treści przekazywanej informacji. Wyraz twarzy dziecka nie jest odzwierciedleniem zakresu i głębi emocji, a mimika jest nieadekwatna do sytuacji (Jagielska 2009a, s. 39). Podczas zabawy czy rozmowy z dzieckiem można zauważyć swoistą sztywność mimiczną (Attwood 2006, s. 50). Do rzadkości należy także wyrażanie pozytywnych emocji w połączeniu ze współdzieleniem uwagi i utrzymywaniem kontaktu wzrokowego.

Odmienny sposób wyrażania emocji przez dzieci ze spektrum autyzmu można zaobserwować także podczas nawiązywania kontaktu z bliskimi. Niektóre z nich okazują emocje, ustawiając się bokiem, a nawet tyłem do osoby zwracającej się do dziecka. Czasami posługują się przedmiotami dla siebie znaczącymi, np. sznurkiem, piłką, klockiem, przy okazywaniu emocji i zainteresowania (Rybka, Garncarz 2009, s. 143). Zwykle ekspresja w takich kontaktach jest dziwaczna, nieczytelna, brak w niej subtelności i precyzji. Zupełnie obcy człowiek może zostać ucałowany w usta, a niezadowolenie wobec bliskiej osoby może być wyrażone w sposób nieadekwatny do kontekstu sytuacji (Attwood 2006, s. 50).Trudności w wyrażaniu emocji odzwierciedlają się także w komunikowaniu ich za pomocą języka. Dzieci ze spektrum autyzmu, które opanowały funkcje mowy, mają problemy z prowadzeniem konwersacji i komunikowaniem przeżywanych emocji. Rozumiane przez nich wydarzenia są opisywane raczej w kategoriach działań, a nie uczuć (tamże 2006, s. 50). Większość z nich nie umie mówić o swoich potrzebach, uczuciach, myślach i intencjach. Nie potrafią nazywać emocji w momencie, kiedy je przeżywają, synchronizować słów z przeżyciami emocjonalnymi.

**Rozpoznawanie i rozumienie stanów emocjonalnych innych ludzi przez osoby ze spektrum autyzmu**

Istotnym elementem funkcjonowania emocjonalnego osób ze spektrum autyzmu są zaburzenia przetwarzania informacji społeczno-emocjonalnych oraz odpowiedniego reagowania na sygnały o znaczeniu emocjonalnym. Trudności z rozpoznawaniem i rozumieniem emocji wyrażanych przez innych ujawniają się już w najwcześniejszym okresie ich życia. Upośledzenie tej umiejętności w znacznym stopniu powoduje nieadekwatne zachowania społeczne i reakcje emocjonalne osób z autyzmem wobec innych. W wyniku obserwacji i prowadzonych badań stwierdzono, że problemy rozpoznawania emocji przez osoby z autyzmem pozostają w ścisłym związku z zaburzeniami przetwarzania informacji dotyczących twarzy oraz rozumienia ekspresji mimicznej, stwierdzanymi już u małych dzieci z autyzmem (Pisula 2011b, s. 351). Dzieci te poświęcają ludzkim twarzom i wyrażanym przez nie emocjom znacznie mniej uwagi, niż czynią to ich rówieśnicy. Wykazują też mniejszą zdolność do spontanicznego naśladowania wyrazów twarzy czy gestów. Dzieci z autyzmem nie mają trudności z odczytywaniem i rozumieniem prostych stanów emocjonalnych, takich jak: radość, smutek, złość czy strach, natomiast ogromny problem sprawia im rozpoznawanie i rozumienie emocji kognitywnych, jak: zaskoczenie, zakłopotanie, zaciekawienie, zdziwienie, rozczarowanie, zazdrość, wstyd czy znudzenie. Zrozumienie tych stanów wymaga wyobrażenia sobie, co przeżywa obserwowana osoba, czyli tego, co dzieje się w jej umyśle. Rozumienie emocji zależy od rozumienia innych stanów umysłu, w szczególności przekonań i pragnień. Połączenie, iż przekonania i emocje oddziałują na siebie, jest dla dziecka autystycznego wysoce niezrozumiałe. Oznacza to, że dziecko takie ma kłopot z odróżnieniem tego, co jest w jego umyśle, od tego, co jest w umysłach innych ludzi. Tym samym nie potrafi pojąć, że inni ludzie mają niezależne przeżycia emocjonalne (Harris 1989; Baron-Cohen i in. 1993). Zaburzenie to w konsekwencji zamyka osobom z autyzmem drogę do pełnego i właściwego zrozumienia oraz przewidywania zachowań innych ludzi.

**Empatia osób ze spektrum autyzmu**

Zdolność do odczytywania emocji, przeżyć emocjonalnych innych osób ma wiele nazw: empatia, współodczuwanie, odzwierciedlenie, dostrojenie. W swojej istocie zdolność jednego umysłu do spostrzeżenia i następnie przeżywania elementów umysłu innej osoby to niezwykle ważny wymiar ludzkiego doświadczenia. „Czytanie w umyśle” lub „wgląd w umysł” pozwala szybko wykryć emocjonalny stan drugiej osoby. Ta forma komunikacji pozwala spostrzegać intencje, zrozumieć interakcje społeczne i antycypować zachowanie innych ludzi (Siegel 2009, s. 133). Deficyt teorii umysłu u osób ze spektrum autyzmu ma swoje konsekwencje w trudnościach z postawieniem się w sytuacji innego człowieka, ze spojrzeniem z jego perspektywy. Z tego też powodu niełatwo jest im nawiązać intuicyjne, emocjonalnie znaczące więzi, a często jest to wręcz niemożliwe. Nie potrafią spontanicznie poczuć się w świecie emocji innych ludzi (Bauer 2008, s. 55). Przy zaburzonej zdolności do „znalezienia się w umyśle” drugiego człowieka osoba z autyzmem ma trudności z okazywaniem empatii wobec uczuć bliskich jej osób (Frith 2008, s. 142). Osoba nieumiejąca okazać empatii nie potrafi intuicyjnie domyślać się, jak czują się bliscy ludzie, by później traktować ich z odpowiednią troską, wrażliwością i szacunkiem. Upośledzenie emocjonalnego angażowania się w kontaktach z innymi przy braku świadomości uczuć innych ludzi to wynik nieumiejętności rozumienia stanów umysłu drugiego człowieka. Zdolność rozpoznawania, co inni ludzie mają na myśli, odnoszenia się do ich opinii oraz odczuwania empatii, to elementy tej samej zdolności.

Osoby z autyzmem reprezentują skrajnie męski typ mózgu, dobry w systematyzowaniu, ale bardzo słabo radzący sobie z odczuwaniem empatii, co stanowi przyczynę niewłaściwych zachowań społecznych, charakteryzujących się poważnymi brakami w rozumieniu emocjonalnym. Chodzi tutaj o szczególną nieumiejętność intencjonalnej empatii, która wymaga zdolności mentalizowania i opiera się na instynktownym kierowaniu się ku stanom umysłowym innych ludzi. Zdolność do empatii wobec innych osób wymaga posługiwania się teorią umysłu i opiera się instynktownym kierowaniu ku stanom umysłowym innych ludzi. Osoba przejawiająca zdolność przypisywania innym stanów umysłu potrafi okazać reakcję empatyczną i tym samym zrozumieć drugiego człowieka, zarówno jego smutek, strach, jak i radość czy cierpienie.

Osoby ze spektrum autyzmu, ze względu na specyficzny deficyt teorii umysłu, mogą na płaszczyźnie empatii wykazywać wiele trudności dlatego bardzo ważne jest nauczanie ich czytania umysłu. W książce „Jak uczyć dzieci z autyzmem czytania umysłu” autorzy wyróżniają 5 poziomów rozumienia emocji:

* Rozpoznawanie ekspresji mimicznej na fotografii
* Rozpoznawanie emocji na schematycznych rysunkach
* Identyfikacja emocji wywoływanych sytuacją
* Identyfikacja emocji wywołanych pragnieniem
* Identyfikacja emocji uwarunkowanych przekonaniami.

Wszelkie deficyty emocjonalne w rozwoju osób ze spektrum autyzmu nie pozostawiają wątpliwości, że znacznie utrudniają i zaburzają ich funkcjonowanie społeczne. Badania nad etiologią i symptomatologią zaburzeń emocjonalnych osób z autyzmem prowadzone są intensywnie. Dużą pomocą są autobiograficzne wypowiedzi wysoko funkcjonujących osób z ASD na temat doświadczanych przez nie emocji. Analiza tego typu materiałów wskazuje, że jest w nich wiele wypowiedzi bezpośrednio odnoszących się do emocji i uczuć. Osoby te często odczuwają natłok emocji, z którymi nie potrafią sobie poradzić. Mają problem z uświadomieniem sobie i zinterpretowaniem tego, co przeżywają. W dodatku mają trudność z akceptowanym społecznie i możliwym do jednoznacznego odczytania przez innych wyrażaniem własnych uczuć (za: Pisula 2011b, s. 357). Nie należy jednak zapominać, że zakres i natężenie tych trudności o charakterze emocjonalnym są wysoce zróżnicowane u poszczególnych osób z ASD.

**Bibliografia**

Frith U. (2008), Autyzm. Wyjaśnienie tajemnicy, Wydawnictwo GWP, Gdańsk

Kościelska M. (1988), Kliniczne kryteria oceny emocji, [w:] M. Kościelska (red.), Studia z psychologii klinicznej dziecka, WSiP, Warszawa

Holwlin P.,Baron-Cohen S., Hadwin J., 2010 Jak uczyć dzieci z autyzmem czytania umysłu,Wydawnictwo JAK, Kraków

Schaffer H. R. (2009), Psychologia dziecka, Wydawnictwo PWN, Warszawa

Pisula E. (2010), Autyzm. Przyczyny, symptomy, terapia, Wydawnictwo Harmonia, Gdańsk

Pisula E. (2011a), Wspomaganie osób z zaburzeniami należącymi do autystycznego spektrum w perspektywie psychopatologii rozwojowej, [w:] J. Trempała (red.), Psychologia rozwoju człowieka, Wydawnictwo PWN, Warszawa

Pisula E. (2011b), Autyzm a emocje. Trudności w rozpoznawaniu i regulacji emocji u osób z zaburzeniami należącymi do spektrum autyzmu, [w:] D. Doliński, W. Błaszczyk (red.), Dynamika emocji Teoria i praktyka, Wydawnictwo PWN, Warszawa

Rybka A, Garncarz A. (2009), Stymulowanie rozwoju emocjonalnego u osób z autyzmem, [w:] J. Kossewska (red.), Kompleksowe wspomaganie rozwoju uczniów z autyzmem i zaburzeniami pokrewnymi, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków

Siegel D. J. (2009), Rozwój umysłu. Jak stajemy się tym, kim jesteśmy, Wydawnictwo UJ, Kraków.