

A Mente Autista

| Gary Walesky | Outubro de 1997 | Tradução: Fga. Mônica Accioly |¹

A mente de um indivíduo neurotípico possui uma inteligência incrível e é extremamente ávida por conhecimento. Como uma esponja absorvendo água, a mente rapidamente absorve e processa qualquer informação recebida. O indivíduo atravessa a vida absorvendo todas as informações a que é exposto, acumulando experiências e senso comum.

A mente de um recém nascido é como uma folha em branco. Desde o primeiro dia de vida, a mente da criança recolhe informações e um texto começa a ser escrito nesta folha em branco. O cérebro começa a crescer e a criança adquire conhecimento a passos largos. A criança recolhe informações através dos cinco sentidos, desde que todos estejam funcionando. Reconhece sua mãe, seu pai e outros membros da família. Ela se familiariza com o ambiente e começa a aprender sobre o mundo lá fora. Conforme o tempo passa, a criança começa a reconhecer o nome das pessoas mais próximas. Aprende a diferença entre sim e não. E o progresso continua, constante. A criança cresce e também o cérebro. As crianças estão acordadas e totalmente alertas, adquirem conhecimento a uma incrível velocidade. Rapidamente aprendem a falar, ler, escrever. Aprendem através da brincadeira e progridem da brincadeira solitária (na qual brincam sozinhos), para a brincadeira paralela (na qual brincam sozinhos ao lado de outras crianças), para a brincadeira interativa (na qual compartilham suas atividades). Aprendem com seus pais, na escola, com a socialização, com a TV, através das atividades prazerosas e com a sociedade em geral. As crianças fazem amizades com outras da mesma idade, adquirindo experiências sociais. Elas aprendem o que precisam aprender e até coisas que os adultos prefeririam que não aprendessem. É difícil enganar ou esconder alguma coisa de uma criança. Podem ser crianças mas não são bobas, e uma mentira na última hora nem sempre funciona! As crianças são curiosas, constantemente procurando mais informações, freqüentemente enlouquecendo os adultos com suas milhões de perguntas! Se guiadas com cuidado, desenvolvem senso moral.

As crianças crescem e se tornam adolescentes, seus conhecimentos continuam a aumentar. Aprendem sobre o trabalho, a lidar com dinheiro e a ganhá-lo. Começam a namorar e experimentar relações. Experimentam muitas coisas – boas e más. No entanto muitas coisas são aprendidas por tentativa e erro. A fase da rebeldia é comum para a maioria dos adolescentes, e é simplesmente uma forma de experimentação. Os pais devem ter paciência. O início dos vinte anos é muito variado, especialmente na geração de hoje. Cada pessoa amadurece num ritmo próprio, então não há regras. Muitos jovens adultos são tão inteligentes como os adultos mais velhos. Mas outros tendem a permanecer com seus comportamentos e atitudes dos tempos da adolescência. O que gera um “gap” entre inteligência e maturidade, mas eventualmente o “gap” desaparece. Acumulando todas as informações através da sua vida, o indivíduo chega à idade adulta. Já adquiriu toda a inteligência e bom senso necessários para se sustentarem, seguir uma carreira, e levar uma vida social ativa. Agora (espera-se), possui um total entendimento dos valores morais. Quando estável financeiramente, pode casar-se e formar sua família, se assim o quiser. Entretanto, ninguém jamais para de aprender.

A título de dramatização, vou comparar o cérebro à ocupação de uma sala. Um cérebro de alto desempenho é uma sala grande. Dentro da sala, há um funcionário muito ativo e cheio de energia e muitos armários. Fora da sala, há uma pilha enorme de papéis (as informações). O funcionário pegará uma pilha de papéis, rapidamente os classificará, irá para o armário certo, e arrumará os papéis na pasta apropriada. Algumas vezes, devido a enorme quantidade de

¹ <http://www.isn.net/~jypsy>

papéis, o funcionário pode levar mais tempo nesta separação e classificação, mas isso faz parte do trabalho. Ele trabalha a uma velocidade inacreditável e organiza muito bem a sala. Num indivíduo com o desenvolvimento comprometido, o cérebro trabalha de maneira similar, mas em escala mais simples. O cérebro terá uma capacidade limitada para o aprendizado, dependendo do grau de deficiência. As informações também se processarão em velocidade menor. O indivíduo adquirirá conhecimento e bom senso, mas não tanto quanto o indivíduo de alto desempenho. Conseqüentemente seu estilo de vida e seu bom senso serão mais elementares. A sala também é menor e contém apenas poucos armários. O funcionário é lento e sem energia. Ele trabalha devagar e, como não há muito espaço, só pode guardar um número pequeno de papéis. A maioria das informações é abandonada e o que entra é guardado de maneira aleatória. O cérebro de um indivíduo com TID (transtorno invasivo do desenvolvimento) é idêntico ao de um típico indivíduo de alto funcionamento. Entretanto, este transtorno forma uma obstrução entre o cérebro e os sentidos, impedindo o cérebro de absorver as informações que, de outra forma, ele seria capaz de processar. As poucas informações que o cérebro consegue registrar serão processadas de forma clara, incrivelmente precisa e detalhada. Como o cérebro de uma criança com TID só consegue retirar partes das informações que chegam, o mundo externo pode lhe parece um borrão. Nos lugares familiares, a criança pode aprender as coisas básicas, reconhecer sua casa e sua família. Como as informações adquiridas geralmente se limitam a sua casa, a criança fica restrita ao que aprende aí. Por isto, ela fica fascinada com objetos domésticos comuns que lhe chamam a atenção. Normalmente são objetos que giram, balançam ou acendem: ventiladores, luzes, CD/fitas/discos, motores e outros. Depois que a criança se familiariza e fascina com estes itens, ela vai perceber e procurar por eles fora de casa. Este indivíduo, na infância, tenderá a desenvolver um interesse obsessivo por estes objetos.

Todas as pessoas precisam de diversão, especialmente as crianças. Como a criança com TID não tem muitas informações que possam lhe alegrar a vida, ela mentalmente vai criar as suas. A criança com TID vai se divertir com sua própria imaginação. Esta imaginação aumenta e se torna mais complexa à medida que a criança cresce e a vida se torna mais complicada. A fantasia se torna a distração preferida da criança – como uma fuga do estresse e do tédio, já que ela não conhece outras maneiras de ocupar o seu tempo.

As pessoas com TID são conhecidas por possuírem uma memória incrível. Isto talvez se deva a uma pequena quantidade de informações para um cérebro capaz. Numa típica pessoa de alto funcionamento, o cérebro tem que processar uma grande quantidade de informações. No entanto, o cérebro de uma pessoa com TID tem uma tarefa muito mais fácil. Como a quantidade de informações para se trabalhar é pequena, o cérebro pode processá-las detalhadamente.

A vida se torna rotineira para o indivíduo com TID, e qualquer coisa nova ou diferente pode parecer estranha e assustadora. O que é conhecido é a zona segura, e a pessoa tende a relutar a ultrapassar estas fronteiras.

A criança pode se sentir desconfortável em estabelecer relações e manter amizades. O indivíduo pode se intimidar facilmente ante a responsabilidade de interagir com as pessoas. Assim também a criança, que precisa de tempo e espaço em sua zona de segurança. Se os amigos se tornam agressivos ou insistem em passar um tempo maior juntos, podem afastá-la.

A escola pode ser difícil para a criança, se ela não receber a ajuda necessária. Como é muito sensível, pode ficar desconfortável com o ambiente e sentir-se intimidada pelos professores. A pressão dos colegas pode se tornar uma situação muito difícil, se não for tratada adequadamente. As crianças logo notam que algumas pessoas têm certas características um

tanto estranhas, e tendem a ridicularizá-las. Como as crianças com TID possuem características excêntricas, a implicância e o deboche podem ser um problema sério para elas.

Trabalhar pode ser um enorme problema para o jovem com TID. O indivíduo pode se sentir desconfortável no ambiente não familiar, faltando-lhe assim confiança e motivação adequadas para as tarefas. Patrões quase sempre são autoritários. Como estão pagando os funcionários para trabalhar, espera que eles produzam. Patrões são intolerantes no que se refere a isso e não hesitarão em expressar seu descontentamento de maneira ríspida. Esta pode ser uma situação crítica, se o funcionário tiver TID. Como é sensível, ficará aterrorizado pelos supervisores. Um jovem com TID pode se tornar apreensivo quanto ao trabalho.

Uma criança ou um jovem com TID pode parecer preguiçoso, mas esta aparente falta de motivação resulta de falta de confiança. A criança com TID percebe que está atrás das outras crianças de sua idade, e por isto lhe falta confiança e auto-estima. Ela simplesmente não quer estar numa situação difícil de lidar, tem medo de ficar paralisada e não conseguir retornar. Responsabilidades podem se tornar experiências intimidantes, a ponto de fazerem a pessoa desistir. Se os cuidadores são impacientes e agressivos com o indivíduo, as coisas podem piorar. Paciência, reforço positivo e orientação são essenciais para que o indivíduo se motive.

Por causa do bloqueio na comunicação entre o cérebro e os sentidos, a pessoa com TID não amadurece adquirindo conhecimento na mesma proporção que as pessoas típicas. Desta forma, seu bom senso é, em muitos aspectos, menor que o das outras pessoas. Se a pessoa cresceu vivendo sozinha, protegida, lhe faltará muitas experiências de vida e habilidades sociais. Esta pessoa pode lidar com certas questões de maneira errada. Parecerá ingênua e tola, o que freqüentemente atrapalha a vida em sociedade.

A sala, neste caso, é a mesma daquela que descreve o cérebro de um típico indivíduo de alto desempenho. A sala é do mesmo tamanho, tem a mesma quantidade de armários, e o funcionário também é cheio de energia. No entanto, por alguma razão, a porta da sala está emperrada e o funcionário não consegue abri-la inteiramente. O funcionário apanha pela abertura da porta apenas o que está ao seu alcance, mas rápida e eficientemente processa as informações. Como não há muitos arquivos, ele cria sub-arquivos, categorizando extensamente as informações. Às vezes pode existir um arquivo para cada papel! Como a informação é arquivada tão precisamente, pode ser rapidamente encontrada. Devido ao pequeno volume de papéis para arquivar, este funcionário competente se entedia e decide criar novas informações a partir daquelas já arquivadas. Este funcionário continuará a olhar os arquivos, duplicando-os e arquivando-os novamente. Este trabalho interno chama-se imaginação. Como existem poucos papéis para arquivar, esta sala não está tão preparada para produzir como a de um típico indivíduo de alto desempenho. Para resolver este problema precisamos de um grupo de pessoas que ajude o funcionário, passando mais papéis pela abertura da porta. Isto pode ser feito, e o processo é chamado de TERAPIA.

As emoções de um indivíduo com TID são extremas, se comparadas com uma pessoa típica de alto desempenho. Emoções fortes, como raiva e medo, podem ser traumáticas para a pessoa com TID. Crises de birra são o resultado da raiva fora de controle e podem ser disparadas por qualquer tipo de incômodo. O indivíduo pode se incomodar facilmente com pequenas coisas, como certos sons. O medo comum pode se potencializar a ponto de tornar o indivíduo paranóico. Os indivíduos com TID são geralmente mais tímidos, nervosos, e mais facilmente excitáveis do que as pessoas típicas. Ruídos altos ou súbitos assustam e/ou irritam facilmente a pessoa com TID. Depressão é um problema comum e pode começar sem razão aparente. Ainda não temos todas as respostas de porquê isto acontece. Mas é evidente que estas emoções extremas estão diretamente ligadas ao distúrbio.

O comportamento instável freqüentemente resulta de uma falta de experiência social. Se o indivíduo através de sua vida, não conviveu muito com outras pessoas, ele acaba não conseguindo entender o comportamento humano. Ele pode se ofender com um comentário por não saber interpretá-lo, e se colocar na defensiva. Pode não entender uma brincadeira, já que não é capaz de distinguir o que é fato do que é humor. Tende a reagir exageradamente por questões superficiais, devido a sua inabilidade para discernir adequadamente. Em geral a sensibilidade e a irritabilidade são resultado de uma inabilidade para julgar as situações, e falta de bom senso para lidar com elas. Se o indivíduo não foi exposto ao mundo lá fora, ele pode ficar extremamente intimidado e até aterrorizado por algumas situações (por exemplo: ser questionado por um policial; ser advertido pelo chefe, no trabalho; aprender uma tarefa nova; se ver envolvido numa discussão). As pessoas com TID confiam facilmente, o que é muito perigoso. Elas precisam entender que vivemos todos num mundo no qual precisamos manter os olhos bem abertos.

A solução mais comumente usada por uma pessoa com TID é se retrair. Se ela estiver tendo dificuldade na escola, vai parar de se esforçar. Se estiver desconfortável num emprego, vai pedir demissão ou deliberadamente fazer algo para obtê-la. Se a pessoa ficar estressada ou entediada, pode começar a “sonhar acordada” para fugir da realidade. Drogas e álcool são um método comum de escape para muitas pessoas. No entanto, indivíduos com TID estão especialmente suscetíveis a ele (método). Esta é uma situação que não deve ser subestimada, especialmente nos jovens.

Como já foi dito, fantasiar é um dos passatempos preferidos dos indivíduos com TID , especialmente se vivem isolados. Este passatempo começa muito cedo, quando a criança cria um mundo imaginário para se distrair. À medida que cresce e as experiências a deixam estressadas, ela escapa para o seu agradável mundo de fantasia. A criança adquire a habilidade de se “desligar” do estresse e do tédio do mundo real, e vive a vida que ela preferiria ter. A criança com TID cria com sua imaginação complexa, um mundo de fantasia extraordinário. Este mundo é brilhante, colorido, feliz e muito divertido. É um mundo perfeito, exatamente como a criança quer, oposto ao mundo real que tantas vezes é entediante e estressante. As fantasias satisfazem seus desejos e se não forem trabalhadas, podem se tornar um hábito difícil de ser controlado. Ao se lidar com ele, a questão não deve ser eliminar a fantasia, mas obter controle sobre ela. Todas as pessoas fantasiam um pouco, e freqüentemente o “desligamento” é um pausa necessária. Entretanto, o indivíduo com TID precisa aprender a priorizar. Ele pode aprender a lidar primeiramente com os assuntos importantes, e depois reservar um tempo para “sonhar acordado”, ou para outras atividades de lazer.

Um indivíduo com TID tende a viver metodicamente e ter rituais. Eu acredito na possibilidade de haver uma certa área cerebral que percebe a desorganização causada pelo distúrbio, e tenta uma acomodação. A pessoa com TID pode inconscientemente estar tentando impor regras pessoais, a fim de funcionar no dia-a-dia. Pode ficar confusa sem os rituais . Então, talvez seja útil e necessário estabelecer rituais para ajudar o indivíduo. Se planejados cuidadosamente, os rituais podem ser de grande ajuda para a pessoa com TID. Existem certas responsabilidades que são prioritárias e não podem ser evitadas, como escola e trabalho. A pessoa não deve fazer outra coisa antes de cumprir estas obrigações. A pessoa com TID acha que não pode desobedecer certos rituais (por exemplo: um programa na TV; uma certa comida numa certa hora; um passatempo pessoal; a hora do banheiro) , mas com a orientação adequada, é possível estabelecer um ritual que privilegie os assuntos importantes, escola ou trabalho, sem esquecer do lazer. É muito importante estabelecer um hábito que simplifique e organize a vida, especialmente para a pessoa com TID.

Eu, o autor, tenho um transtorno invasivo do desenvolvimento. Recebi o diagnóstico de Síndrome de Asperger há seis anos, quando estava na casa dos vinte anos. TID não era bem compreendido quando eu era criança, então diziam que eu apenas precisava de mais disciplina. Cresci da maneira mais difícil, tratado como uma pessoa típica de quem esperavam um comportamento típico. Passei por muitos problemas na escola; fui punido e humilhado por professores; continuamente ridicularizado pelos meus colegas. Quando jovem, também passei por várias dificuldades em empregos, de maneira que evitei trabalhar enquanto morei com meus pais. Sentia-me desconfortável em certos empregos e não conseguia mantê-los. Atualmente, o distúrbio por vezes ainda me deixa frustrado. Complicou minha vida e diminuiu minha auto estima. Mas, por outro lado, sinto que de certa maneira o meu “caminho áspero” me fortaleceu e agora trabalho para amenizar o caminho para as outras pessoas com TID.

Honestamente, eu não sei como é ser como a maioria das pessoas que não têm TID. Por outro lado, as pessoas típicas de alto desempenho não sabem como é ter este distúrbio. A experiência talvez seja bem parecida, mas também muito diferente. Quando olho a vida das pessoas típicas, vejo que é muito diferente da minha. Vejo as crianças e os jovens rapidamente tomando decisões sensatas, e me lembro de como eu era diferente naquela idade (e que diferença!). A maioria das pessoas já viveu um maior número de experiências e tenho a certeza de que suas vidas são muito mais interessantes e cheias de aventuras do que a minha. Vejo que as pessoas se divertem com algumas experiências que eu gostaria de ter, e espero encontrar uma maneira de incrementar a minha vida. Também percebo que a maioria das pessoas lida com as situações de forma muito diferente. Suas emoções parecem não causar o impacto que as minhas emoções têm sobre mim. Fico pensando se elas são realmente mais profundas ou se eu não sou tão forte como os outros, ou se existe uma técnica ou um truque que eu preciso saber para lidar adequadamente com algumas situações. Tenho certeza que as pessoas não sonham acordadas tanto quanto eu. E parecem ter a motivação que eu apenas recentemente adquiri. Já encontrei pessoas que têm uma vida altamente agitada, e sempre me pergunto como elas conseguem. O que dá tanta confiança e como é sentir-se tão seguro? Conheci muitas pessoas que, ao contrário de mim, moraram em diferentes lugares, e me pergunto como deve ser possuir esta habilidade social. Na verdade, às vezes eu invejo as outras pessoas. O que será que elas pensam quando vêem pessoas como eu? Será que elas ficam curiosas? Minha missão é dividir minha experiência para que as pessoas compreendam melhor como é o distúrbio. Espero que isto seja útil e ajude as pessoas com TID.

Eu realmente acredito que as pessoas com TID podem ser treinadas e orientadas para funcionar, até certo ponto, como as pessoas típicas. Elas talvez precisem de regras adicionais para pensar e agir, incluindo dramatizações, estabelecimento de rituais e prioridades, simplificações. Não há muitas técnicas até agora, mas estamos desenvolvendo e experimentando algumas. Se já chegamos até aqui, imagine o que ainda conseguiremos atingir!

O mundo cheio de responsabilidades pode ser intimidante e confuso para o jovem com TID. Para guiar a pessoa através da vida, simplifique os desafios. Há um processo simples que está se tornando prática comum: um fichário é montado para que a criança saiba a rotina diária (vestir, tomar banho, comer com bons modos). Este fichário consiste em figuras acompanhadas de frases simples para que a criança compreenda sem dificuldade. Uma outra técnica para facilitar a vida é a dramatização, que pode ajudar a criança a motivar-se. Por exemplo, cria-se um jogo a partir das tarefas domésticas para que a criança sinta-se motivada a participar. Desta forma o trabalho transforma-se em prazer, e é mais fácil cooperar. O trabalho também se torna mais prazeroso se incorporar uma dose de imaginação. E aí a fantasia pode ser uma vantagem! Quando eu era criança, eu fantasiava enquanto realizava minhas tarefas domésticas, e isto realmente me deixava motivado.

A habilidade simples de organização pode ajudar a planejar e simplificar a vida de um jovem com TID. O objetivo é ensinar o indivíduo a planejar a rotina diária, priorizando certas atividades. Num dia normal, ele deveria: (1) realizar os rituais da manhã; (2) ir para a escola/trabalho; (3) cumprir outras responsabilidades (dever de casa, tarefas domésticas, coisas pessoais); (4) horário de lazer, quando ele poderá fazer o que quiser – inclusive sonhar acordado. As prioridades, depois de um período, se tornarão bons hábitos. Isto é possível se for praticado constantemente, e, depois de estabelecida, será uma rotina da qual o indivíduo não mais se desviará. Como cada pessoa é diferente, a maneira de se estabelecer a nova rotina, se gradualmente ou não, vai depender de cada um. Estas são idéias, não regras, mas sugestões que podem ser úteis.

Um importante fator quando se convive com uma pessoa com TID é paciência, porque a vida com ela é cheia de desafios e muitas vezes as pessoas em volta sentem-se contra a parede. Entretanto, é importante não perder a paciência. Está provado que agressão só piora a situação, é como tentar apagar um incêndio com fogo. A agressividade vai assustar e irritar a pessoa, fazer com que ela revide, diminuir sua confiança e auto estima. Se um membro da família ou um cuidador atuar negativamente ou com agressividade para com a pessoa com TID, poderá haver consequências a longo prazo. Ela poderá desenvolver um ressentimento contra o agressor, o que interferirá no seu amadurecimento. Se você é um cuidador, coloque-se na posição da criança. Analise como você lida com ela e tente colocar-se no lugar dela. Considere como você gostaria de ser tratado e, talvez isto seja a idéia mais real da maneira adequada de tratar esta criança. E o que é mais importante: nunca dê prioridade a você, à sua posição, ao seu orgulho. O que deve ser sempre prioritário no relacionamento familiar é ter paciência, empatia e integridade.

Em resumo, o cérebro de uma pessoa típica tem uma capacidade enorme e está sempre absorvendo conhecimento a passos rápidos. O cérebro de uma pessoa desafiada pelo desenvolvimento tem uma capacidade menor e absorve menos informações, de maneira lenta. O cérebro de uma pessoa com TID é o mesmo de uma pessoa típica, mas o distúrbio forma um bloqueio, limitando a absorção de informações. No entanto, o cérebro está altamente ativo. As emoções da pessoa com TID, comparadas com as da pessoa típica, são exageradas. Fantasiar é um hábito que se desenvolve como forma de distração e é também usado para escapar do estresse e do tédio. Os rituais podem se transformar em regras, e se planejados adequadamente, podem ser vantajosos. Eu, um indivíduo com TID, percebo o comportamento das pessoas. Entretanto, eu não sei como é ser uma pessoa típica, assim como ela não sabe como é ter TID. As pessoas com TID talvez precisem agir e pensar diferente, mas eu não acho que seja impossível superar os obstáculos. Algumas idéias são a dramatização, a simplificação, determinar prioridades e estabelecer rotinas. Paciência e empatia são extremamente importantes para lidar com estas pessoas. A maior parte do material apresentado aqui não é fato científico, mas sim hipóteses baseadas na minha vida com o distúrbio. A minha intenção é dar às pessoas uma idéia do que é ter TID e, assim, proporcionar alguma ajuda.