



NEUROWIEDZA

NEWSLETTER O NEURORÓŻNORODNOŚCI
VOL. 12 / STYCZEŃ 2026

mgr Julia Chemiczewska

Dział Rozwoju Pracowników

Uniwersytet Ekonomiczny we Wrocławiu

Przyszłość neuroróżnorodności: Jak zmienia się społeczne postrzeganie i akceptacja

Dziesięć lat temu rozmowy o dysleksji, ADHD spektrum autyzmu, czy zespole Tourett'a toczyły się głównie w przestrzeni medycznej i terapeutycznej. Dziś neuroróżnorodność staje się częścią szerszej debaty o różnicach międzyludzkich, inkluzywności i sprawiedliwości społecznej. Jednocześnie rośnie świadomość, że sama akceptacja, choć kluczowa, nie rozwiązuje wszystkich wyzwań. W tym wydaniu newslettera o neuroróżnorodności przyjrzymy się kluczowym zmianom oraz zastanowimy się, w jakim kierunku ruch może podążać w najbliższych latach.

Od „deficytu” do różnorodności – jak zmienia się język

Jeszcze niedawno dominowało myślenie jedynie w kategoriach „zaburzeń”, które opisywano głównie przez pryzmat braków i odchyłeń od normy.

Dziś coraz częściej, obok medycznych określeń, mówimy też o neurotypach i neuroróżnorodności, podkreślając, że ludzkie mózgi mogą funkcjonować na wiele sposobów, a różnice te niosą zarówno wyzwania, jak i unikalne mocne strony.

Zmiana języka to nie moda. To konieczna próba odejścia od narracji, w której jedna norma jest punktem odniesienia dla wszystkich.



Model medyczny vs społeczny

Tradycyjnie patrzyliśmy na ADHD, ASD czy dysleksję głównie przez pryzmat **modelu medycznego**: jako zaburzeń, które „należy naprawić”, aby osoba jak najbardziej zbliżyła się do normy. To podejście jest oczywiście ważne, ponieważ pozwala na diagnozę, dostęp do terapii i realne wsparcie kliniczne. Coraz częściej jednak obok modelu medycznego funkcjonuje również **model społeczny**, który podkreśla, że trudności doświadczane przez osoby neuroatypowe wynikają nie tylko z ich indywidualnych ograniczeń, lecz także z barier obecnych w otoczeniu. Szkoły, miejsca pracy czy obowiązujące normy społeczne często okazują się niedostosowane, dlatego rolą otoczenia powinno być również eliminowanie przeszkód, a nie jedynie próby „korygowania” jednostki. W takim ujęciu osoba neuroatypowa nie jest problemem do rozwiązania – staje się nim brak elastyczności systemu. Model społeczny nie zastępuje medycznego, lecz go uzupełnia, pozwalając patrzeć szerzej na relację między indywidualnymi potrzebami a tym, jak funkcjonuje świat i społeczeństwo.

Neuroróżnorodność w “mainstramie”

Platformy takie jak TikTok czy YouTube stały się miejscem, gdzie osoby neuroatypowe opowiadają o sobie własnym językiem – często bardziej trafnie niż w formalnych raportach. Serialowe postacie i influencerzy poruszają temat neuroatypowości w nowy sposób, który umożliwia większe zrozumienie i utożsamienie się z ich problemami oraz przeżyciami.

Zjawisko to ma **wiele pozytywnych skutków**, m.in. **zwiększenie świadomości społecznej czy przełamywanie stereotypów**, ale **niesie za sobą również pewne zagrożenia**:

- **Estetyzacja** – polega na przedstawianiu zaburzeń spod parasola neuroróżnorodności w sposób „ładny” i uproszczony, przez co stają się one elementem stylu, a nie rzeczywistego doświadczenia. W efekcie neuroróżnorodność bywa sprowadzana do kilku atrakcyjnych cech, co zaciera jej złożoność i prowadzi do bagatelizowania trudności, z którymi wiele osób mierzy się na co dzień.
- **Samodiagnoza** – zjawisko, w którym osoba bez odpowiedniej wiedzy medycznej sama przypisuje sobie zaburzenie lub problem zdrowotny, często na podstawie informacji z internetu. Takie uproszczone podejście może pomijać rzeczywiste trudności i prowadzić do bagatelizowania ważnych objawów, które wymagają profesjonalnej oceny oraz wsparcia.

Dzięki rosnącej świadomości i większej widoczności osób neuroatypowych coraz częściej możemy zauważyć zmiany zarówno w miejscach pracy, jak i w szkołach – choć oczywiście nie wszędzie i nie w takim samym tempie. To proces powolny, ale w wielu instytucjach już zauważalny.

Coraz częściej pojawiają się rozwiązania, które wspierają różne style funkcjonowania: przestrzenie do wyciszenia, prostsza, klarowniejsza komunikacja, możliwość pracy czy zaliczania zadań zdalnie, bardziej elastyczne zasady i organizacja oraz podejście, które pozwala wykonywać obowiązki w sposób najbardziej dopasowany do danej osoby.

Odejście od przekonania, że istnieje jeden właściwy sposób działania/pracy/nauki na rzecz większej elastyczności pokazuje, że neuroróżnorodność staje się impulsem do szerszej zmiany. Jej efektem stają się dostosowania nie tylko dla osób neuroatypowych, ale środowiska, w których różne potrzeby i style pracy mogą współistnieć – z korzyścią dla wszystkich.



! Akceptacja społeczna ≠ brak wyzwań

Choć świadomość społeczna rośnie, a neuroróżnorodność staje się coraz bardziej obecna w mediach i rozmowach, to sama akceptacja nie wymazuje realnych trudności. Większa otwartość nie zmienia faktu, że wiele osób neuroatypowych nadal styka się z barierami sensorycznymi, społecznymi i organizacyjnymi, które są codziennością.

Ryzyko bagatelizowania trudności

W przestrzeni publicznej pojawia się nowe ryzyko: bagatelizowanie trudności poprzez nadmierne „odczarowywanie”. Coraz częściej możemy usłyszeć: „Nie mogę się skupić, może mam ADHD”, „Każdy ma czasem problem z koncentracją”, „Każdy jest trochę autystyczny”.

Warto pamiętać, że zaburzenia neurorozwojowe mają jasno określone kryteria diagnostyczne. Owszem, wiele osób może doświadczać pojedynczych trudności z koncentracją czy komunikacją, ale to nie to samo, co klinicznie rozpoznany stan, który wpływa na codzienne funkcjonowanie, relacje, energię i zdolność radzenia sobie w różnych sytuacjach.



Czy neuroróżnorodności grozi komercjalizacja?

W wielu firmach czy instytucjach możemy zauważyć pierwsze przykłady używania hasła „neurodivergent friendly” jedynie jako marketingowego, modnego hasła. Sama popularność nie gwarantuje zmiany – jeśli nie pójdą za nią konkretne działania, łatwo o spłytenie i wypaczenie sensu całego ruchu.

Rosnąca widoczność i dyskusja o neuroróżnorodności mogą sprawić, że z czasem stanie się ona nową normą – czymś oczywistym, uwzględnianym w projektowaniu miejsc pracy, szkół, komunikacji i polityk społecznych. Aby tak się stało, potrzebne jest jednak utrzymanie równowagi między rzetelną wiedzą a otwartością oraz między normalizacją a świadomością wyzwań.

Przyszłość neuroróżnorodności zależy więc od tego, czy potraktujemy ją jako tymczasową modę, czy jako stałą zmianę sposobu myślenia o różnicach międzyludzkich. Jeśli wybierzemy tę drugą drogę – to, co dziś jest pewną ideą i ruchem, może stać się fundamentem bardziej inkluzywnego społeczeństwa.