

Atklājam neirodažādību!

Kad uzvedība mulsina:

Kā izprast un atbalstīt bērnus ar neiroattīstības īpatnībām

Elina Havukainen

Speciāliste / Brīvprātīgo darba vadītāja

Autism Finland



Kāpēc daļa bērnu un jauniešu piedzīvo grūtības skolā un sadzīvē?

Mācīšanās un neuroattīstības traucējumi

- **Mācīšanās traucējumi**, tādi kā disleksija un uzmanības deficīta un hiperaktivitātes sindroms jeb traucējumi (UDHS/UDHT), var apgrūtināt bērna sniegumu mācībās.
- **Neuroattīstības traucējumi** (autiskā spektra traucējumi (AST)) ietekmē bērna spēju apstrādāt, izprast un iegaumēt informāciju.

Psihiskās veselības grūtības

- **Trauksme, depresija un sociālā trauksme** var ietekmēt koncentrēšanos, motivāciju un iesaistīšanos mācībās.
- **Stress no bulinga** vai citas sociālās problēmas var veicināt grūtības.

Fiziskās veselības un sensorās problēmas

- **Hroniskas saslimšanas** un miega traucējumi var ietekmēt bērna spēju mācīties.
- **Sensorā pārslodze** un fiziskas sāpes var izraisīt uzvedības problēmas.

Kāpēc daļa bērnu un jauniešu piedzīvo grūtības skolā un sadzīvē?

Vides un sociālie faktori

- Notikumi ģimenē, piem., vecāku šķiršanās vai mazuļa ienākšana ģimenē, var izraisīt emocionālo distresu.
- Nozīmīgas pārmaiņas dzīvē un augstas prasības var izraisīt pārslodzi.

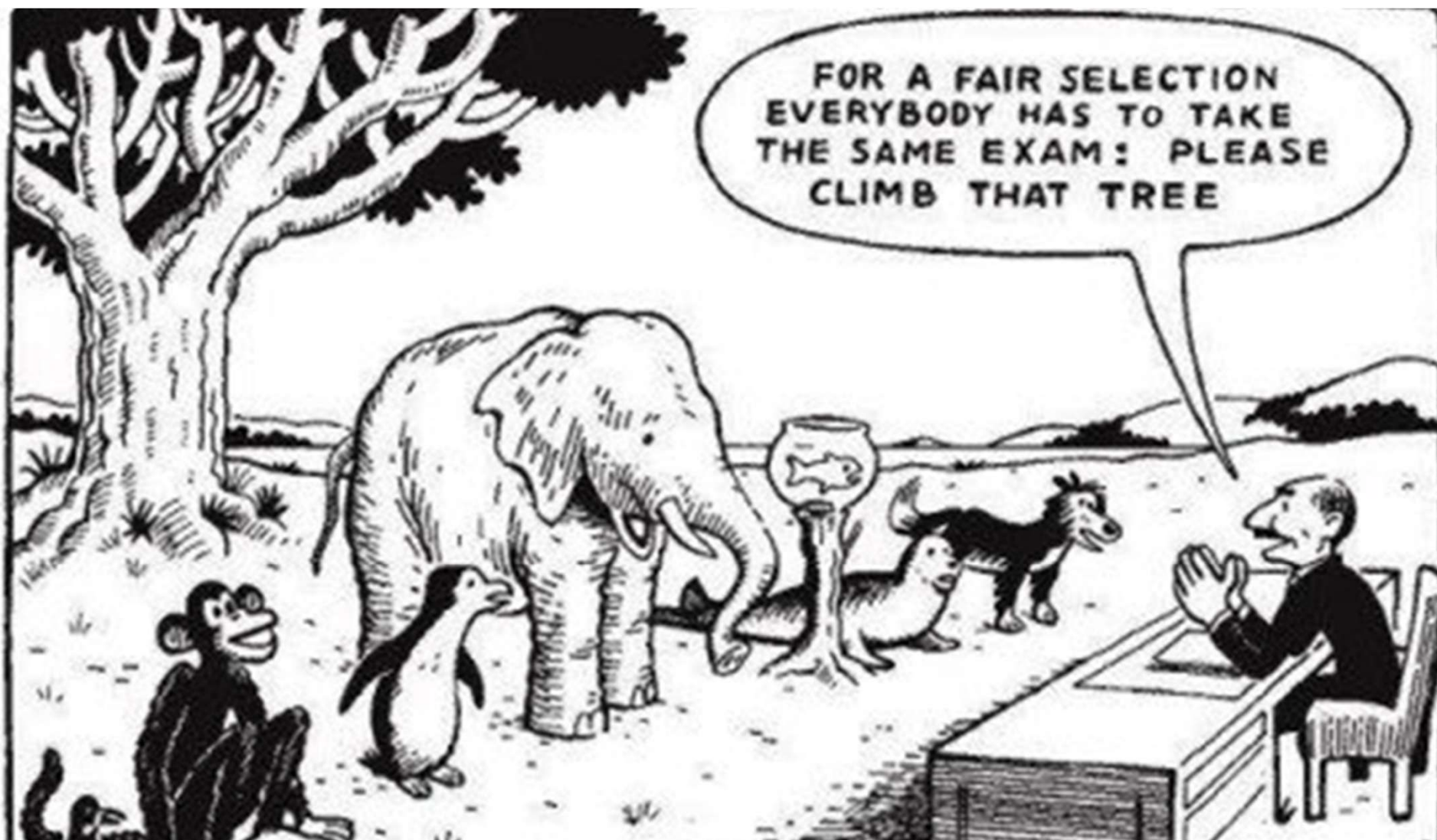
Iesaiste un motivācija

- Monotonas mācīšanas metodes vai trūkstoša sasaiste starp mācību vielu un ikdienas situācijām var mazināt iesaisti mācību procesā.
- Iesaistes trūkums var radīt traucējošu vai neieinteresētu uzvedību.

Uzvedības grūtības

- Izaicinoša uzvedība var būt veids kā bērni ziņo par savām neapmierinātajām vajadzībām vai cenšas vismaz kaut ko kontrolēt savā vidē.
- Uzvedība, kas bieži tiek uzskatīta par “problemātisku” var signalizēt par trauksmi, nogurumu vai pārmērīgām prasībām.

Kā atpazīt šos signālus un atbildēt empātiski?



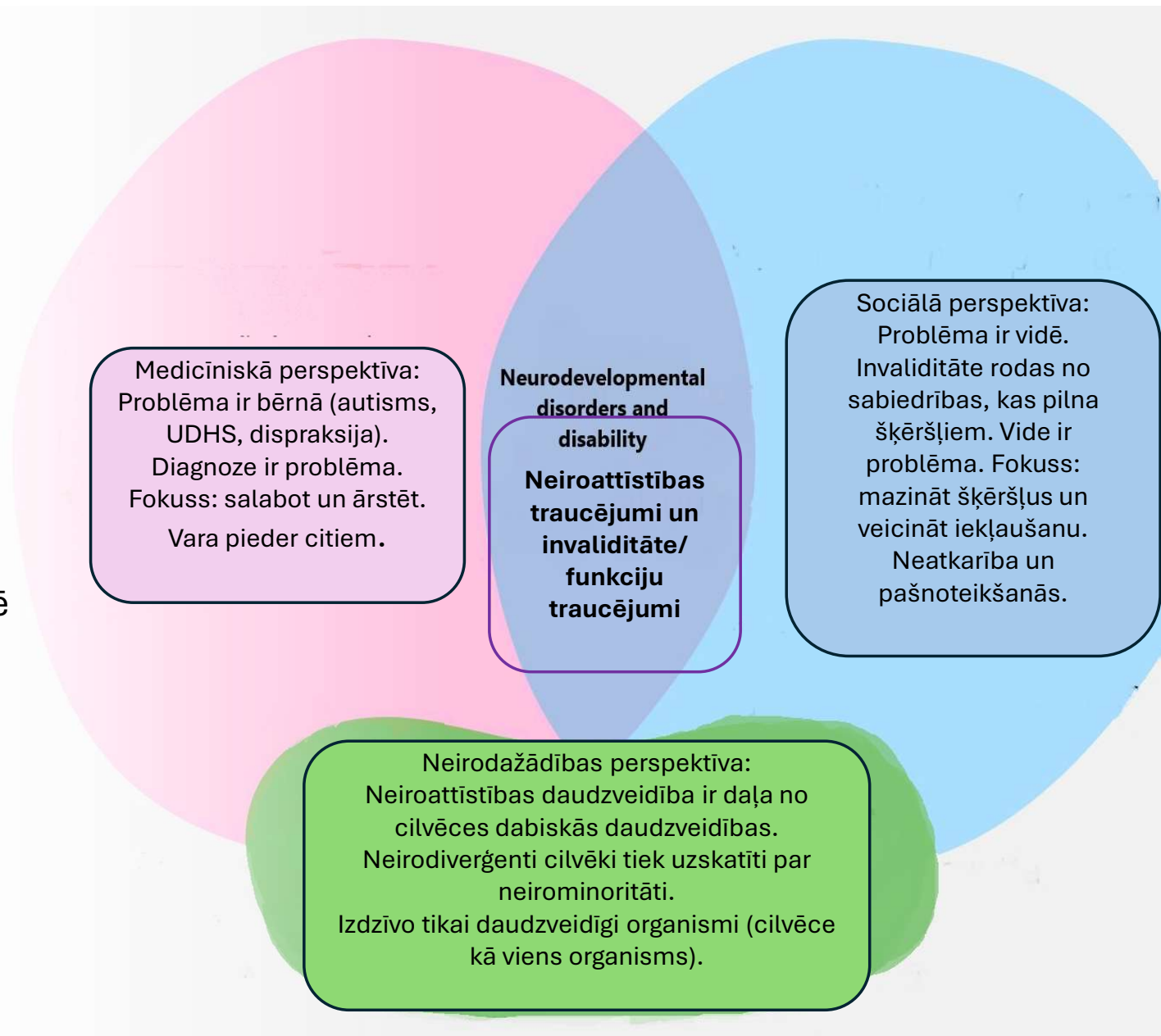
Lai būtu godīgi, visiem būs vienāds eksāmens: lūdzu, uzkāpiet tajā kokā.

Kas ir neirodažādība?

Neuroattīstības īpatnības

Autisms, UDHS/UDHT, dispraksija un citas neuroattīstības īpatnības ietekmē emociju un uzvedības reakcijas.

Izprast šīs atšķirības bez nosodījuma un vērtējuma.



Neirodaudzveidība - Neirominoritātes

Neiropsihiski traucējumi ietekmē smadzeņu darbību un var izpausties gan uzvedībā, gan psihiskās veselības simptomos.

Neurobioloģiski traucējumi, no otras puses, ir traucējumi, kas veidojušies smadzeņu attīstības agrīnajās stadijās un izpaužas tajā, kā smadzenes apstrādā informāciju.

UDHS/UDHT, autiskā spektra traucējumi, Tureta sindroms un specifiski valodas attīstības traucējumi ir gan neiropsihiski, gan neurobioloģiski.

Neirodaudzveidība – uzmanības deficīta un hiperaktivitātes traucējumi (UDHT)

Neuroattīstības traucējums, izplatība 3-5%, simptomu profili atšķirīgi un dažādi. Iedzimtība.

- Grūtības fokusēt uzmanību
- Hiperaktivitāte
- Impulsivitāte -> Jūtība pret traucējumiem
- **Ir apakštips, kuram nav raksturīga impulsivitāte vai hiperaktivitāte.**
- **Netiek pietiekami atpazīts sievietēs un meitenēs.**

Neirodaudzveidība – autiskais spektrs

Neurobioloģisks centrālās nervu sistēmas attīstības traucējums, izplatība 1-1,2% no sabiedrības, individuāls simptomu profils. Iedzimtība.

- Atšķirības sociālajā mijiedarbībā un komunikācijā
- Atkārtota uzvedība (rutīnas, stereotipiskas darbības (stimuli), intereses)
- **Dažreiz tiek atpazīts agrīni, dažreiz tikai pieaugušā vecumā.**
- **Sievietēm/meitenēm izpausmes atšķiras.**



Neirodažādība – specifiski valodas attīstības traucējumi

Valodas attīstības traucējumi. Izplatība – aptuveni 7% bērnu.

- **Var būt no viegliem līdz smagiem. Biežāk zēniem, nekā meitenēm. Iedzimtība.**
- Ietekmē funkcionēšanu
- Negatīvi ietekmē attiecības
- Apgrūtina koncentrēšanos un vadības funkcijas

Bieži sastopamie faktori:

- Sensorā regulēšana
- Vadības funkcijas
- Uzmanības regulēšana
- Atšķirības sociālajā mijiedarbībā
- Emociju regulēšana
- Atmiņa – daļēji tas pats
- Vairākas diagnozes vienlaikus
- Komorbiditāte
- Maskēšanās

KO MĒS REDZAM?

Sociālā komunikācija, mijiedarbība, iztēle, elastība

Reakcija uz vidi

Stress

Atbalsts un stress no sociālās, fiziskās un psiholoģiskās vides

Maskēšanās

Pašnoteikšanās un neatkarīgs sniegums

Vides pārmaiņas

KAS ES ESMU

Kultūra, ģimene, dzīves pieredze, iemācītais, personība, vērtības

Kognitīvais, sociālais un emocionālais attīstības līmenis

Centrālā koherence

Vadības funkcijas

KONTEKSTA IZPRATNE

Sociālā kognīcija

Sensorās funkcijas

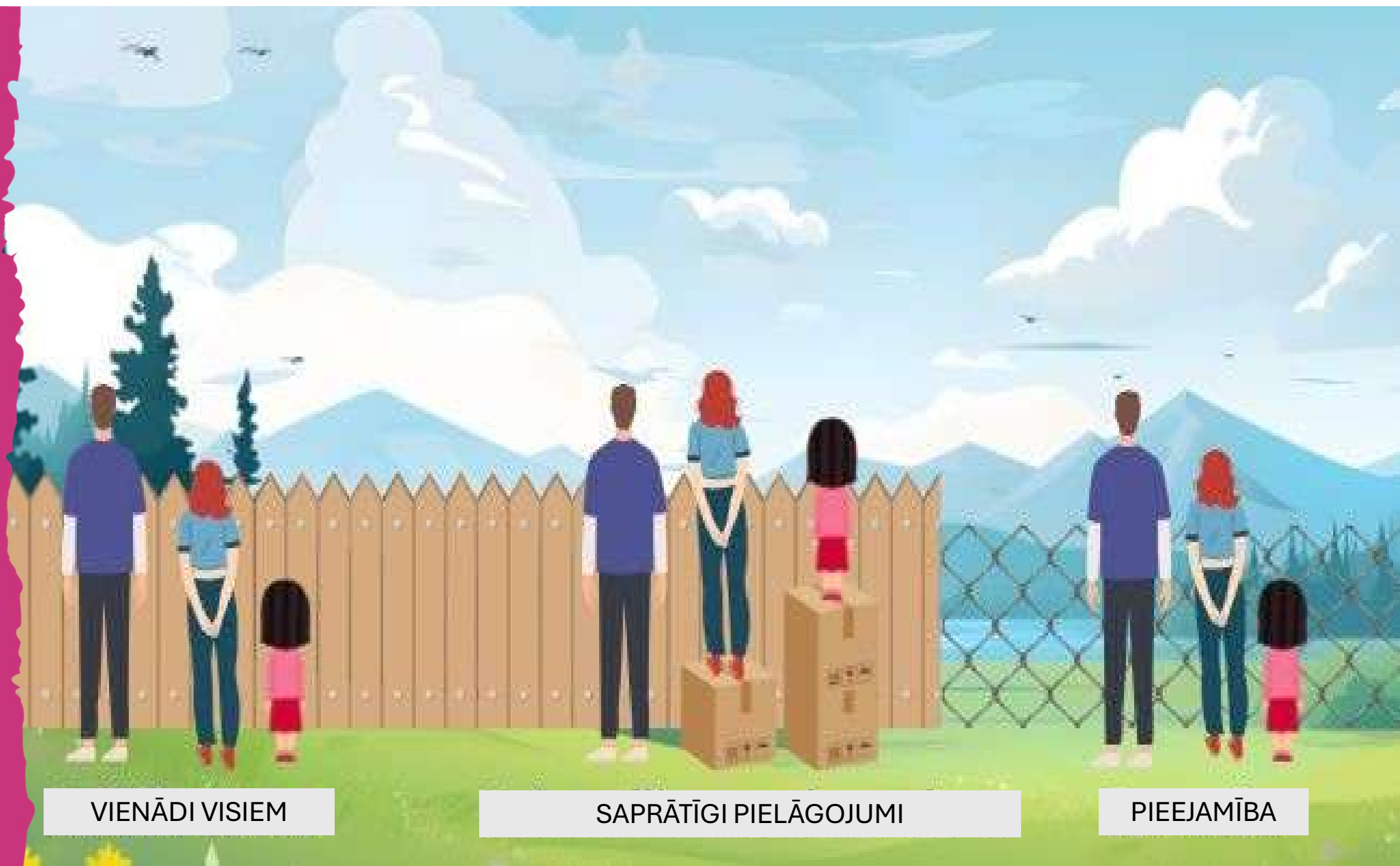
Neirokognitīvie raksturlielumi (Vermeulen)

Neuro-atbalstoša pieeja (*neuro-affirming approach*)

- Izaicina medicīnisko paradigmu, patoloģizēšanu un neuronormativitāti
- Neirominoritāšu balsis
- Negatīvās uztveres maiņa
- Cilvēktiesību aizstāvība
- Autonomija, vienlīdzība un iekļaušana
- Nāk no autisma un neirodaudzveidības kustības
- Neirodaudzveidība
- Cilvēka smadzeņu tipu dabiskā daudzveidība
- Neurotipiskie cilvēki (dominējošais neirotips)
- Neirodiverģentie cilvēki (ar atšķirīgu neiroattīstības veidu, neirominoritātes)

Neuro-atbalstoša pieeja (*neuro-affirming*)

- Pozitīvas identitātes stiprināšana
- Cieņa pret neirominoritāšu pieredzi
- Daudzveidības vērtības apzināšanās
- Uz stiprajām pusēm balstīta pieeja un pieņemums, ka cilvēks ir spējīgs
- Vides un struktūru modificēšana
- Piemērots un atbilstošs atbalsts
- Pašnoteikšanās veicināšana
- Visu komunikācijas veidu respektēšana
- Vienlīdzība un gaidu pārformēšana
- Daudzu faktoru ietekme uz cilvēku
- Aktivitātes atbalstīšana



VIEŅĀDI VISIEM

SAPRĀTĪGI PIELĀGOJUMI

PIEEJAMĪBA

Kā veidot atbalstošu vidi

Kā veidot drošu un iekļaujošu vidi?

- Fiziskā pieejamība -> norādes, sensorās vajadzības u.c.
- Psiholoģiskā pieejamība -> atbalstīt neatkarīgu darbošanos, attieksmes maiņa u.c.
- Sociāla pieejamība -> kopīga valoda, vienlīdzība, daudzveidības pieņemšana u.c.
- Kognitīvā pieejamība -> skaidra valoda/ vieglā valoda vai komunikācija, ko papildina attēli u.c.

*Pieejamība nozīmē, ka visiem, neatkarīgi no to īpatnībām,
ir iespējas darboties un piedalīties tāpat kā citiem.
Individuāla pieeja paredz, ka pieejamība nenozīmē, ka visi
visu dara vienādi. Svarīgākais ir izveidot attieksmes vidi,
kurā ir pieņemts, ka visiem ir vienādas iespējas piedalīties.*

Izaicinot neironormatīvu skatījumu



Atvadoties smuki pamāj
un skaties acīs!



Pildot skolas uzdevumus
sēdi mierīgi!



Tikai mazi bērni
pārvietojas palēcieniem!



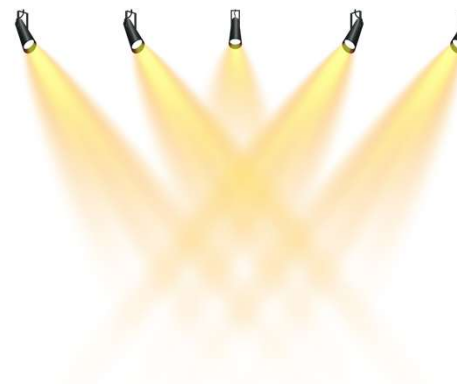
Viss ir jāpagaršo!



Kafijas pauzēs jāsarunājas ar citiem.



Obligāti jādara vairākas lietas reizē
(*multitāskings*)!



Lai kaut ko redzētu,
vajag spilgtas gaismas!



Beidz knosities,
vienkārši koncentrējies!

Kas ir izaicinoša/problemātiska uzvedība?

MI atbilde uz jautājumu:

Izaicinoša/problemātiska uzvedība ir darbības, kas ir tik intensīvas, biežas vai ilgas, ka apdraud paša cilvēka vai citu cilvēku dzīves kvalitāti un/vai fizisko drošību. Šāda uzvedība bieži noved pie atbildes reakcijas, kas ir ierobežojoša, izvairīga vai rezultējas cilvēka izslēgšanā (no saskarsmes).

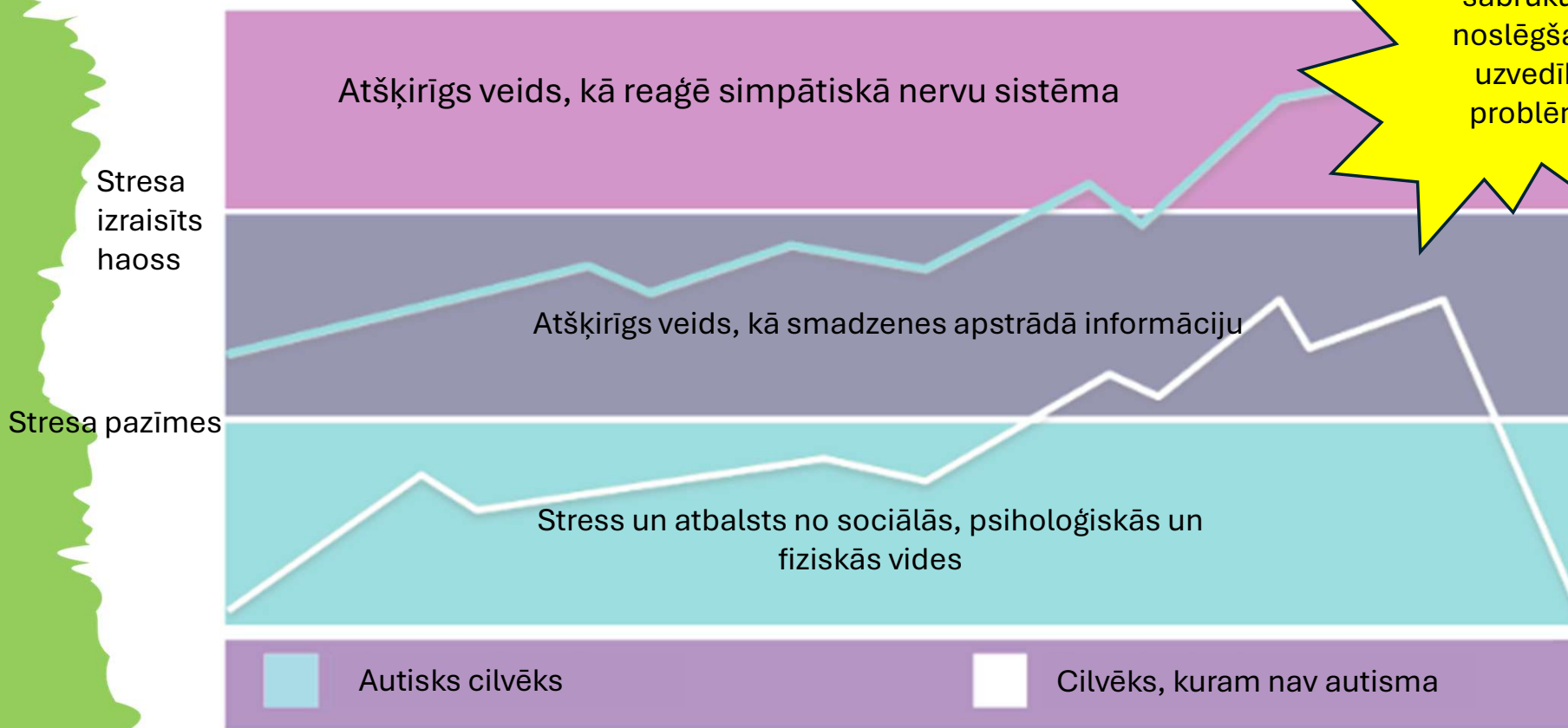
Problemātiskas uzvedības piemēri:

- Darišana pāri citiem (piem., matu plēšana, sišana)
- Paškaitējoša uzvedība (piem., galvas sišana, košana sev rokā)
- Destruktīva uzvedība (piem., priekšmetu sviešana, mēbeļu laušana)
- Neēdamu priekšmetu ēšana (piem., izsmēķi, pildspalvu korķīši)
- Citas darbības (piem., spļaušana, bēgšana)

Izaicinoša/problemātiska uzvedība bieži ir veids kā cilvēki, īpaši tie, kuriem ir smagi mācīšanās vai intelekta attīstības traucējumi, cenšas komunicēt neapmierinātās vajadzības, vai cenšas iegūt vismaz kaut kādu kontroli pār savu vidi.



Stress, pārslodze, haoss



Emocionāls sabrukums, noslēgšanās, uzvedības problēmas

Mukailtu lāhde: Autism West Midlands



Problemātiska uzvedība- uzvedības problēmām vienmēr ir iemesls

- Sensorās īpatnības
- Vadības funkciju grūtības
- Sarežģījumi mijiedarbībā un komunikācijā
- Sociālo situāciju izraisīts stress
- Pārmaiņas vidē
- Sociālo prasmju trūkums
- Sāpes vai citas fiziskas sajūtas
- Stress vai bailes
- Grūtības izprast situāciju un vidi
- Kognitīvās elastības trūkums
- Iemācīti uzvedības modeļi
- Grūtības atpazīt savas vai citu emocijas

Problemātiska uzvedība ir reakcija!

Kā reaģēt uz problemātisku uzvedību

Ar nevēlamo uzvedības modeli, cilvēks sasniedz kaut kādu īstermiņa ieguvumu, kas vēl vairāk nostiprina uzvedības modeli.

Iemācīts uzvedības modelis > Aizstājējs

- Ko ir svarīgi apsvērt?
- Novērst iespējamus slēptos iemeslus
- Kādās situācijās uzvedība notiek un kādas ir tās sekas?
- Kas jau ir izmēģināts, kas strādāja, kas ne?

Ar ko sākt?

1. Ja problemātiskā uzvedība izpaužas vairākos veidos, izvēlamies vienu uzvedības veidu, ko ietekmēt.
2. Bieži patiesais uzvedības iemesls ir ļoti tuvu (piem., sāpes)
3. Kādās situācijās problemātiskā uzvedība NENOTIEK?

Ja mēs strādātu autoservisā...

Kurš būtu atbildīgs par auto remontu?

- Auto īpašnieks?
 - Automašīna pati?
-
- ✓ Automašīnai nav jāsadarbojas.
 - ✓ Automašīna nevar mainīt to, ka tā ir salūzusi.
 - ✓ Mehāniķim būtu jābūt nepieciešamajiem instrumentiem un metodēm.
 - ✓ Mehāniķa metodēm nevajadzētu apdraudēt automašīnu.

Nav īpaši prātīgi, ja pēc remonta auto darbojas sliktāk,
nekā pirms tā (Bo Hejlskov Elvén)

Avoti

- Discover autism! Autism Finland training material/Pictures Pia-Maria Topi.2025
- Haaste-model. Autism Finland training material.2024
- Bo Hejlskov Elvén: No Biting, No Fiting, No Screaming.2010
- **Literatūra latviešu valodā:**
 - Bū Hejlskovs-Elvēns. **Bez kļiedzieniem, kodieniem un sitieniem**
 - Bū Hejlskovs-Elvēns, Anna Šelunda. **Rīkojies! Izvērtē! Maini!**
 - Jonna Oksanena, Rēta Sollasvāra. **Ardievas šķēršļiem!**

