



euro | guidance

Kelias į savarankišką ateitį: karjeros specialistų vaidmuo dirbant su mokiniiais, turinčiais autizmo spektro sutrikimą

Dr. Ieva Kuginytė-Arlauskienė



Kas yra autizmo spektro sutrikimas?

Autizmas dažnai yra susijęs su:

- kalbos problemomis,
- socialinio pažinimo problemomis,
- bendrųjų kognityvinių, arba kitaip – vykdomųjų funkcijų trūkumais,
- silpna visumos suvokimo darna.

Autizmas priskiriamas **įvairiapusių raidos sutrikimų grupei**.



ASS kilmės priežastys

Genetika:

- Įvairios genetinės variacijos ir jų kombinacijos (Tick, Bolton, Happe, Rutter ir Rijsdijk, 2016)
- Tėvų amžius ir nutukimas (Geschwind, 2009; Suren ir kt., 2014)
- Folio rūgšties papildai prieš nėštumą ir jo metu
- Padidėjusios steroidų (pvz., testosterono) koncentracijos vaisiaus vandenyse (Baron-Cohen ir kt., 2018)
- Nėštumo metu patirta įvairių toksinų (nuodų) ekspozicija (Brown ir kt., 2018)



ASS kilmės priežastys

Spekuliacijos!



36 weeks
gestation

Newborn

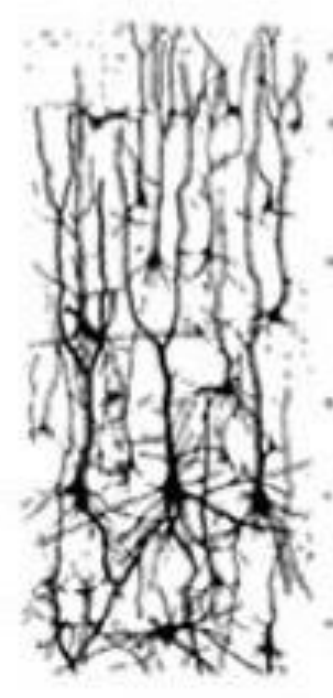
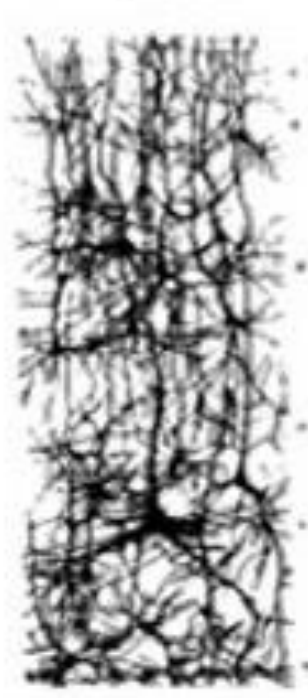
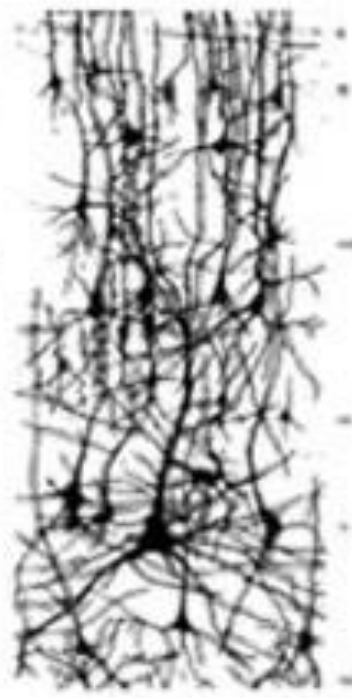
3 months

6 months

2 years

4 years

6 years



Synapse Formation

Synaptic Pruning

euro | guidance



Autizmo požymiai:

Autizmo požymių raiška įvairi, pagrindinės sritys yra šios:

- socialinė sąveika,
- kalba ir komunikacija,
- pasikartojantis elgesys,
- ypatingi interesai,
- sensoriniai ypatumai.



Autizmo bruožų raiškos įvairovė. Stiprybių perspektyva (remiantis White, 2023; Altogether Autism, 2022 ir kt.)

Kognityviniai ir mokymosi gebėjimai:

- Vaizdinis mąstymas ir mokymasis
- Dėmesingumas detalėms, kruopštumas, tikslumas
- Stipri atmintis, greitas informacijos įsiminimas ir atgaminimas
- Gebėjimas susikaupti ir ilgai išlaikyti dėmesį, hiperfokusacija
- Kritinis ir analitinis mąstymas
- Loginis mąstymas, inovatyvūs problemų sprendimo būdai
- Ekspertiškumas pasirinktoje srityje
- Gebėjimas stebėti, atpažinti dėsningumus aplinkoje



Autizmo bruožų raiškos įvairovė. Stiprybių perspektyva (remiantis White, 2023; Altogether Autism, 2022 ir kt.)

Asmenybės bruožai:

- Kūrybiškumas, unikalus mąstymo būdas
- Sąžiningumas, patikimumas
- Stabilumas, punktualumas, tvirtas taisyklių laikymasis
- Tvarkos ir tobulumo siekis
- Tolerancija, skirtų pripažinimas



Autizmo bruožų raiškos įvairovė. Stiprybių perspektyva (remiantis White, 2023; Altogether Autism, 2022 ir kt.)

Kiti išskirtiniai gebėjimai:

- Ankstyvas skaitymo įgūdžių įsisavinimas (hiperleksija)
- Gamtos mokslų, matematikos, inžinerijos žinios (mažai priklausomos nuo socialinės sąveikos)
- Puikus krypties pojūtis



Autistiškų asmenų patiriami iššūkiai (APA, 2013):

Pasikartojantys socialinio bendravimo ir socialinės sąveikos iššūkiai įvairiose kontekstuose:

- socialinio ir emocinio abipusiškumo stoka;
- neverbalinio bendravimo trūkumai (savita kūno kalba, veido išraiška, gestikuliacija, akių kontakto vengimas);
- sunkumai vystant, palaikant ir suvokiant santykius.



Autistiškų asmenų patiriami iššūkiai (APA, 2013):

Pasikartojantis elgesys, interesai ar veikla (bent vienas iš toliau pateiktų):

- stereotipiniai ar pasikartojantys judesiai, manipuliavimas objektais ar pasikartojanti kalba (echolalija ir (ar) idiosinkratinės frazės);
- vienodumo, rutinos siekis, ritualizuotas elgesys (pvz., itin didelis nerimas dėl nedidelių pokyčių, sunkumai pereinant iš vienos erdvės į kitą, pasisveikinimo ritualai, poreikis kartoti tą patį maršrutą arba kasdien valgyti tą patį maistą ir pan.);
- ypatingi interesai, kurie yra neįprasto intensyvumo ar dėmesio sukoncentravimo (pvz., stiprus prisirišimas prie neįprastų objektų arba susižavėjimas ir pan.);
- padidėjęs arba sumažėjęs jautrumas sensoriniams dirgikliams (skausmui, prisilietimui, šalčiui ir pan.).





Socialinė sąveika ir bendravimo ypatumai autizmo spektre

Galimos problemos:

Sunkumai bendradarbiaujant: grupinių projektų, komandinių užduočių ar praktinių veiklų metu gali kilti iššūkių dėl skirtingų socialinės sąveikos modelių.

Akių kontakto vengimas gali būti klaidingai suprantamas kaip abejingumas, nedalyvavimas ar nepasitikėjimas.

Komunikacijos ypatumai (pvz., tiesmukumas, metaforų, ironijos nesupratimas) gali apsunkinti bendravimą su mokytojais, karjeros konsultantais ar bendraamžiais.

Draugystės palaikymo sunkumai gali lemti emocinę izoliaciją, mažesnį palaikymo tinklą, kuris būtinas karjeros planavime.

Sumažėjęs dalyvavimas neformaliame mokymesi (pvz., per pokalbius, stebėjimą) gali riboti informacijos apie profesijas įsisavinimą.

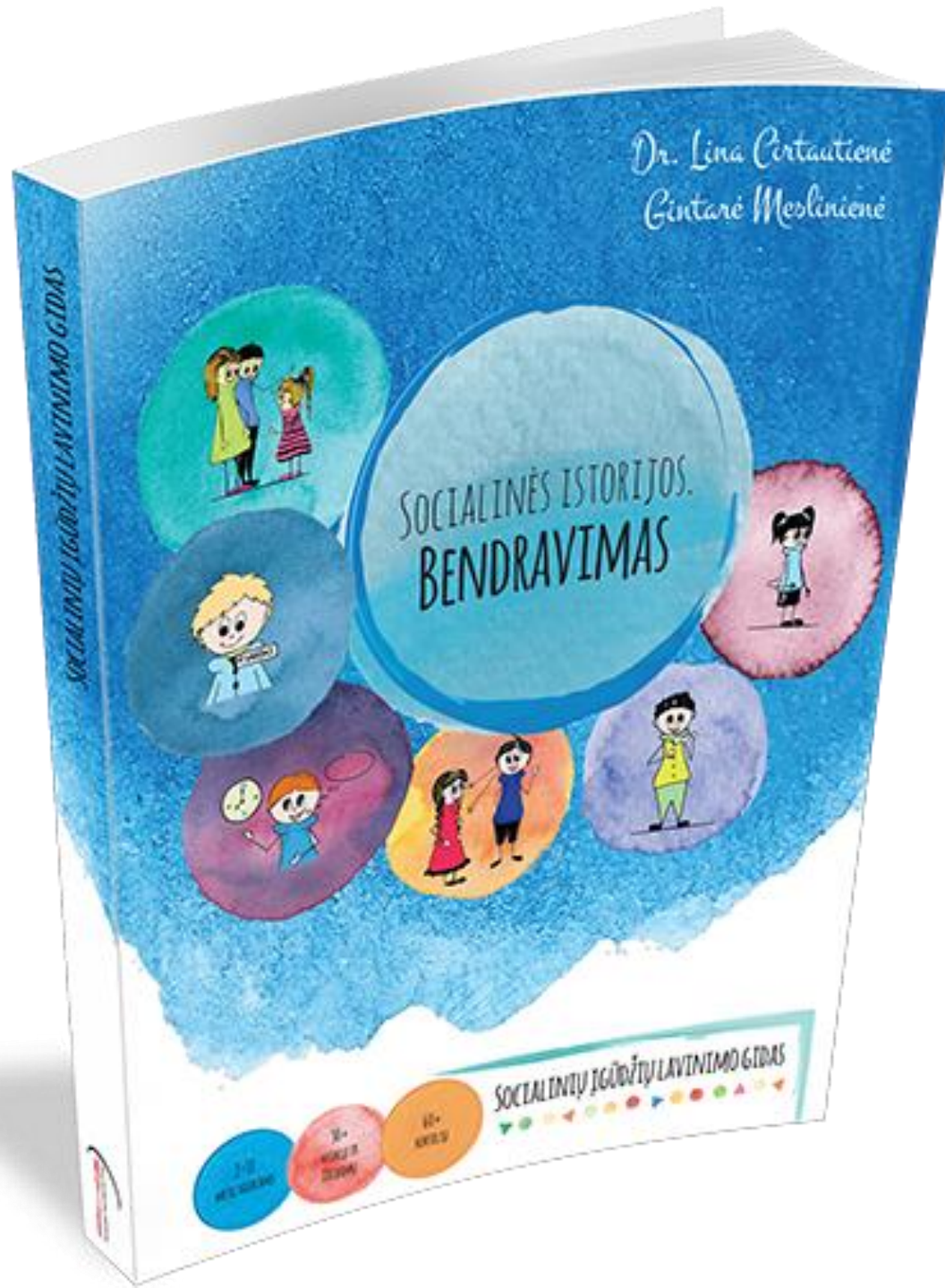
Individualizuota socialinių įgūdžių lavinimo programa, įtraukianti karjeros planavimo kontekstą (pvz., darbo pokalbio simuliacijos).

Alternatyvūs bendravimo būdai: leidimas komunikuoti raštu, naudoti technologijas (pvz., el. laiškai vietoj gyvo pokalbio).

Karjeros ugdymo veiklų pritaikymas – daugiau struktūros, aiškių instrukcijų, galimybė ruoštis iš anksto.

Mentorystės programos ar patikimų suaugusiųjų palaikymas, padedantis perprasti socialinius aspektus profesinėje srityje.

Galimi sprendimo būdai:



<https://pkg.lt/priemones/knyga-bendravimas>

euro | guidance



Elgesio ypatumai: įtaka karjeros ugdymui

Galimos problemos:

Netinkamo elgesio interpretacija kaip drausmės pažeidimas, o ne signalas apie poreikius (pvz., bėgimas iš klasės, sensoriniai išreiškimai).

Emocinio reguliavimo sunkumai – nerimas, pervargimas, pojūčių perteklius gali trukdyti dalyvauti karjeros veiklose (pvz., praktikos, interviu).

Neaiškios socialinės taisyklės gali sukelti elgesio, kuris netinkamai interpretuojamas (pvz., daiktų mėtymas ne kaip agresija, o kaip streso reakcija).

Aplinka, nepritaikyta sensoriniams poreikiams, gali sukelti elgesio protrūkius arba atsitraukimą nuo veiklos.

Netinkamas suaugusiųjų atsakas (bausmė, dėmesio suteikimas netinkamu metu) gali stiprinti nepageidaujamą elgesį.

Elgesio analizė (priežastys, pasekmės) padeda suprasti, kodėl kyla tam tikras elgesys ir kaip jį pakeisti tinkamesniu.

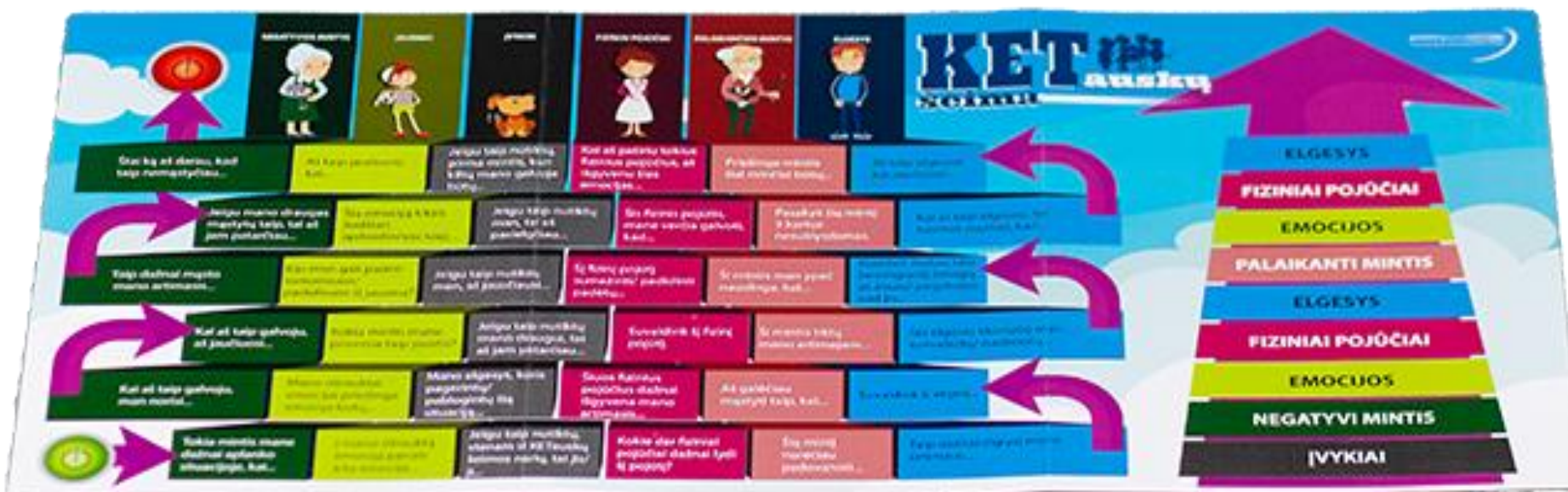
Individualizuotos prevencinės strategijos – aiškios taisyklės, struktūruota aplinka, sensorinė higiena.

Tinkamo elgesio mokymas: modeliavimas, vizualinės priemonės, pasikalbėjimai, emocijų atpažinimas.

Sensorinių poreikių įvertinimas ir palaikymas (pvz., tylos zona, sensoriniai pertraukų kambariai).

Pozityvus elgesio stiprinimas – tinkamo elgesio skatinimas, o ne netinkamo „gesinimas“.

Galimi sprendimo būdai:



Kalbantis su vaikais apie jausmus, kartais susipainiojame – ar mus supykde, ar mes supykome? Emocijos yra priežastis ar pasekmė? Ar žinote, kas lemia kiekvieno mūsų elgesį? Stalo žaidimas „KETauskų šeima“ – geras pagalbininkas mokantis atpažinti ir įvardinti tarpusavio ryšius tarp minčių, emocijų, fizinių pojūčių ir elgesio.

<https://pkg.lt/priemones/zaidimas-ketausku-seima>

Emocijų ir kitų psichinių būsenų supratimo ypatumai: įtaka karjeros ugdymui

Galimos problemos:

Sunkumai suprasti kitų ketinimus ir emocijas gali sukelti nesupratimų profesinėse situacijose (pvz., darbo pokalbiuose, komandiniuose projektuose).

Aleksitimija (emocijų atpažinimo ir raiškos sunkumai) trukdo įvardyti savo jausmus ir poreikius karjeros konsultacijoje.

Negebėjimas interpretuoti neverbalinės kalbos (gestų, mimikų) gali būti klaidingai suprantamas kaip abejingumas, šaltumas ar nepagarba.

„Socialinio radaro“ trūkumas gali lemti netikslų socialinių situacijų vertinimą – pvz., neadekvatus laikas klausimui ar komentarui.

Socialinis nesusikalbėjimas kartais kildinamas tik iš ASS, bet iš tiesų kyla ir iš aplinkinių nepakankamo supratimo ar lankstumo.

Emocijų atpažinimo mokymas naudojant vizualines priemones (emociukus, mimikas), vaidmenų žaidimus, situacijų analizes.

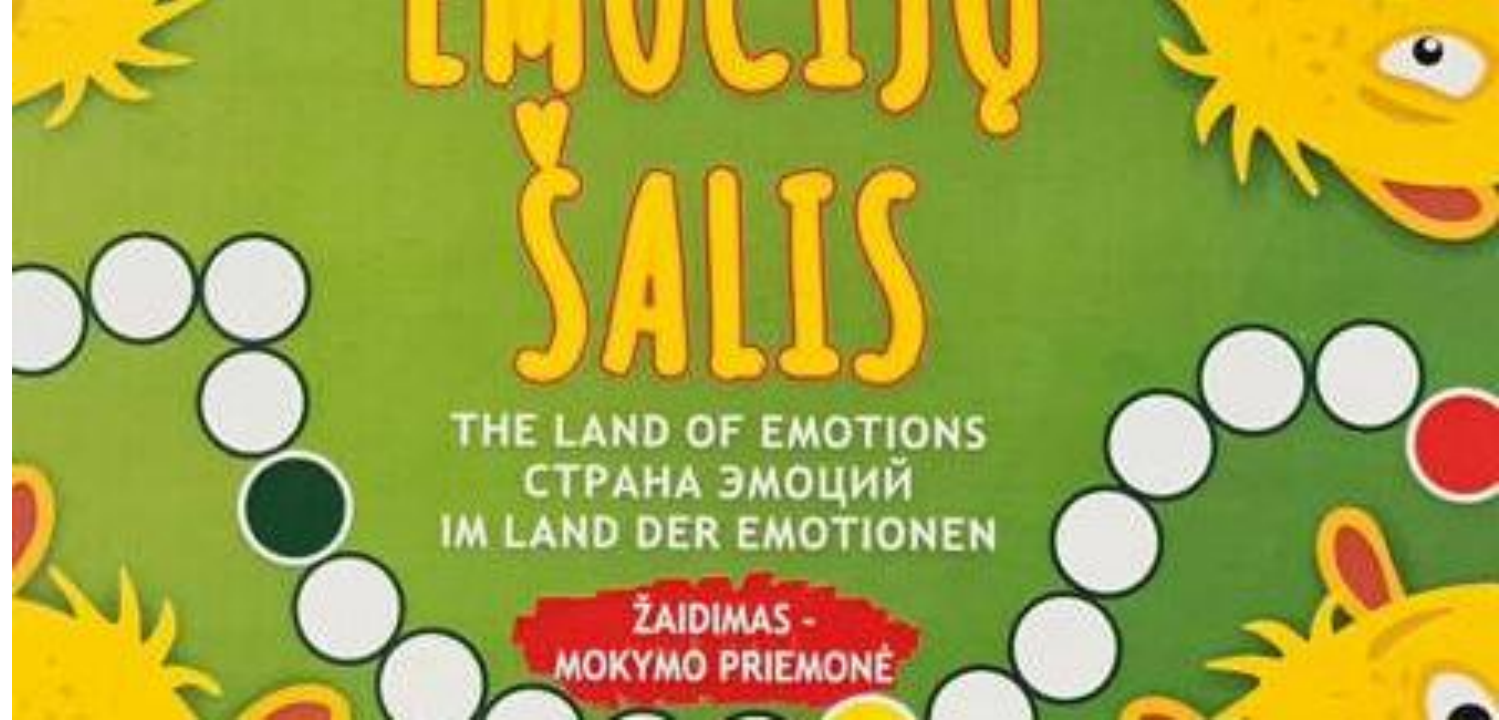
Konteksto aiškinimas: mokymas susieti emocijas su konkrečiomis situacijomis („kai žmogus atrodo susierzinęs, galbūt...“).

Technologinės priemonės (pvz., programėlės, padedančios atpažinti emocijas, gestus).

Dvikryptės empatijos samprata (Milton, 2012): ne tik autistiškas asmuo turi suprasti aplinkinius, bet ir atvirkščiai.

Ugdomas aplinkos sąmoningumas – kiti turėtų būti mokomi suprasti ir lanksčiai vertinti skirtingus emocijų raiškos būdus.

Galimi sprendimo būdai:



Šis žaidimas moko vaikus atpažinti ir išreikšti emocijas. Vaikai skatinami būti kantriais laukiant savo eilės, išmokti laikytis taisyklių, žaisti grupėje, laimėti, pralaimėti, palaikyti kitus, taip pat skaičiuoti. Skirta vaikams nuo 3 iki 6 metų.

<https://kamilagolod.lt/eparduotuve/emociju-salis-mokymo-priemone/>

Maskavimas (camouflaging): įtaka karjeros ugdymui

Galimos problemos:

Elgesio slėpimas (maskavimas) gali sukelti nuolatinį stresą, emocinį perdegimą, ypač karjeros planavimo, praktikos ar interviu metu.

Socialinių scenarijų mokymasis (vietoj natūralios reakcijos) sukelia didelį kognityvinį ir emocinį krūvį, dėl kurio mažėja mokymosi ir savęs pažinimo efektyvumas.

Paramos trūkumas – mokytojai ar konsultantai gali nepastebėti pagalbos poreikio, nes „viskas atrodo gerai“.

Sensorinė perkrova + socialiniai lūkesčiai = regresas į senesnius elgesio modelius, izoliacija, stimulų sugrįžimas, miego sutrikimai.

Neadekvatūs ugdymo reikalavimai, nes maskuojant realūs poreikiai lieka nežinomi.

Saugi ir priimanti aplinka, kurioje autistiškas asmuo nejaustų poreikio slėpti savo bruožų.

Sensorinių poreikių pritaikymas (pvz., poilsio erdvės, mažesnė sensorinė stimuliacija).

Reguliarus emocinės būklės stebėjimas: ne tik elgesio, bet ir nuovargio, streso ženklų vertinimas.

Palaikomosios strategijos: galimybė naudoti stimulus, asmeninės pertraukos, lankstesnės socialinės taisyklės.

Autentiškumo skatinimas: karjeros ugdymas remiantis asmens stiprybėmis, o ne prisitaikymu prie neurotipinių normų.

Galimi sprendimo būdai:

Vykdomosios funkcijos ir jų ugdymas

Galimos problemos:

Sunkumai planuojant ir organizuojant veiklą gali apsunkinti tikslų išsikėlimą, veiksmų sekos numatymą ar karjeros kelio pasirinkimą.

Dėmesio koncentracijos išlaikymas gali būti sudėtingas per ilgas konsultacijas ar dirbant su informacija apie profesijas.

Savikontrolės stoka gali pasireikšti impulsyvumu, greitu nusivylimu, sunkumu prisitaikyti prie pokyčių ugdymo ar darbo aplinkoje.

Kritinio mąstymo ir perspektyvos priėmimo sunkumai gali riboti gebėjimą vertinti karjeros galimybes, atsižvelgti į kitų lūkesčius.

Socialinio ryšio kūrimo sunkumai (pvz., bendradarbiavimas, komunikacija) gali trukdyti dalyvauti komandiniuose projektuose ar darbo praktikose.

Struktūruoti, vizualiai pateikti planai (dienotvarkės, veiksmų žingsniai, grafikai) padeda orientuotis ir planuoti.

Padalintos užduotys į mažus, aiškius žingsnius, su aiškiomis instrukcijomis.

Dėmesio palaikymo technikos – dažnos pertraukos, sensorinės pertraukos, naudojamos technologijos (pvz., laiko planuokliai).

Mokymas savikontrolės strategijų (pvz., kvėpavimo pratimai, emocijų valdymas).

Kritinio mąstymo ir sprendimų priėmimo modeliavimas, padedant suprasti priežasties-pasekmės ryšius.

Mentorystė ar nuoseklus suaugusiojo palaikymas – padeda ugdyti savarankiškumą ir refleksiją.

Galimi sprendimo būdai:

euro | guidance





euro | guidance



Kalbos ir komunikacijos ypatumai

Galimos problemos:

Plati komunikacijos sunkumų skalė (nuo echolalijos iki selektyvaus mutizmo) gali trukdyti informacijos apsikeitimui su konsultantais, mokytojais, kolegomis.

Netipinė kalbos raiška (intonacija, tembras, ritmas) gali būti nesuprantama ar neteisingai interpretuojama.

Siauras ar specifinis žodynas gali apsunkinti pokalbius apie profesines galimybes ar interesus.

Vienos temos dominavimas trukdo dvišaliam pokalbiui ar aktyviam klausymuisi.

Sunku suprasti perkeltines reikšmes, metaforas, juokus, sudėtingas instrukcijas – tai gali lemti klaidingą užduočių ar situacijų interpretavimą.

Kalbos nebuvimas (neverbalumas) gali būti klaidingai vertinamas kaip nesugebėjimas mąstyti ar suprasti.

Alternatyvios komunikacijos priemonės: piktogramos, gestai, komunikatoriai, rašytinė kalba.

Individualizuota komunikacijos strategija – atsižvelgiant į asmens stiprybes ir natūralius raiškos būdus (pvz., piešimas, technologijos).

Vizualinė parama: aiškios instrukcijos, struktūruoti sakiniai, simboliai.

Tiesioginis, aiškus bendravimas: vengti perkeltinių reiškinių, dviprasmybių.

Kalbos ugdymas per interesų sritis, integruojant profesinį kontekstą.

Aplinka, skatinanti bendravimą, kurioje klaidos yra priimanamos kaip mokymosi dalis.

Karjeros konsultavimo pritaikymas: leisti pasiruošti iš anksto, naudoti užrašus ar kitus komunikacijos metodus.

Galimi sprendimo būdai:



Sensoriniai profiliai, pasikartojantis elgesys ir detalių orientacija

Galimos problemos:

Sensorinis jautrumas (pvz., garsams, šviesai, prisilietimams) gali trukdyti dalyvauti grupinėse veiklose, renginiuose ar darbo aplinkoje.

Orientacija į detales, bet sunkumai suvokiant visumą gali apsunkinti bendrą situacijos analizę, karjeros sprendimų priėmimą.

Silpna centrinė darna (Central Coherence) gali lemti sunkumus apibendrinant informaciją, suvokiant užduoties esmę, jungiant įvairius aspektus į visumą.

Lėtesnis informacijos apdorojimas trukdo greitai atsakyti į klausimus pokalbiuose, reaguoti į nenumatytas situacijas ar atlikti užduotis laiku.

Pasikartojantis elgesys ir intensyvūs interesai gali būti klaidingai suprasti kaip užsisklendimas ar nelankstumas.

Sensorinės aplinkos pritaikymas: triukšmo mažinimas, galimybė naudoti ausines, reguliuojamas apšvietimas.

Struktūruota ir aiški informacijos pateikimo forma: žingsnis po žingsnio, su vizualinėmis gairėmis.

Daugiau laiko užduotims atlikti – planavimui, apgalvojimui, atsakymų formavimui.

Pabrėžti stiprybes – gebėjimą pastebėti detales, kruopštumą, pastabumą – kaip vertingas profesines savybes.

Karjeros konsultavimas orientuotas į interesus – integruoti intensyviuos pomėgius į profesijos paieškas.

Modeliavimas ir praktika – situacijų analizė, sprendimų priėmimo mokymas remiantis konkretumu, ne apibendrinimais.

Galimi sprendimo būdai:



Sensoriniai ypatumai

Galimos problemos:

Padidėjęs jautrumas (hipersensitivumas) šviesai, garsams, kvapams sukelia sensorinę perkrovą, trikdo dėmesio koncentraciją, lemia stresą, nerimą.

Sumažėjęs jautrumas (hiposensitivumas) skatina savęs stimuliaciją (stimingą), kuris gali būti neteisingai interpretuojamas (pvz., kaip netinkamas elgesys).

Sensorinė diskriminacija – sunkumai apdoroti jutiminius signalus (pvz., užsisegti drabužius, atskirti garsus) trukdo praktinėms veikloms ar profesiniam mokymui.

Emocinė perkrova kaip fiziologinis atsakas į intensyvius dirgiklius lemia elgesio pokyčius, nuotaikų kaitą, socialinių situacijų vengimą.

Nenumatyti pokyčiai ar naujos aplinkos gali stiprinti nerimą, ypač jei sensoriniai iššūkiai nėra žinomi ir kontroliuojami.

Sensorinės aplinkos vertinimas ir pritaikymas: galimybė naudoti ausines, saulės akinius, pasirinkti sensorinės pertraukos erdvėmis.

Asmeninio sensorinio profilio nustatymas – individualiai identifikuoti, kas kelia stresą ar padeda nusiraminti.

Prevenčinės strategijos: veiklų planavimas iš anksto, pasiruošimo ritualai, vizualinės instrukcijos.

Savireguliacijos mokymas: saugaus stimo strategijos, emocijų atpažinimo ir valdymo metodai.

Karjeros konsultavimas turint omenyje sensorinę savijautą – profesijų parinkimas pagal **sensorinį komfortą**.

Mokymosi proceso pritaikymas: lėtesnis tempas, mažesnės grupės, sumažintas sensorinis krūvis.

Galimi sprendimo būdai:

