

Джастин Эс

Дневник аутиста

Научи меня слышать, и я увижу этот мир...



Джастин Эс

**Дневник аутиста. Научи меня
слышать, и я увижу этот мир...**

«Издательские решения»

Джастин Эс

Дневник аутиста. Научи меня слышать, и я увижу этот мир... /
Джастин Эс — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-983484-3

НЕЗАКОННОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ, ПСИХОТРОПНЫХ ВЕЩЕСТВ, ИХ АНАЛОГОВ ПРИЧИНЯЕТ ВРЕД ЗДОРОВЬЮ, ИХ НЕЗАКОННЫЙ ОБОРОТ ЗАПРЕЩЕН И ВЛЕЧЕТ УСТАНОВЛЕННУЮ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВОМ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ. Хочешь понять, о чём думает, что видит, слышит и чувствует ребёнок с РАС? Эта история проведёт тебя по всему пути реабилитации — от принятия диагноза до эффективных методов коррекции и полной социальной адаптации. Книга построена таким образом, чтобы её было легко читать и воспринимать всю прочитанную информацию. Для адаптации особенного ребёнка к социуму нужно понять первопричину и начать раннюю коррекцию, пока мозг ещё гибок к обучению.

ISBN 978-5-44-983484-3

© Джастин Эс
© Издательские решения

Содержание

Предисловие	6
Часть I	7
Глава 1: «Обычный ребёнок»	7
Глава 2 «Калейдоскоп»	9
Глава 3: «Странные вещи вокруг»	10
Глава 4 «Я не привязан к месту»	11
Глава 5 «Страх, стресс, истерики»	13
Глава 6 «Первопричина»	14
Конец ознакомительного фрагмента.	15

Дневник аутиста

Научи меня слышать, и я увижу этот мир...

Джастин Эс

© Джастин Эс, 2020

ISBN 978-5-4498-3484-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Джастин Эс

«Дневник Аутиста»

Предисловие

Привет, я Джастин и, кажется, сегодня мне велено появиться на свет. Я имею феноменальную память и могу вспомнить многие детали моей жизни. Наша память строится не только на картинках своего прошлого, полученных визуальным способом, но и рассказы родителей заставляют нас рисовать эти картинки.

Это осень, по крайней мере, очень похоже на то. Я рад, что буду рождён именно в это время года, ведь только осенью можно ощущать некое спокойствие от всего вокруг и не видеть эту ежедневную суету, не видеть ни радости, ни горя, а просто быть наедине с самим собой. Осень – это самое первое, что я увижу в своей жизни. Громкий звук дождя гораздо мягче повседневного шума и гром с грозой мне совсем не страшен. С мамой я уже посмотрел зиму, весну и лето.

Почему многим людям так нравится дождь? Некоторым приятно засыпать под громкие звуки ливня. Возможно, это пришло к нам от наших предков. Никакого «звука настроения» или романтики, просто хищники не охотятся во время дождя.

Моя мама Анна – хороший и очень добрый человек. Девять месяцев она придерживалась каких-то диет, старалась избегать курящих и испытывала минимум стресса. Честно говоря, я очень переживаю, что когда появлюсь на свет, могу обидеть её. Я постараюсь поменьше говорить, чтобы не сказать лишнего, ведь все вокруг друг друга обижают простыми словами – я это слышал. А ещё я слышал, как мама играет на фортепиано, кажется, у неё талант. Это действительно божественная музыка. Одну из мелодий я даже запомнил и помогал маме её играть, она это чувствовала, а потом почему-то смеялась. Мне это нравилось, в такие моменты я ощущал тепло и пытался как можно дольше его удержать.

Папа – довольно строгий, но тоже добрый человек. Его зовут Давид. Он защищал маму от всего вокруг, пока я был внутри, и старался как можно больше времени проводить с нами. Один раз мы все вместе ездили на пляж купаться, но мне, честно говоря, такая затея не особо понравилась. У мамы развился сильный токсикоз, пришлось возвращаться раньше времени, но всё обошлось.

Я знаю, что когда появлюсь на свет, я забуду эти моменты. Надеюсь, мои мама с папой будут рядом, чтобы напомнить мне о них. Таков наш мозг, он не сохраняет бесполезную информацию, я забуду, как мама играла мне и единственное с чем я приду, это мои базовые потребности, инстинкты и мой самый первый характер. Ох, о моём характере можно будет книгу написать. Когда вырасту, думаю, этим и займусь. Хотя какой с меня писатель, ведь я Аутист с тяжёлой формой, только мама с папой пока об этом не знают...

Часть I

Глава 1: «Обычный ребёнок»

«... человек не рождается раз и навсегда в тот день, когда мать производит его на свет, но жизнь заставляет его снова и снова рождаться заново самому»

Габриэль Гарсиа Маркес

– *Гляди, как он смотрит!* – воскликнул Давид, обращаясь к Анне – *Он только пришёл к нам, но уже смотрит мне прямо в глаза! Будто всё понимает!*

– *По его взгляду видно, что он очень смысленный ребенок* – поддержала медсестра. На её лице было написано, что она счастлива не меньше моих родителей. В этот раз, на удивление, роды прошли идеально, персонал показал высокий уровень квалификации, или просто нам повезло. Мама восемь часов пыталась меня родить. Это были парные роды, когда отец мог присутствовать на них, но непосредственно во время самого процесса его попросили выйти за дверь.

После того, как всё закончилось, Давид вошел в палату. Папу я увидел первым, когда открыл глаза. А с мамой ещё проводили какие-то процедуры. В это время он меня носил на руках. Потом вошла медсестра со шприцем. Это прививка. Было больно, но не особо, я быстро успокоился. Ещё они измерили мой рост и вес. Через некоторое время мне поставили очередную прививку, мама об этом узнала после, она была зла, но уже слишком устала, чтобы скандалить. Она была против прививок. А потом нас с мамой просто выписали, как совершенно здоровых. Папа не делал пир на весь мир, он скромно забрал нас с роддома в присутствии только самых близких родственников. Сейчас я бы это оценил.

Я видел это всё как бегающие цветные картинки, и не мог отличить один предмет от другого. Единственное, что я чувствовал это голод. Поэтому я так часто проводил время у маминной груди. Зрение появляется не сразу, еще нужно было научиться интерпретировать то, что я увидел. И на это было дано не так много времени, ведь если бы я не смог это сделать, всё обернулось бы еще плачевнее, чем сейчас. А ты знал, что новорожденные видят мир в серых тонах и могут правильно отличать все цвета только к двум месяцам, а то и позже?

Не так давно ученые провели опыт с человеком, который родился совершенно слепым. Но ему повезло, в свои почти тридцать лет он получил квоту на лечение. Оказывается, технологии дошли до того, что его форму слепоты смогли излечить. В течение трёх месяцев он, вполне адекватный, рассказывал, как ему было сложно адаптироваться. Ему было страшно ехать на машине (пассажиром), он думал, что каждый дорожный знак может вот-вот врезаться в них, хотя знаки могли быть в десяти – двадцати метрах. Учёные наблюдали за ним, это позволило доказать, что человек с рождения не сразу может воспринимать всем знакомое трёхмерное пространство. И точно также происходит не только со зрением, но практически с каждым человеческим органом.

Так о чём это я... Дело в том, что со зрением у меня всё было довольно хорошо, с течением времени я смог определять расстояние до нужного предмета. Была одна жёлтая погремушка, которую я очень любил и из рук не выпускал. Постоянно тянулся к ней. Почему-то любимым цветом был желтый, особенно с более золотистым оттенком. На этот цвет я чаще всего направлял свой взгляд, но вот люди, лица... я на них не обращал никакого внимания. Да и патологией в моём – то возрасте это еще не считалось, таких как я много малышей.

Вообще, в физическом плане, я довольно быстро развивался. Вовремя научился ползать, а позже и ходить. Моей самой главной болью были зубы. Почему-то они лезли слишком быстро и болезненно. Каждый раз это сопровождалось очень высокой температурой. За всё время родители вызвали доктора два раза и оба раза нам не сделали ничего нового, давали те же свечи, что использовали мама с папой для того чтобы сбить жар.

Кстати говоря, прививки мне больше не ставили. Родители специально писали отказные, я считаю, что это правильно. Так как за всю свою жизнь я особо ничем и не болел, у меня очень хороший иммунитет.

Вообще в плане медицины мама с папой довольно грамотные люди. Они всегда находили правильные лекарства от разных болезней и сдавали анализы мы всегда в частных клиниках, без направления врача. Когда у меня поднималась высокая температура при реакции на воспаление десен или когда болело горло, родители старались долгое время не сбивать её, вплоть почти до 39 градусов. Таким образом, мой иммунитет быстро научился справляться с различными вирусами и после трёх-четырёх лет жизни гриппом я болел по пальцам одной руки пересчитать. А ты знаешь, что самая высокая температура тела человека – 46,5 градусов, она была зафиксирована в 1980 году у Уила Джонса после теплового удара? Да, он выжил.

Единственное, о чём мама с папой не знали, так это то, что я не мог их услышать. Я не знал, почему не умел этого делать. Я слышал только шум вокруг себя в буквальном смысле и не мог понять, что у этого шума есть источник. Но в целом, думаю до года, я был простым ребенком, постоянно радовал родителей своими новыми навыками. А однажды случилось что-то необычное. То, что мне понравилось, а вот маме с папой совсем нет.

Глава 2 «Калейдоскоп»

*«Неверно, будто телевидение отучает людей думать; оно просто
фокусирует их безмыслие»
Малколм Маггеридж*

Это был целый букет из звуков и картинок. Я любил, когда он появлялся, а это случалось очень часто, я погружался в него с головой, хоть и понятия не имел что это такое. В это время рядом обычно никого не было, или мне просто так казалось. Эта штука издавала различные шумы и красочные картинки, а я махал руками словно крылышками, взлетая от радости. Картинками я мог любоваться целую вечность, но когда они уходили, мне становилось немного грустно.

Сейчас я понимаю, что телевизор – не самое интересное в жизни, но тогда он был моим главным стимулятором наслаждения. Ещё я старался подойти к нему как можно ближе, чтобы рассмотреть каждую цветную деталь. Он стоял на специальной подставке, которая была ростом с меня. Я подходил, облакачивался на неё и вглядывался до тех пор, пока родители это не увидят и не оттащат меня, но мне было всё равно. Папа часто покупал мне новые видеокассеты с мультфильмами.

Кроме телевизора меня больше ничего не интересовало, когда он отключался, я мог просто лежать на полу, взяв один из странных и скучных тусклых предметов, которыми была заполнена вся моя комната. Я не придавал им никакого значения, мне совершенно неважно для чего они использовались и копией или частью каких больших вещей могли являться. Но всё-таки я смог однажды найти им интересное применение. Я понял, что любой предмет может быть закручен, не важно какой он формы.

Я стал тренироваться крутить, с каждым разом у меня получалось это всё лучше и лучше. Мне было совершенно не интересно, смотрят на меня в это время, видят мои результаты или нет. Для меня самое главное, чтобы эти результаты видел я. Когда я закручивал очередной странный предмет, я радовался и мог тянуть время до следующего сеанса моего красочного «калейдоскопа». Да-да, я обращал внимание на чёрный экран и ждал. Тогда я ещё не знал, что этим экраном управляют мои родители. Он затягивал меня всё глубже и глубже, отдаляя от серого мира вокруг.

Проходили дни, но моя любовь к «калейдоскопу» так и не угасала. Другого мне ничего не нужно было. Да и зачем? Ведь я постоянно получал новую порцию шумных красок. А ещё я научился подражать изменению цветов. А ты так умеешь? Нет! Так умею только я! Я махал руками ровно в те моменты, когда определенные краски смешивались между собой, так я «сливался» с ними. Они и есть настоящая жизнь. Что касается всего остального, мне это безразлично.

Глава 3: «Странные вещи вокруг»

«Слепой не скажет тебе спасибо за зеркало»

Томас Фуллер

Я не хочу, чтобы ты надо мной смеялся, а хочу, чтобы ты немного пофантазировал. Ведь у тебя с фантазией всё ок, в отличие от меня. Представь, что ты попал в незнакомое место, в комнату, где густой туман. Ты не знаешь расстояния от одной стены до другой, ты не можешь запомнить расположение предметов, ведь как только ты от них отходишь, они тут же куда-то исчезают из виду. К тому же каждый предмет настолько странный, что ты не сможешь понять его предназначение, даже если хорошенько подумаешь, для чего он нужен. Представь, что ты взял один из этих странных предметов, а он просто серый и треугольный. Будет ли он тебе интересен? А таких предметов вокруг меня очень много, они все одинаковые. Почему они должны быть интересны мне? Я могу их виртуозно крутить или складывать в длинный ряд, только так они могут принять понятную мне форму и стать интересными.

Понимаешь в чём дело? Я хочу, чтобы ты понял. Я ещё маленький и, к сожалению, из этой комнаты мне долго выбираться, возможно, придётся потратить всю жизнь. Я хочу, чтобы ты мне помог и даже знаю как. Не ищи причину в себе, я знаю, ты любишь это делать – углубляться в свои мысли, там ты ничего не найдёшь и можешь только навредить себе. Тебе придётся принять меня таким, защищать меня и часто смотреть на мир моими глазами. Я вижу людей, которые меня понимают, меня тянет к таким, но не сейчас. Сейчас мне нужна помощь, чтобы разобраться в том, что происходит вокруг, а сделать это нужно как можно скорее, пока я полностью не сформировал свое видение мира таким, каков он для меня сейчас.

В свой годик я запомнил некоторые пути, проходящие из комнаты в комнату. Иногда эти пути закрывались. Сейчас я понимаю, что это были просто двери. А тогда я думал, что так должно быть, что так заведено природой, что ли. Я не умею искать причину, мне это даётся очень сложно, честно говоря, я и не хочу искать. Для меня, аутиста, всё познаётся не в копании в мыслях, но в регулярной практике. Я могу крутить один и тот же предмет сотни раз, говорить одно и то же слово, стучать по одному и тому же предмету и прочее. Я не ухожу глубоко в мысли, я просто делаю одно и то же действие до тех пор, пока не стану разбираться в этом деле. И поверь, я не собираюсь делать это всю жизнь, просто дождись. Когда я научусь, мне больше не будет это интересно.

Однажды я понял, что у одного из предметов есть отдельная часть, я заметил это случайно, когда попытался снова покрутить, но предмет не сдвинулся с места, а стала крутиться его половинка. Мне это очень понравилось, я стал это делать чаще (это были колёсики от машинки). Чуть позже я стал находить такие части и на других предметах, но их предназначение всё также для меня оставалось загадкой.

Не хочу никого огорчить, но для меня было всего два типа предметов: статичные, которые не двигались сами по себе и «живые предметы», которые передвигались вокруг. Иногда живые предметы брали меня и зачем-то переносили с места на место. Ещё они издавали странный шум, я старался не обращать на это особого внимания, мне больше нравилось слушать другие звуки, особенно звуки моего калейдоскопа.

Мне никогда не было страшно, я вообще не знал, что такое страх и зачем он нужен. Я знал, что такое быть голодным, понимал боль, тепло и холод, мог отличить острый предмет от тупого. Но понятия не имел, что значит страх, обида, радость, любовь и другие подобные чувства.

Глава 4 «Я не привязан к месту»

*«Дом не может считаться жилищем человека, пока в нем нет
пищи и огня не только для тела, но и для разума»*

Сара Маргарет Филлер

Я очень долго не мог понять объёма того пространства, где нахожусь и не мог запомнить локацию, лишь только некоторые пути, о которых уже писал. Если меня приводили к бабушке с дедушкой, для меня это было то же самое, если бы я остался дома. Я не мог понять, что местность изменилась. Но мне совершенно не нравился уличный шум и поездки в машине, потому, что это очень тесно, некомфортно и куда бы я не двинулся, меня постоянно хватили за руку и тащили. Я был будто связан в той же туманной комнате. А кому может понравиться быть связанным по рукам и ногам?! И то, о чём я тебе сейчас пишу, продолжалось до трех лет.

Я не знал маму и папу от слова совсем. Для меня все люди вокруг были одинаковы, я их не отличал друг от друга примерно до двух с половиной лет. Потом всё изменилось, я расскажу об этом позже. Если родители оставляли меня надолго, а потом приходили за мной, я не бежал к ним с объятиями, как это делают другие дети. Но не думай, что мои родители мне безразличны! Нет, я просто не понимал и не чувствовал ничего по отношению к «живым вещам» и не хотел этому учиться. На таких как я могут поставить клеймо эгоиста и нарцисса, но дело в том, что я просто с рождения не имел способности к эмпатии. Взаимодействуя с кем-либо, я не могу понять, сделаю ли я ему больно, или наоборот подарю радость. И то же самое отношение у меня не только к другим существам, но и к самому себе. Понимаю, это сложно объяснить, но я стараюсь.

Когда мне было почти два года, мы гуляли с родителями в парке. Меня посадили в песочницу, я стал громко кричать. Я ненавижу грязь, особенно когда она липнет ко мне. Папа сразу вытащил меня и стал отряхивать. Песок был мокрым, мне нужно было, чтобы на мне не осталось ни одной песчинки, что и было сделано. Так происходило всегда, если я видел на себе грязь, я очень бесился. Почему так? Да просто это неприятно, когда к тебе что-то липнет, это очень сковывает.

Хоть я и был всегда рядом для родителей, пока мы гуляли, для себя я всегда был в абсолютном одиночестве. В своём возрасте я никогда не искал и не чувствовал защиту в ком-то. Это можно сравнить с двумя видами животных. Собаки во время опасности всегда стараются быть близко к своему хозяину, они чувствуют его защиту и, также, защищают его. А кошки наоборот. Во время опасности они убегают от хозяина, скрываются в темных и недоступных местах. Они всегда сами по себе. Но я не как кошка, я просто не думал об опасностях, не думал о том, от чего меня нужно защищать. Поэтому и не понимал, почему, когда мне понравится какой-то опасный предмет, меня тут же оттаскивают от него. Мне ничего не стоило выйти на оживленную магистраль, но высота всегда приводила меня в панику. Как ты думаешь, почему? Всё потому, что я осознавал пространство и отдавал себе отчёт о расстоянии до пола. Я знал, что будет больно, если я упаду с высоты. Всё-таки инстинкт самосохранения здесь работал правильно. Но выходя на дорогу, не думал, что проезжающие мимо автомобили могут быть опасными. А ещё, я никогда бы не прикоснулся к острому предмету и отдернул бы руку от горячего, всё это я тоже осознавал. Кстати, с помощью «холодное-горячее» я узнал о многих предметах, которые позже первыми стали иметь для меня смысловые значения, например о чайнике и кактусе. С помощью характеристики «острое» я узнал о существовании такого животного, как ёжик, когда стал постарше. Если бы родители понимали, что мне нужно больше взаимодействовать с объектами, которые особо влияют на эмоции, думаю, я бы раньше стал понимать значения многих предметов, в том числе живых существ. Но самая большая про-

блема моих родителей в том, что они слишком слушались меня. А я так и оставался внутри этой «серой» комнаты, самостоятельно обучаясь всё лучше манипулировать «живыми вещами».

Глава 5 «Страх, стресс, истерики»

«Уйдя в себя, недолго заблудиться...»

Тагуи Семирджян

Я никогда не смотрел людям в глаза, если это и происходило, то по чистой случайности. Я до сих пор не понимаю, что в глазах такого интересного? Ведь настроение человека можно определить по интонации его голоса. Также я никогда не указывал пальцем на предметы, как это делают другие дети, этого я просто не умел. Так уж получилось, что став чуть постарше, с помощью своих истерических припадков я мог заполучить многие предметы. И тогда я стал понимать, что если мне что-то нужно, можно просто громче кричать и вскоре это у меня появится, а некоторые вещи требовали особых усилий, например – приходилось калечить себя. Не то, чтобы мне это нравилось, но это приносило результат. Так я добивался своих целей.

Самый лучший способ – начать биться головой об пол или стены. Я получал небольшие увечья, и таким образом мог обратить на себя внимания. Я стал делать это чаще, но только в присутствии родителей или, зная, что меня в итоге услышат с другой комнаты и придут помочь. Эта помощь могла заключаться не только в получении предмета. Я мог истязать себя, когда у меня что-то болело, или когда мне было холодно, или когда хотел посмотреть определённый момент в мультфильме. Родители не всегда понимали, что мне нужно, приходилось бить себя ещё сильнее. Моя программа манипуляции была слишком хороша и на этом не заканчивалась. Иногда всё доходило до срыва, я просто лежал, уставившись в одну точку, тяжело дыша, и не обращал внимания на родителей вообще. Никакого психического изменения в моей голове не происходило в такой момент, как думали испуганные родители. Моя психика не портилась. Я просто отдыхал, обдумывал случившееся и продолжал привлекать к себе внимание уже таким образом и это тоже работало, только мне это очень не нравилось, слишком много сил приходилось тратить на подобное поведение.

Хочу рассказать о страхе и стрессе... Многие сейчас любят говорить, что аутист постоянно испытывает стресс. Уж поверь, я испытывал гораздо меньше стресса, чем обычные дети и мои родители. А поводов для стресса было слишком много, об этом я тоже расскажу чуть позже. Да, это касается моей реабилитации. Я уже говорил о том, что мне неведомы чувства, и стресс относится к ним же. Но это было не всегда, примерно до трёх с половиной лет. А после, я уже помню мои первые страхи.

Страх начинается тогда, когда появляется способность к устойчивому воображению. Когда я начинаю ассоциировать предмет моего страха с чем-либо, или визуализировать его на себе. Но это удел обычных людей. Люди всегда пытаются сравнить аутиста с собой, думая, что мы испытываем то же самое. Это забавно, но и печально. Я бы хотел дать совет, как понять, может ли ребёнок в своём возрасте испытать стресс от ситуации или нет. Всё очень просто. Если малыш уже умеет играть в ролевые игры игрушками или представлять себя кем-то, повторять за кем-то, вот тогда он может испытывать страх и стресс. А до тех пор, пока у него нет таких навыков, стрессовое состояние ему чуждо. Не путай страх основанный на базовых инстинктах самосохранения и свой взрослый страх. Приведу пример: боязнь высоты и боязнь за то, что тебя уволят с работы, понимаешь?

Меня не нужно жалеть, я чувствую себя прекрасно, занимаюсь своими делами и даже медленно, но развиваюсь. Прости меня, что не могу вести себя как все, в этом нет твоей вины, да и моей тоже. Таким я родился и сейчас я хочу рассказать тебе о главной причине того, почему это всё происходит. Настало время, когда мама с папой начали понимать, что со мной что-то не так.

Глава 6 «Первопричина»

«Все самое настоящее незаметно на первый взгляд, молчаливо на слух»

Эльчин Сафарли

– Давид, тебе не кажется, что он плохо слышит? Может сводим его проверить слух? – беспокойно обратилась Анна к мужу.

– Я тоже тебе хотел об этом сказать, но не знал как – поддержал Давид. – Дело в том, что он слышит, но, такое чувство, что только то, что сам хочет услышать.

В это время я сидел на полу спиной к родителям и крутил очередную странную штуковину на линолеуме. Я уже понимал важность скользкой поверхности и был погружен в это занятие с головой. Развивался ли мой мозг во время этого процесса? Если не считать тренировки мелкой моторики и качество кручения, то думаю, нет. Со стороны это больше похоже на глубокую задумчивость. Вот только думать мне особо было не о чем.

Вдруг я услышал резкий звук, сначала я не понял что произошло. Я не стал реагировать. Спустя некоторое время я услышал вокруг себя щелчки, но не мог понять их источник и старался просто не обращать внимания. И вот снова, уже громче, кажется, где-то слева. Что происходит?! Мне стало некомфортно, и я заплакал.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.