



NEUROWIEDZA

NEWSLETTER O NEURORÓŻNORODNOŚCI
VOL. 2 / GRUDZIEŃ 2024

mgr Julia Chmielewska

Dział Rozwoju Pracowników

Uniwersytet Ekonomiczny we Wrocławiu

Witamy w drugim wydaniu NeuroWiedzy!

W tym numerze skupimy się na spektrum autyzmu. Wyjaśnimy czym ono jest, jakie są obowiązujące kryteria diagnostyczne oraz jak może wyglądać codzienne życie osób w spektrum. Przyjrzymy się również tematyce kobiet i dziewczyn w spektrum, których objawy mogą różnić się od objawów chłopców i mężczyzn, a uzyskanie trafnej diagnozy bywa trudniejsze.

Zapraszamy do lektury!

Spektrum autyzmu to różnorodny zespół zaburzeń neurorozwojowych, który wpływa na sposób, w jaki osoba odbiera świat, komunikuje się, wchodzi w interakcje społeczne i przetwarza informacje. Zakres objawów i ich nasilenie mogą być bardzo różnorodne, co oznacza, że doświadczenia każdej osoby w spektrum będą unikalne. Autyzm nie jest chorobą ani stanem, który trzeba "leczyć", lecz częścią neuroróżnorodności, unikalnym sposobem funkcjonowania mózgu. Podejście do autyzmu opiera się na akceptacji, wsparciu i dostosowaniu środowiska tak, aby umożliwić osobom w spektrum komfortowe funkcjonowanie i rozwój.





Według ICD-11 podstawą diagnozy są dwie główne grupy objawów:

1. Trudności w nawiązywaniu i podtrzymywaniu interakcji społecznych i komunikacji społecznej.
2. Skłonności do ograniczonych, nieelastycznych, powtarzalnych wzorców zachowań, czynności i zainteresowań, które są wyraźnie nietypowe lub nadmierne dla danej osoby.

Klasyfikacje ICD-11 oraz DSM-V zastąpiły pojęcie całościowego zaburzenia rozwoju pojęciem spektrum autyzmu. Obecnie poszczególne „rodzaje” autyzmu nie są oddzielnymi zaburzeniami do diagnozowania, istnieje jedynie podział ze względu na zapotrzebowanie na wsparcie.

Wczesna diagnoza autyzmu u dzieci pozwala na szybkie wdrożenie terapii, co poprawia rozwój i jakość życia. U dorosłych diagnoza przynosi zrozumienie i dostęp do wsparcia. Proces obejmuje ocenę przez specjalistów, takich jak psychologowie i psychiatry, którzy analizują objawy i potrzeby.

SPEKTRUM AUTYZMU U DZIEWCZYN I KOBIET

Spektrum autyzmu u dziewczyn i kobiet bywa często niediagnozowane lub diagnozowane później niż u mężczyzn. Wynika to z różnic w sposobie przejawiania się objawów oraz istniejących stereotypów. Historycznie autyzm był badany głównie u chłopców, co prowadziło do stworzenia kryteriów diagnostycznych mniej dopasowanych do żeńskiej części społeczeństwa. Kobiety i dziewczynki częściej są błędnie diagnozowane np. z zaburzeniami lękowymi, depresją czy zaburzeniami osobowości. Dodatkowo, wiele trudności jest przez kobiety w spektrum maskowane. Maskowanie może być jedną z przyczyn znacznie mniejszego dostrzegania przez społeczeństwo ich trudności.



Objawy, które mogą być bardziej widoczne u dziewczyn:

- trudności w utrzymywaniu relacji oraz konflikty;
- intensywne zainteresowania, często akceptowalne społecznie (np. literatura, zwierzęta, muzyka);
- nadwrażliwość sensoryczna na dźwięki, zapachy czy dotyk;
- tendencja do odczuwania samotności i niezrozumienia, mimo pozornej integracji;
- wyczerpanie psychiczne spowodowane maskowaniem zachowań autystycznych.

CODZIENNE ŻYCIE

Codzienne życie osób w spektrum autyzmu jest zróżnicowane i zależy od indywidualnych cech oraz stopnia wsparcia, jaki otrzymują. Wyzwania i potrzeby mogą dotyczyć wielu obszarów życia.

Relacje społeczne



Problemy ze rozumieniem niewerbalnych sygnałów i norm społecznych. Potrzeba jasnej komunikacji, bez ukrytych znaczeń.

Trudności z nawiązywaniem i utrzymywaniem relacji społecznych, preferowanie mniejszych grup lub indywidualnych interakcji.

Sensoryka



Nadwrażliwość lub niedowrażliwość na bodźce, np. dźwięki, światło, tekstury.

Unikanie miejsc zatłoczonych lub hałaśliwych w celu zminimalizowania dyskomfortu.

Poszukiwanie specyficznych bodźców, dających uczucie przyjemności i ulgi.

Rutyna i organizacja



Potrzeba przewidywalności i rutyny, która pomaga w radzeniu sobie z codziennością oraz daje poczucie bezpieczeństwa. Trudności z nagłymi zmianami planów, które mogą powodować stres lub frustrację.

Praca i edukacja



Potrzeba środowiska pracy/nauki, które jest ciche i uporządkowane lub zapewnione są w nim udogodnienia, takie jak słuchawki wyciszające czy strefy ciszy.

Potrzeba jasnych, dokładnych instrukcji.

Radzenie sobie z emocjami



Trudności z identyfikacją i wyrażaniem emocji, co czasem może prowadzić do frustracji lub nieporozumień.

Stimming, np. machanie rękami, powtarzalne ruchy, zabawa włosami jako sposób na regulację emocji czy redukcję stresu.

Hobby i pasje



Intensywne zainteresowania i pasje, które mogą być źródłem radości. Mogą stanowić sposób na nawiązywanie relacji z innymi ludźmi o podobnych zainteresowaniach. Unikalne umiejętności i precyzja w obszarach swoich zainteresowań.