

VAIKO SU ASPERGERIO SINDROMU SVEIKATOS STIPRINIMAS IR UGDYMAS

METODINIAI PATARIMAI

Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centras

VAIKO SU ASPERGERIO SINDROMU SVEIKATOS STIPRINIMAS IR UGDYMAS

METODINIAI PATARIMAI

VILNIUS
2016

Vaiko su Aspergerio sindromu sveikatos stiprinimas ir ugdymas Metodiniai patarimai

Parengė:

Jūratė Kriaučiūnienė

Leidinyi skirtas ugdymo institucijose dirbantiems asmenims ir visuomenės sveikatos priežiūros specialistams, socialiniams pedagogams, sveikatos edukologams, kitiems specialistams.

Leidinyje aptariami autistiškų vaikų požymiai bei pateikiama praktinių patarimų dėl tokių vaikų sveikatos stiprinimo ir mokymo.

Kalbos redaktorė

Lina Biekštaitė

Leidinio dizainerė

Evelina Vitkauskienė

TURINYS

IVADAS.....	5
1. AUTIZMO SAMPRATA	6
2. KAIP ATPAŽINTI VAIKĄ SU ASPERGERIO SINDROMU?.....	7
2.1. Vaikų su Aspergerio sindromu požymiai	8
2.2. Bendravimo problematika	9
2.3. Talentai ir profesiniai laimėjimai	10
3. VAIKŲ SU ASPERGERIO SINDROMO BRUOŽAIS SVEIKATOS STIPRINIMAS IR UGDYMAS ...	10
3.1. „Blogo elgesio“ pasireiškimo formos, priežastys, ugdymo ir lavinimo patarimai.....	11
3.1.1. Informacijos pateikimo ir užduočių atlikimo formos	11
3.1.2. Neįprasta mąstymo logika ir minčių dėstymas	11
3.1.3. Nepaklusimo pasireiškimo formos ir trikdančio elgesio aiškinimasis	12
3.1.4. Netinkamo elgesio pasireiškimo priežastys	13
3.2. Sveikatos stiprinimas: pagalbos etapai, ugdymo metodai ir kryptys	14
3.2.1. Pagalbos etapai	14
3.2.2. Ugdymo metodai ir kryptys	15
LITERATŪRA	16

Dažniausiai specialistai mato problemą, jei ugdymo įstaigoje gana daug vaikų, turinčių tam tikrų raidos sutrikimų. Visgi didžiausia problema kyla tuomet, kai sutrikimai nediagnozuojami, jie vargina vaiką, jo šeimą, mokytojus...

ĮVADAS

Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro Sveikatos mokykla šiame leidinyje pateikia teorinių žinių apie autizmą bei lengviausią jo formą – Aspergerio sindromą. Leidinyje aptariami autistiškų vaikų požymiai, vaikų su Aspergerio sindromu „blogo elgesio“ pasireiškimo priežastys, formos bei veiksmingos intervencijos parinkimas, atsižvelgiant į vaiko charakterį, jo stipriąsias ir silpnąsias puses. Leidinyje pateikiami atsakymai į klausimą, ką reiškia būti kitokiam nei visi, bei pateikiama praktinių patarimų, kaip ugdyti tokius vaikus ir stiprinti jų sveikatą.

Leidinyje skirtas ugdymo institucijose dirbantiems asmens ir visuomenės sveikatos priežiūros specialistams, socialiniams pedagogams, sveikatos edukologams, kitiems pedagogams ir specialistams. Ugdymo institucijų specialistams rekomenduojama naudoti leidinį kaip gaires, padedančias atpažinti autistiškų vaikų požymius, kompetentingai atsižvelgti į kiekvieną individualų atvejį, suteikti kiekvienam vaikui optimaliausią pagalbą ir parinkti veiksmingą intervencinį ugdymo metodą.

Leidinyje rasite atsakymus į klausimus:

- Kokie simptomai ir požymiai būdingi autistiškiems vaikams?
- Ką reiškia būti kitokiam nei visi?
- Kokios vaiko su Aspergerio sindromu nepaklusimo priežastys ir pasireiškimo formos?
- Kokie rekomenduojami tokių vaikų ugdymo ir sveikatos stiprinimo metodai?

1. AUTIZMO SAMPRATA

Autizmas – įvairiapusis neurologinis vystymosi sutrikimas, kuriam būdingos raidos anomalijos ir/ar pažeidimai, dažniausiai išryškėjantys iki 3 metų amžiaus. Šis smegenų vystymosi sutrikimas *pasireiškia socialinio bendravimo, komunikacijos bei elgesio srityse*. Pirmą kartą šį visą gyvenimą trunkantį sutrikimą 1943 m. aprašė gydytojas L. Kanneris (JAV). Buvo nustatyta, kad autizmas turi genetinį pagrindą, ir nors vaikas atrodo „normalus“, bet jo elgesys gali būti trikdantis ir keliantis sunkumų. Būdingiausi tokiems vaikams požymiai: pojūčių apdorojimo sunkumai, kalbos atsilikimas ir/ar sutrikimai, bendravimo įgūdžių stoka. Kokia bus tolesnė vaiko raida ir pasiekimai, priklauso nuo raidos sutrikimo sunkumo laipsnio bei nuo sprendimų, kuriuos priimsime dėl vaiko, atsižvelgdami į jo individualumą, charakterį. Pagal TLK-10 klasifikaciją, autizmo spektro sutrikimai priskiriami įvairiapusių raidos sutrikimų grupei (F 84) ir klasifikuojami taip:

vaikystės autizmas (Kannerio sindromas) F84.0;

atipiškas autizmas F84.1;

Retto sindromas F84.2;

kitas dezintegracinis vaikystės sutrikimas (Hellerio sindromas) F84.3;

hiperaktyvus sutrikimas, susijęs su protiniu atsilikimu ir stereotipiniais judesiais F84.4;

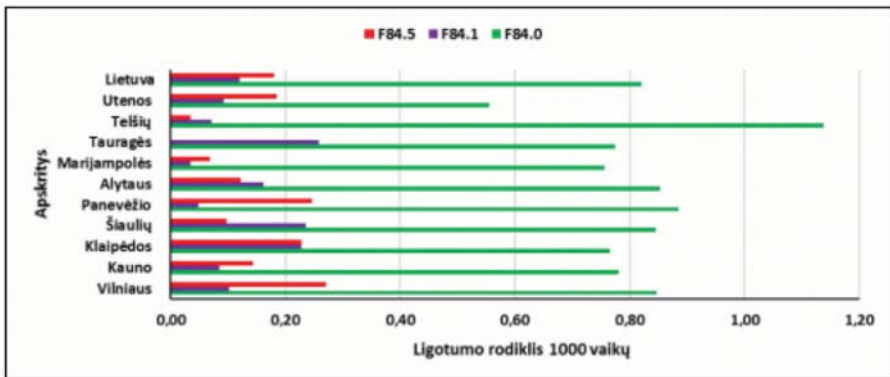
Aspergerio sindromas F84.5;

kiti įvairiapusiai raidos sutrikimai F84.8.

Daugelyje pasaulio valstybių oficialios raidos sutrikimų statistikos nėra, visgi akivaizdu, kad autizmo spektro sutrikimai – sparčiai augantis reiškinys šiuolaikinėje visuomenėje. Nustatyta, kad autizmo spektro sutrikimus turi apytiksliai vienas iš 68 vaikų pasaulyje. JAV vykdytų tyrimų duomenimis, per pastaruosius 10 metų autizmo atvejų padaugėjo 119,4 proc. Šiuo metu JAV autizmo spektro sutrikimai diagnozuojami maždaug 1 vaikui iš 60, Pietų Korėjoje – 1 vaikui iš 38. Manoma, jog artimiausiu metu vaikų autizmo atvejų gali būti diagnozuota daugiau negu vėžio, diabeto ir AIDS atvejų kartu paėmus.

Remiantis tyrimais, autizmo spektro sutrikimų gausėjimui įtakos turi daugelis faktorių. Dauguma mokslininkų palaiko genetinę autizmo išsivystymo teoriją, sieja autizmą su paveldimumu. Dauguma tyrimų rodo, kad vėlyva tėvystė, o ypač nuo 30 metų, yra svarus rizikos veiksnys. Šiuo atveju svarbus ir tėvo amžius – kuo jis vyresnis, tuo rizika yra didesnė. Autizmą gali lemti ir priešlaikinis gimdymas, kuomet kūdikis gimsta neišnešiotas. Kai kurie mokslininkai ieško aplinkos, neurologinių, infekcinių veiksnių, kurie galbūt taip pat skatina autizmo vystymąsi. Įrodyta, jog autizmas tikrai neišsivysto dėl blogo auklėjimo ar konfliktų šeimoje.

Dėl vėlyvos tėvystės, genetinių, paveldėjimo ir kitų galbūt dar nežinomų priežasčių autizmo spektro sutrikimų skaičius Lietuvoje taip pat didėja. Higienos instituto duomenimis, 2011 m. užfiksuoti 306 nauji autizmo atvejai, o 2012 m. – 373. Toliau lentelėje pateikiamas 2014 m. autizmo spektro sutrikimų pasiskirstymas Lietuvoje pagal apskritis.



Duomenų šaltinis: Higienos institutas

Kaip matome, labiausiai paplitęs sutrikimas – vaikystės autizmas (F84.0). Aspergerio sindromo (F84.5) atvejų užfiksuota žymiai mažiau, bet tai nebūtinai reiškia, jog šis autizmo spektro sutrikimas retas. Didelė tikimybė, kad vaikai su Aspergerio sindromu tiesiog „praslysta“ pro specialistų akis, lieka nepastebėti, o sutrikimas nediagnozuotas.

Nuo 2015 m. Lietuvoje vaikų raidos tikrinimai privalomi ne tik vaikams nuo 1 iki 4 metų, bet ir kūdikiams nuo 3 mėnesių. Tad atsirado galimybė kuo anksčiau diagnozuoti autizmą ir kaip galima anksčiau pradėti teikti intensyvią intervencinę pagalbą. Nustatyta, kad iki trejų metų diagnozavus autizmo spektro sutrikimą ir efektyviai taikant individualias intervencines priemones, yra 50 proc. tikimybė, jog vaikas laiku pradės lankyti bendrojo lavinimo mokyklą bei sėkmingai integruosis.

Nuo 2015 m. sausio 1 d. įsigaliojo nauja klinikinė autizmo vertinimo skalė (CARS), kuri leidžia nustatyti suaugusių autistų autizmo sunkumo lygį bei darbingumo lygį. Anksčiau autizmo spektro sutrikimų turintiems asmenims, sulaukus 18 metų, diagnozė tarsi „išnykdavo“ ir buvo keičiama į šizoafektinius sutrikimus ar kitas netikslias diagnozes.

Priimami teisės aktai, jų vykdymas, informacijos sklaida, ankstyvoji diagnostika, kruopšti vaikų sveikatos ir elgesio analizė ir atitinkamos intervencijos taikymas, komandinis skirtingų sričių specialistų bendradarbiavimas – aspektai, kurie sutrikusios raidos asmeniui suteikia didesnę galimybę išmokyti įgūdžių ir žinių įtvirtinimą ir pritaikymą kasdienybėje, o suaugus gyventi visavertiškesnę gyvenimą.

2. KAIP ATPAŽINTI VAIKĄ SU ASPERGERIO SINDROMU?

Aspergerio sindromas – autizmo spektrui priklausantis neurologinis vystymosi sutrikimas. 1944 m. austrų gydytojas H. Aspergeris išskyrė šį sindromą pabrėždamas, kad tai raidos sutrikimas, apibūdinamas tomis *pat kokybinėmis socialinio gyvenimo anomalijomis* kaip ir autizmas kartu su ribotu, stereotipiniu bei *pasikartojančiu veiklos bei interesų ratu*. Sutrikimas skiriasi nuo autizmo tuo, kad nėra kalbos ar pažinimo raidos sulėtėjimo arba atsilikimo, asmuo yra normalaus intelekto. Aspergerio sindromą turinčių vaikų kalba gali būti išplėtotą, tačiau pokalbiuose trūksta iniciatyvos, diplomatijos, noro suprasti kitus bei

atpažinti jų nuotaikas. Tokio asmens bendravimas vienpusiškas, o tai trikdo ir pykdo kitus asmenis, todėl neretai jis būna nesuprastas ir atstumtas. Toks vaikas nesupranta, ką jis negerai padarė, pasakė, tuomet sutrinka ir tampa vienišas. Vaiką lydi adaptacijos sunkumai ir labai didelė bendravimo su kitais asmenimis baimė.

Neretai ugdymo institucijų specialistai (toliau – specialistas) vaiko, kuris iš išorės atrodo „normalus“, yra vidutinio ar net aukštesnio intelekto, socialiai neįprastas ir egoistines savybes priskiria „blogam charakteriui“. Jeigu ugdymo institucijai pateikiamoje vaiko sveikatos pažymėjimo formoje Nr. 027-1/a nėra įrašo F84.5 pagal TLK-10 klasifikaciją, tai dar nereiškia, kad vaikas nekenčia nuo Aspergerio sindromo. Todėl labai svarbu specialistams gebėti laiku ir kompetentingai atpažinti galimai Aspergerio sindromui būdingus bruožus, kompetentingai padėti vaikui, išmokyti mokyklos bendruomenę, artimuosius bendrauti su tokiau vaiku bei skirti atitinkamas pagalbos priemones.

Dažniausiai problema yra ne kiek diagnozuota Aspergerio sindromo atvejų, o kiek nediagnozuota. Tad specialistams svarbu jautriai ir atsakingai žvelgti į kiekvieną „kitokį“ vaiką ugdymo institucijoje.

2.1. VAIKŲ SU ASPERGERIO SINDROMU POŽYMIAI

Toliau pateikiami svarbiausi (nebūtinai visi) požymiai, padėsiantys atpažinti ir įvertinti vaikus, kuriems būdingas Aspergerio sindromas:

- laiku pradeda šnekėti, kai kurių žodynas būna per gausus pagal amžių;
- neretai ankstyvame amžiuje atrodo jauniau už bendraamžius, gali būti žemesnio ūgio;
- balsas gali būti arba per tylus, monotoniškas, arba per garsus;
- gali būti jautrūs prisilietimui, vengia apsikabinimų arba liečia žmones netinkamu būdu;
- nedrįsta žiūrėti į akis arba siekdami išmokyti socialiai priimtino elgesio pernelyg intensyviai siekia akių kontakto;
- kai kurie nerodo jausmų, jiems trūksta empatijos;
- sunkiai atpažįsta ir supranta teigiamas emocijas, lengviau atpažįsta neigiamas;
- gali būti jautrūs garsams ar triukšmui, tai sukelia jiems susierzinimą;
- dažnai pasižymi rimtumu, turi gerą atmintį ir kalba kaip „profesorai“, vartoja kitų žmonių, filmų, knygų posakius; kartais vartojami posakiai pačiam vaikui nesuprantami;
- nerangūs sportuodami, kitaip būdami fiziškai aktyvūs ar tiesiog eidami; dažnai jiems sunku išmokyti važiuoti dviračiu, atsukti stiklainį ir pan.;
- nemėgsta minios, susibūrimo varžybose, koncertuose ir pan., nes tai kelia susierzinimą ar baimę;
- svarbi aiški ir pastovi darbotvarkė, kuo mažiau kintanti ir pritaikyta jų poreikiams aplinka;
- nemėgsta pokyčių mokykloje ar namie (pavyzdžiui, netikėtai užsukančių svečių);
- dažnai kartoja obsesinius (pasikartojančius) ritualus ar veiksmus, pavyzdžiui, tuos pačius žodžius, išgirstus žiūrint filmą, nuolat žaidžia tą patį žaidimą, dėvi tuos pačius drabužius, valgo tą patį maistą, atlieka tą patį judesį, veiksmą (vaikšto ratu, ploja rankomis ir pan.);
- berniukų ir mergaičių, turinčių Aspergerio sindromą, statistinis santykis yra 4:1; visgi mergaitėms yra būdinga slėpti suglumimą socialinėse situacijose, todėl nebūtinai berniukų su Aspergerio sindromu gali būti daugiau;

- autistiškos mergaitės dažnai turi kelias drauges, yra tylūs, didelės grožinės literatūros skaitytojos, mėgėjos pasinerti į svajones, kurti išgalvotus draugus ir mintyse su jais bendrauti;
- apie 20 proc. mergaičių, sergančių nervine anoreksija, turi Aspergerio sindromui būdingų požymių;
- kai kurie berniukai su Aspergerio sindromu dažniau serga epilepsija, jiems būdingi nerviniai tikai (Tourette sindromas), bipolinis sutrikimas;
- trūksta socialinės nuovokos, kyla daugiau grėsmės patekti į pavojų, pavyzdžiui, netikėtai išbėga į gatvę ir kt.

2. 2. BENDRAVIMO PROBLEMATIKA

Vaikams su Aspergerio sindromu sudėtinga bendrauti, suprasti kitų žmonių neverbalinę kalbą, tinkamai išreikšti emocijas. Išskiriami kai kurie bruožai, būdingi šį autizmo spektro sutrikimą turintiems asmenims:

- neretai būdingas monologinis bendravimas, t. y. kalbėjimas su savimi;
- nori bendrauti, tačiau socialiai priimtiniu būdu nemoka: jiems nerūpi, ką kiti galvoja ar jaučia;
- kartai visiškai nesidomi kitais asmenimis, jiems nepatinka jų buvimas šalia, dėl to gali stumdyti juos, pradėti netgi rėkti;
- sunkiai supranta kitų žmonių emocijas, nesupranta, jeigu kitas pyksta, kol šis aiškiai nepasako;
- stinga gebėjimo paguosti, suprasti kitų poreikius ir jų poelgių priežastis;
- iš neverbalinės (kūno) kalbos ar mimikos nesupranta, jeigu įžeidžia kitą asmenį ir liaujasi „blogai elgtis“ tik gavę nurodymą;
- gali turėti problemų suprasdami humorą, ironiją, žodžius supranta pažodžiui (nemoka jų interpretuoti);
- dažnai tokiems vaikams bendrauti pavyksta tik su vienu asmeniu, o grupėje jie užsisklendžia, sutrinka, vengia kalbėti, jaučiasi vieniši;
- dėl nemokėjimo užmegzti pokalbio ar įsitraukti į komandinį žaidimą šie vaikai sunkiai pritampa mokykloje, neranda draugų, turi tik pažįstamų;
- jie dažnai įsitikinę savo „teisumu“, gali valandų valandas kitiems bandyti įteigti savo požiūrį, nuomonę; bendrauti su jais – tai bendrauti tik jų sąlygomis;
- dažniausiai sako tiesą, nes nemoka meluoti, sukčiauti ar apsimitinėti;
- nesupranta socialinių santykių svarbos, pavyzdžiui, atėjus svečiams, pirmai progai pasitaikius pasitraukia į kambario kampą ar tiesiog išeina į kitą kambarį, kol svečiai sėdi prie stalo;
- dažnai susiranda kitataučių draugų, nes bendravimo nukrypimas ir socialinis keistumas mažiau akivaizdus kitataučiui nei tautiečiui;
- dažnai patiria klinikinę depresiją, kai kurie mėgina nusižudyti, nes jaučiasi niekam nereikalingi, negebantys bendrauti;
- palaiapsniui kai kurie įsisavina socialinę elgseną, nutyli pastabas apie kitus, bet tai ne dėl to, kad atjaučia ar rūpinasi kitais, o dėl to, kad vengia nemalonumų;
- turi problemų užmegzdami artimus ryšius, visgi kai kurie susiranda draugą ar mylimąjį, jei šis prisiderina prie nelanksčios autistiškos tvarkos ar sistemų;

- neretai kasdieniame gyvenime jų neslegia sunkumai, jie gali „išaugti ligą“, jei mokosi, gyvena ar dirba supratingoje aplinkoje.

2.3. TALENTAI IR PROFESINIAI LAIMĖJIMAI

Aspergerio sindromas – neurologinis raidos sutrikimas ir nors jis lemia nepakankamą socialinių įgūdžių, bendravimo ir elgesio vystymąsi, neretai tai netrukdo susikoncentruoti į specifinę mėgstamą veiklą bei kryptingai siekti puikių rezultatų ar net stulbinamų profesinių laimėjimų. Asmenys su Aspergerio sindromu dažnai pasižymi kai kuriais išskirtiniais talentais:

- gali būti pastabūs smulkmenoms, detalėms, į kurias kiti nekreipia dėmesio;
- geriausiai jiems sekasi tiksleji mokslai, istorija, geografija, kalbų žodynas, sintaksė;
- neretai tokie vaikai net nepamokyti labai įdomiai ir išradingai piešia, konstruoja;
- dažnai autistiški vaikai atsiskleidžia kūryboje, ypač muzikoje;
- gali būti atidūs ir kruopštūs kalbai, rašymui, raštu išreiškia būtent tai, ką nori;
- dažnai domisi neįprastais dalykais, kuriems būtina gera atmintis (pavyzdžiui, įvairiais numeriais, statistika, sąrašais, tvarkaraščiais, datomis);
- neretai domisi uždromis sistemomis (kompiuteriais, žongliravimu, kūno taškais), todėl greitai išsiaiškina, kaip naudotis, pavyzdžiui, programine įranga ir pan.;
- tokie asmenys ima gilintis į kokį nors dominantį objektą ar temą, tai gali būti jų gyvenimo esmė ir gali apie tai kalbėti valandų valandas;
- pradėję tyrinėti vieną dalyką, nepalieka jo tol, kol nesukaupia tiek žinių, kiek įmanoma, ir tampa tos srities profesionalais;
- gali būti įsigilinę į specifinius pomėgius (pavyzdžiui, mokosi vieną kalbą po kitos), domisi siauromis temomis ir suaugę tampa išskirtiniais specialistais.

3. VAIKŲ SU ASPERGERIO SINDROMO BRUOŽAIS SVEIKATOS STIPRINIMAS IR UGDYMAS

Lietuvoje 40 proc. vaikų, turinčių autizmo spektro sutrikimų, mokosi bendrojo lavinimo mokyklose. Didžioji dalis gebančių mokytis pagal bendrąją programą vaikų yra su Aspergerio sindromu. Nors tokie vaikai yra normalaus intelekto, visgi dažnai jie susiduria su problemomis atlikdami užduotis ar namų darbus, neretai, kitų akimis, jie tingi, nenori dirbti. Galbūt nenoras dirbti („nusprendžiu nedaryti“) iš tiesų yra „negaliu to daryti“ arba tiesiog „nesugebu“? Kaip turėtų elgtis ugdymo institucijų specialistai, kokius metodus jiems praveru žinoti ir kaip išmokyti teisingai juos taikyti konkrečiu atveju?

Nėra stebuklingų vaistų ar universalios veiksmingos metodikos visiems atvejams. Dviejų tokių pačių vaikų su Aspergerio sindromu nėra, todėl nėra ir universalaus recepto visoms gyvenimo problemoms spręsti – kiekvienas vaikas yra unikalus ir nepakartojamas. Visgi kuo anksčiau kiekvienas Aspergerio sindromo atvejis bus išaiškintas, tuo geresnių rezultatų galima tikėtis. Tam tikrais momentais padeda psichologo ar psichiatro konsultacijos, visgi vaikui su Aspergerio sindromu kalbėti apie savo vidines būsenas sudėtinga. Tačiau tai nereiškia, jog tokiam asmeniui nereikia išsikalbėti – jam būtina pokalbių terapija, reikalingas palaikymas, padaršinimas. Šiuo metu moksliniais tyrimais įrodyta, jog veiks-

mingiausia metodika yra taikomoji elgesio analizė. Kad ir kokia būtų pasirinkta ugdymo ir sveikatos stiprinimo intervencinė metodika, be specialistų pagalbos išsiversti sudėtinga.

Tad ugdymo institucijoje svarbu, kad būtų mokytojas, visuomenės sveikatos specialistas ar socialinis pedagogas, kuris gebėtų su vaiku užmegzti kontaktą, kuris suprastų, kaip toks vaikas jaučiasi. Vaiko bloga savijauta ne visuomet reiškia ligą. Jei vaikui skauda pilvą ar galvą, tai nebūtinai fizinio pobūdžio liga, o galbūt psichosomatinis sutrikimas. Tai, kaip specialistai geba atpažinti problemą ir ją spręsti, priklauso nuo teorijos žinių bagažo, įžvalgumo, praktinių įgūdžių.

3.1. „BLOGO ELGESIO“ PASIREIŠKIMO FORMOS, PRIEŽASTYS, UGDYMO BEI LAVINIMO PATARIMAI

Nerimas, neįprastai didelis jautrumas triukšmui, vengimas kalbėti viešai, nemokėjimas bendrauti grupėje, atjautos stygius ir kitos sveikatos ir socialinio gyvenimo anomalijos – sunkumai, kuriuos nuolat patiria vaikas su Aspergerio sindromu. Kiekvienam konkrečiam „blogo elgesio“ atvejui turi būti pasiruošta iš anksto, svarstoma, kokios priežastys lemia trikdantį elgesį, koku būdu bus ugdomas vaikas, kokios bus pateikiamos užduotys. Taip pat apmąstoma atsiskaitymo už darbus forma, kuri priimtinausia konkrečiam vaikui.

3.1.1. Informacijos pateikimo ir užduočių atlikimo formos. Kad vaikas sėkmingai mokytųsi ir gebėtų atlikti užduotis, informacija turi būti pateikiama konkrečiam vaikui tinkamu ir priimtiniu būdu. Todėl būtina išsiaiškinti, koku būdu geriausiai priimama informacija, t. y. žodžiais ar vaizdiniais. Kadangi vaikai su Aspergerio sindromu dažnai suvokia žodžius pažodžiui, jiems sunkiai sekasi suprasti žodžių perkeltinę prasmę, jie nesuvokia veido išraiškų, neverbalinės kalbos, neturi intucijos, todėl neretai nesupranta, kai informacija perteikiama žodžiu. Dėl „nesusikalbėjimo“ verbaliniu būdu, atsiranda socialinė ir kalbinė dimensija, didėja vaiko sutrikimas, nenoras dirbti ir vykdyti užduotis.

Patarimai, padėsiantys parinkti vaikui tinkamą ugdymo ir mokymo formą:

- Mokytojui vertėtų užuot ilgai ir nuosekliai aiškinus užduotį bendrauti su vaiku aiškiais ir trumpais sakiniais, suprantamais žodžiais.
- Svarbu atidžiai stebėti, koks kalbos lygis vaikui yra aiškiausias, tuomet tokia „kalba“ su juo ir kalbėtis.
- Jei vaiko verbalinė kalba nepakankamai išlavinta, tuomet puiki mokymo priemonė – specialūs paveikslėliai.
- Nemaža dalis užduočių galėtų būti pateikiama kompiuterio ekrane ir atsiskaitoma neverbaliai (pavyzdžiui, raštu ar kompiuteriu).
- Siekiant sklandžiau pereiti nuo vienos užduoties prie kitos, tokiam vaikui būtų naudingas vaizdinis tvarkaraštis.
- Vaikus su Aspergerio sindromu užduoties, eilėraščio ir kt. atsiskaitymas viešai, klasės akivaizdoje neretai baugina, kelia nerimą ir pan. Tokiais atvejais rekomenduojamas individualus atsiskaitymas (pavyzdžiui, po pamokos mokytojui), atlikto darbo atsiuntimas mokytojui į el. paštą, per „Tamo“ sistemą.

3.1.2. Neįprasta mąstymo logika ir minčių dėstymas. Dažnai vaikams, turintiems Aspergerio sindromą, būdinga neįprasta mąstymo logika. Pavyzdžiui, vaikas suranda teisingą ma-

tematinės užduoties atsakymą, bet nesugeba žodžiais paaiškinti, kaip tas atsakymas gautas. Tokiu atveju mokytojui neverta kvosti vaiko, o tiesiog pripažinti gautą teisingą atsakymą, nors sprendimo logika ir neiški. Šį neįprastą mąstymo būdą gali būti sudėtinga koreguoti mokytojui ar tėvams, nes vaiko smegenys tarsi „užblokuotos“. Neteisingai elgiasi mokytojas, jei įnirtingai aiškinasi, kaip vaikas gavo atsakymą. Tai vaikui gali sukelti susierzinimą ar pykčio protrūkį.

3.1.3. Nepaklusimo pasireiškimo formos ir trikdančio elgesio aiškinimasis. Dažnai specialistų patarimai ar paliepimai neduoda norimų rezultatų, vaikas nepaklūsta jų tiesioginiams reikalavimams, neatlieka paskirtų užduočių ar namų darbų. Nemaža dalis mokytojų, specialistų ar artimųjų negeba atpažinti neklusnumo pasireiškimo formų bei nesuvokia, ką vaikas praneša „blogu“ elgesiu. Reikia pažvelgti į tokio elgesio potekstę ir praprasti tai, ką iš tiesų maištaujantis vaikas nori pasakyti. Neteisinga „ligos“ diagnozė ar atvejo sureikšminimas problemos neišsprendžia, o ją pagilina.

Vaiko neklusnumo pasireiškimo formos:

- Nepaklusimo pasireiškimas tiesiogiai: vaikas išsisukinėja, atsikalbinėja, ginčijasi, atidėlioja darbą.
- Nepaklusimas netiesioginiu būdu arba pasyviai: pavyzdžiui, vaikas panyra į fantazijos pasaulį, elgiasi taip, tarsi negirdi, kas jam sakoma, ir daro tai, kas jam patinka.
- Priešinimasis gali būti psichosomatinio pobūdžio: pavyzdžiui, vaikas teigia, jog „mano kojos akmeninės ir negaliu prieiti prie lentos“, jį tarsi „surakina“ ir pan.
- Agresijos pasireiškimas fiziniais veiksmais ir/ar verbaliai (žodžiais). Kartais įniršis pasireiškia panikos priepuoliu ar epilepsija.

Ką mums vaikas praneša nepaklusniu elgesiu?

- Dėmesio reikalavimas. Nepaklusniu elgesiu vaikas dažnai sulaukia bendraamžių, artimųjų ar specialistų dėmesio. Jei vaikas pastebi, kad į jį atkreipiamas dėmesys tik tuomet, kai jis elgiasi netinkamai, kad nepastebimas jo geras elgesys, tai renkasi tokį elgesį, kuriuo gauna daugiau dėmesio.
- Supratimo stoka ar nesėkmės baimė. Dažnas priešinimasis, atsikalbinėjimas ir kitos nepaklusimo formos pasireiškia tuomet, kai vaikas tiesiog nesugeba atlikti to, kas jo prašoma, arba bijo patirti nesėkmę.
- Pramoga. Vaikas keistai ar juokingai elgiasi tuo pasakydamas, kad nori žaisti, bet neturi draugų ar galimybių su kuo nors pramogauti. Neretai vaikas smaginas, kad pralinksmintų ir kitus, ir save.
- Valdymas. Netinkamu elgesiu vaikas kartais mėgina valdyti aplinką ją pertvarkydamas ir taip išsaugodamas turimą galią tvarkyti savo gyvenimą. Pavyzdžiui, vaikas išeina iš kambario, jei draugai ilgai svečiuojasi. Tokiu pasyviai valdingu elgesiu vaikas praneša, jog jie „priėjo ribą“. Jei draugai supratingai ir be priekaištų atsižvelgia į tokį keistą draugo elgesį, supranta, jog tai signalas baigti svečiuotis, galima tikėtis, kad ilgainiui bus deramai išsiugdyti socialiniai įgūdžiai. Toks neįprastas aplinkos valdymas ar jos pertvarkymas ateityje suteiks vaikui daugiau progų patirti sėkmę gyvenime.
- Savireguliacija. Vaikas dažnai netinkamai elgiasi dėl menkesnių savireguliacijos gebėjimų. Vaikas stengiasi sužadinti ar nuraminti pojūčius, jei jie per silpnai ar per stipriai stimuliuojami. Dėl pojūčių sutrikimo nerimas malšinamas įvairiais būdais. Pavyzdžiui, jei matom kartotinį elgesį (nagų kramtymą ar kt.), vertėtų pamąstyti, ar vaikas nemėgina stimuliuoti per silpnų jutimų ir kompensuoti per mažą judrumą.

3.1.4. Netinkamo elgesio pasireiškimo priežastys. Netinkamu elgesiu vaikas mums praneša, kad yra priežastis, kodėl jo jautri nervų sistema ima „šiauštis“ ir jis vienokiu ar kitokiu būdu elgiasi. Ugdyimo institucijoje dirbantis specialistas turi gebėti nustatyti pagrindinę priežastį, kuri sukelia daugiausia nepatogumų ir nesklandumų vaikui ir jį supančiai aplinkai. Išskiriamos šios pagrindinės nederamo elgesio pasireiškimo priežastys:

Juslių sutrikimas:

- Daugelio vaikų *rega* būna perdirginta (daug žmonių, ryški šviesa ir kt.) ir tai sukelia vaikui sumaištį, agresiją. Jeigu silpna regos joslė, vaikas linguoja, supasi ir taip bando pakeisti regėjimo kampą.
- Dėl *klausos joslės* sutrikimo vaikas gali girdėti tai, ko sveikų žmonių ausis nepagauna, todėl nesugeba perfiltruoti garso ar jį susilpninti. Dažnai tokie vaikai stengiasi pabėgti iš klasės, koncerto, jie jaučiasi išsekinti, nes triukšmas juos vargina. Toks vaikas užsidauro nuo pasaulio, slepiasi vienišas kambaryje ir taip slopina susikaupusį nerimą.
- Nemažos dalies autistiškų vaikų jautri *lytėjimo joslė*, todėl jie vengia prisilietimų, apsikabinimų. Tad natūralu, jei vaikas nesisveikina arba labai „šaltai“ glėbesčiuojasi su artimaisiais, draugais klasėje. Dėl silpnos lytėjimo joslės toks vaikas nerimą malšina „stimuliuodamas“ save, t. y. kandžiodamasis, šlapindamasis ir kt.
- Kai kurių vaikų *uoslė* jautri, todėl dėl neįprastų ir stiprių kvapų jie čiaudo, sloguoja, kosėja ar net subloguoja. Neretai šie vaikai suserga įvairaus pobūdžio alergijomis, alerginiais rinitais ar net astmomis.
- Uoslė glaudžiai susijusi su *skoniu*. Jei uoslė aštri, tuomet vaikas jautriai reaguoja į aštrius skonius (pavyzdžiui, paprikos) ir nepriima tokio maisto. Jeigu uoslė per silpna, menkai jaučia skonį, todėl maistui neišrankus ir valgo viską ir persivalgo, arba valgo mažai, nes maistas netiekia malonumo. Toks žmogus, ieškodamas pojūčių, gali įnikti į alkoholį, tabaką, valgyti neįprastus produktus, pavyzdžiui, kavos tirščius ar kreidą.
- Dėl *vestibulinės joslės* pakitimų vaiką gali pykinti, jam sunku susikaupti, atsiminti, kankina nerimas ar nuovargis.
- Dėl *proprioceptinės joslės* sutrikimų sąnariai ir raumenys „netinkamai“ praneša, kad vaikas neįtikinamai jaučiasi savo paties kūne, nesusigauja, kur yra, jam pinasi kojos, jis atsitrenkia, būna nerangus, jo keista ir sunki eiseną, užsimerkęs praranda pusiausvyrą ir kt.

Fiziologinės priežastys. Tam tikrais atvejais netinkamas elgesys pasireiškia dėl fizinių sutrikimų ar tam tikrų ligų, pavyzdžiui, dėl virškinimo trakto sutrikimo, alergijos maistui, biocheminės pusiausvyros sutrikimo, miego sutrikimo, dėl vitaminų ar mineralų stokos ir kt.

Emocinės priežastys. Nederamą elgesį dažnai sukelia neviltilis, nusivylimas, netinkamas elgesys su vaiku, blogas suaugusiųjų pavyzdys ir kt.

- *Neviltilis.* Vaikas negali patenkinti artimųjų, bendraklasių ar specialistų lūkesčių, jam nesiseka, dėl to puola į neviltilį, kuri lemia netinkamą elgesį.
- *Nusivylimas.* Vaikas nusivilia, kai neišsipildo tai, ko tikėjosi pats vaikas ar jo artimieji. Pavyzdžiui, pasikeitus dienotvarkei, vaikas nepasiruošė pokyčiams ir tai išprovokavo pyktį. Dėl to vaikas nusivilia ir neretai nuvertina save.
- *Netinkamas elgesys su vaiku.* Jei vaikas suaugusių ar bendraamžių erzina, puldinėjamas, negauna palaikymo, jis palaipsniui tampa agresyviu ir piktų žmogumi net suaugęs.

3.2. SVEIKATOS STIPRINIMAS: PAGALBOS ETAPAI, UGDYMO METODAI IR KRYPTYS

Sveikatos stiprinimas apima stresą ir nerimą keliančių simptomų mažinimą bei atitinkamą ugdymą. Aspergerio sindromas nėra gydomas medikamentais. Vaistai naudojami nebent esant tam tikroms papildomoms problemoms: jei pastebimas obsesinis-kompulsinis elgesys (beprasmiški pasikartojantys veiksmai – kalba, judesiai ir kt.), vaikas kenčia dėl didelio streso ar nerimo, koncentracijos trūkumo, agresijos, pykčio ar depresijos bei turi kitų fizinių sveikatos negalavimų. Visgi reikia būti labai atsargiems nusprendus vartoti vaistus, kadangi medikamentai gali sukelti dar daugiau šalutinių problemų, nei buvo prieš tai.

Atlikus išsamią vaiko fizinės ir psichinės sveikatos analizę, elgesio įvertinimą, išsiaiškinus, kas yra dirgikliai, lemiantys „blogą elgesį“, konkrečiam vaikui taikoma individuali pagalba.

3.2.1. Pagalbos etapai:

1. *Ankstyva diagnozė.* Svarbiausia kuo anksčiau diagnozuoti Aspergerio sindromą, kad būtų galima kuo greičiau suteikti vaikui pagalbą. Kadangi mažo vaiko smegenų jungtys plastiškos, dar yra tikimybė pasitelkus intensyviai terapijos ir ugdymo priemones jose suformuoti naujas nervines jungtis ir taip padaryti teigiamą poveikį vaikui su Aspergerio sindromu.

2. *Intervencija.* Atpažinus Aspergerio sindromui būdingus požymius arba vaiko sveikatos pažymėjime Nr. 027-1/a pastebėjus įrašą F84.5, būtinas intervencijos planas. Kiekvienu atveju intervencijos taikymas yra skirtingas ir individualus, reikalauja išsamaus vaiko pažinimo, kad būtų pasirinktas tinkamiausias pagalbos variantas.

3. *Įvairių įgūdžių lavinimas.* Svarbus socialinių įgūdžių lavinimas, kuomet naudojant taikomąją elgesio terapiją (ABA programą), padedama vaikui pagerinti elgesį ir susigaudyti socialinėse situacijose. Taip pat svarbu lavinti vaiko funkcionalius įgūdžius, kad vaikas išmoktų naudingų ir praktiškų dalykų, gebėtų susitvarkyti tam tikrose gyvenimiškose situacijose. Sveiki vaikai funkcionalių įgūdžių labai greit išmoksta stebėdami aplinką, o vaikus su Aspergerio sindromu šių įgūdžių reikia ilgai ir kryptingai mokyti.

Lavinant įvairiapusiškai, t. y. socialinius ir funkcionalius įgūdžius, galima atpažinti vaiko stipriąsias ir silpnąsias puses, atrasti efektyviausius pagalbos metodus ir taip pašalinti pagrindinius simptomus, kurie dėl autizmo spektro sutrikimo negali vystytis.

4. *Suvokimo ugdymas.* Ugdyti vaiką taip, kad jis kuo aiškiau suvoktų tikslą, kontekstą, ką jis mokosi. Pavyzdžiui, vaikas gali anksti išmokti skaityti, tačiau jam sunku suvokti, kad skaitymo tikslas yra ne vien skaitymas. Todėl reikia viską nuosekliai ir išsamiai aiškinti.

5. *Motyvacijos skatinimas.* Dėl suvokimo problemų tokių vaikų motyvacija neretai būna silpna. Todėl svarbu spręsti problemas, kylančias dėl netinkamo ar klaidingo jų suvokimo, kad vėliau būtų galima tokius vaikus tinkamai motyvuoti mokytis, elgtis. Vienas veiksmingiausių būdų – reikšmingi konkrečiam vaikui apdovanojimai ir paskatinimai.

6. *Skirtingų sričių specialistų bendradarbiavimas.* Siekiant sukurti veiksmingą diagnozavimo, pagalbos, sveikatos stiprinimo ir ugdymo sistemą, būtina suburti vieningą įvairių institucijų ir sričių specialistų komandą. Nemažiau svarbus specialistų, mokytojų bendradarbiavimas bei geranoriškumas ugdymo institucijos viduje. Taip mokytojas galėtų „čia ir dabar“ kreiptis į specialistą bei gautų profesionalų atsakymą ar pagalbą tam tikru atveju.

3.2.2. Ugdymo metodai ir kryptys. Siekiant surasti tinkamiausią sveikatos stiprinimo ir ugdymo metodą, būtina perprasti, koks būdas tinkamiausias konkrečiam vaikui. Svarbu atsižvelgti į tai, kad kas tam vaikui tinka vienu gyvenimo momentu, gali netikti po mėnesio ar metų. Kai kurių technikų gali būti mokama namuose, tai gali atlikti vaiko artimieji, kitos gali būti taikomos tik specialisto kabinete. Dažnai keli metodai derinami tarpusavyje, papildo vienas kitą ir neretai darbo efektyvumas nuo to tik didėja. Svarbiausia kuo anksčiau pradėti stiprinti vaiko sveikatą, kad būtų pasiekta kuo geresnių vaiko fizinės ir psichinės sveikatos rezultatų. Kadangi sveikatos stiprinimas ir ugdymas yra ilgalaikis procesas, būtina atsižvelgti ir į vaiko fizinę sveikatą, gretutines ligas ir kitus sutrikimus.

Kitas svarbus aspektas – tėvų ir artimųjų besąlygiška meilė vaikui bei savanoriškas dalyvavimas sveikatos stiprinimo ir mokymo procese. Tyrimai rodo, kad tų vaikų, kurių tėvai priėmė jų žmogiškąsias silpnynes ir stiprybes, „leido“ vaikui augti, pažanga buvo kur kas didesnė.

Ugdymo kryptys:

- Socialinių ryšių vystymas ir elgesio analizė.
- Pažintinė elgesio terapija, siekiant sumažinti nerimo sutrikimus ir depresiją, pasikartojančių stereotipinių veiksmų kiekį.
- Darbo ir fizinė terapija, siekiant sumažinti fizinį nerangumą, pagerinti kūno koordinaciją.
- Kalbos terapija, siekiant pagerinti komunikacijos įgūdžius.
- Artimųjų ir šeimos mokymas, siekiant, kad vaikas greičiau mokytųsi adaptacinių įgūdžių bei sėkmingai integruotųsi į visuomenę.

Susidūrimas su Aspergerio sindromu yra nemažas iššūkis. Visgi suvokti kliūtis, atremti sunkumus ir tuo pačiu tobulėti galima tik glaudžiai ir nuolat bendradarbiaujant vaikui, tėvams ir specialistams. Negali specialistai dirbti sau, o tėvai – sau. Jie turi dirbti kartu su vaiku. Tik tuomet tikėtinas laukiamas rezultatas – vaiko daroma pažanga, geresnė jo fizinė ir psichinė sveikata.

LITERATŪRA:

1. Atwood T. The Complete Guide to Asperger's Syndrome. London and Philadelphia, 2007.
2. Autism Society. Prieiga internete: <http://www.autism-society.org/what-is/aspergers-syndrome/>
3. Baron-Cohen S. Esminis skirtumas. Vyriškos ir moteriškos smegenys. Visa tiesa apie autizmą. Vilnius, 2011.
4. Higienos institutas. Prieiga internete: <http://www.hi.lt/uploads/pdf/projektai/Ivykdyti%20projektai/90.Tyrimo%20baigiamoji%20ataskaita-pilna.pdf>.
5. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro įsakymas „Dėl sergančiųjų įvairiapusiais raidos sutrikimais ligos sunkumo laipsnio nustatymo suaugusiems pacientams“. Prieiga internete: http://www3.lrs.lt/pls/inter3/dokpaieska.showdoc_l?p_id=468114&p_tr2=2.
6. Notbohm E. Kiekvienas autistiškas vaikas norėtų, kad jūs žinotumėte dešimt dalykų. Vilnius, 2012.
7. Notboth E., Zysk V. 1001 Great Ideas for Teaching and Raising Children with Autism or Asperger's. Arlington, 2010.
8. Picoult J. Namų taisyklės. Vilnius, 2011.
9. Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centras. Atmintinė. Kad Aspergerio sindromas vargintų mažiau, o vaikas jaustųsi geriau. Vilnius, 2016.