



JAK PRACOWAĆ Z UCZNIEM Z ZABURZENIAMI ZE SPEKTRUM AUTYZMU

Opracowanie: *Monika Rosińska,
Martyna Witkowska*

➔ DIAGNOZA

Do podstawowych kryteriów diagnostycznych zaburzeń ze spektrum autyzmu (ASD – *Autism Spectrum Disorders*) zaliczane są: (1) znaczące, stałe nieprawidłowości w obrębie komunikacji społecznej i interakcji oraz (2) ograniczone, powtarzalne wzorce za-

chowań, zainteresowań i aktywności, które (3) muszą wystąpić we wczesnym dzieciństwie¹. W praktyce autyzm jest najczęściej diagnozowany w 4. roku życia u 1 na 88 dzieci, częściej u chłopców (1 na 54) niż u dziewczynek (1 na 252)².

➔ JAKIE SĄ NAJCZĘSTSZE PROBLEMY UCZNIA ZE SPEKTRUM AUTYZMU?

Różnorodne natężenie poszczególnych objawów charakterystycznych dla ASD powoduje, że uczniowie z tą samą diagnozą stanowią niezwykle różnorodną grupę. Z jednej strony zatem możemy mieć do czynienia z dziećmi autystycznymi tzw. wysoko funkcjonującymi w normie intelektualnej, które mogą niezależnie funkcjonować, z drugiej zaś z dziećmi, u których występują poważne trudności w komunikowaniu się oraz liczne zachowania zakłócające (np. rutyny, stereotypie), niekiedy także współwystępuje upośledzenie umysłowe³.

W związku z tym dzieci ze spektrum autyzmu korzystają z różnorodnych form edukacji takich jak nauczanie indywidualne, szkoły specjalne, szkoły integracyjne czy szkoły masowe. Na potrzeby niniejszego poradnika skoncentrujemy się na najczęstszych problemach uczniów klas integracyjnych z dwoma nauczycielami (wiodącym i wspomagającym) oraz uczniów szkół masowych z jednym nauczycielem w klasie, wspomagany czasem obecnością asystenta.

¹ W najnowszej klasyfikacji DSM-V obowiązującej od maja 2013 r. zaburzenia autystyczne i Zespół Aspergera zostały włączone do jednej kategorii diagnostycznej – zaburzenia ze spektrum autyzmu (ASD). W innej klasyfikacji stosowanej w procesie diagnostycznym w Polsce ICD-10 autyzm i Zespół Aspergera nadal funkcjonują jako oddzielne kategorie.

² Przytoczone dane pochodzą z 2012 r. w USA. Polska nie ma dokładnych danych epidemiologicznych dotyczących tego zjawiska.

³ Niektóre źródła podają, że upośledzenie umysłowe występuje u ok. 70–80% autystycznej populacji.

NAJCZĘSTSZE PROBLEMY DZIECI Z ASD	SPECYFICZNE TRUDNOŚCI MOGĄCE POJAWIĆ SIĘ NA LEKCJI WF-U	PROPOZYCJE ROZWIĄZAŃ
trudności z rozumieniem mowy ciała	trudności z interpretacją sygnałów wysyłanych przez nauczyciela	wydawanie prostych poleceń
rzadki i/lub krótkotrwały kontakt wzrokowy	uczeń nie naśladuje ćwiczeń demonstrowanych przez nauczyciela	uczeń powinien być zawsze naprzeciwko nauczyciela
trudności z rozumieniem metafor	uczeń nie rozumie lub rozumie dosłownie niektóre pojęcia sportowe	precyzyjne wyjaśnianie nowych pojęć
brak bliskich kolegów, przyjaciół	dziecko z ASD jest niechętnie wybierane przez inne dzieci do swoich drużyn	wzmacnianie innych dzieci za pomoc dziecku z ASD
trudności z rozumieniem poleceń skierowanych do grupy	dziecko nie wykonuje poleceń nauczyciela	➔ wydawanie krótkich poleceń blisko dziecka ➔ nagradzanie za wykonywanie nawet bardzo prostych poleceń
preferowanie samotnej aktywności, nad którą ma pełną kontrolę	uczeń unika gier i zabaw z rówieśnikami	proponowane zabawy powinny mieć jasną strukturę, przewidywalną dla ucznia
trudności z radzeniem sobie z przegraną	uczeń odmawia udziału w ćwiczeniach o charakterze rywalizacyjnym	ćwiczenia w parach, małych zespołach opartych na kooperacji
stereotypowe zachowania motoryczne lub werbalne, np. „kiwanie się”, machanie rękami, wydawanie specyficznych dźwięków	inne dzieci odbierają tego typu zachowania jako „dziwaczne” i niezrozumiałe	wyjaśnienie innym dzieciom trudności dziecka z ASD
nietypowe zachowania sensoryczne, np. nadmierna koncentracja na bodźcach wzrokowych, słuchowych, smakowych lub zapachowych	uczeń może źle reagować na hałas, fiksować wzrok na kolorowych ścianach, narysowanych liniach na boisku	pomieszczenie do ćwiczeń powinno być w stonowanych kolorach
ograniczone zainteresowania	uczeń niechętnie podejmuje nowe aktywności	➔ wykorzystanie zainteresowań ucznia we wzmacnianiu ➔ przeplatanie ćwiczeń nowych oraz znanych już przez ucznia

NAJCZĘSTSZE PROBLEMY DZIECI Z ASD	SPECYFICZNE TRUDNOŚCI MOGĄCE POJAWIĆ SIĘ NA LEKCJI WF-U	PROPOZYCJE ROZWIĄZAŃ
źle reaguje na nagłe zmiany	uczeń zachowuje się nieadekwatnie do sytuacji, np. krzyczy, ucieka, stymuluje się	➔ przygotowanie planu zajęć ➔ nagradzanie za spokojne reagowanie na zmiany
trudności z koncentracją uwagi	po kilku ćwiczeniach uczeń zaczyna się stymulować	dziecko z ASD powinno mieć częste przerwy w ćwiczeniach, w czasie których może pomagać nauczycielowi
trudności z naśladowaniem	uczeń ma trudności z odwzorowaniem prezentowanego przez nauczyciela ćwiczenia	➔ podział ćwiczenia na małe kroki ➔ nagradzanie za wykonanie każdego elementu zadania
trudności z rozumieniem mowy	dziecko nie rozumie polecenia	➔ krótkie, konkretne polecenia ➔ prowadzący stoi blisko dziecka, najlepiej przed nim ➔ modelowanie właściwego wykonania zadania
poziom rozwoju motorycznego poniżej wieku biologicznego	dziecko nie jest w stanie wykonać polecenia	➔ znaleźć bodziec motywujący ➔ poprawić możliwości fizyczne, funkcjonalne ➔ ułatwić wykonanie ➔ dobrać poziom zadania do możliwości dziecka
niski poziom motywacji uczestniczenia w sytuacji zadaniowej	odmawia wejścia w zadanie	➔ włączyć w sposób pośredni, np. <i>nie chcesz kręcić hula-hop, ale proszę pomóż mi i rozdaj, popatrz kto kręci dobrze</i> itp. ➔ znaleźć atrakcyjne dla dziecka aktywności i pomoce
trudności z wykonywaniem ciągu czynności	trudności z samodzielnym przebieganiem się do zajęć	➔ dać dziecku więcej czasu oraz wygodny strój łatwy do założenia ➔ wprowadzić obrazkowy plan ułatwiający samodzielne przebieganie się

Tabela: opracowanie własne

➔ PODSTAWOWE ZASADY PRACY Z DZIECKIEM Z ASD

ZASADA MAŁYCH KROKÓW

Punktem wyjścia w pracy z dzieckiem z zaburzeniami ze spektrum autyzmu powinna być rzetelna funkcjonalna diagnoza możliwości psychofizycznych dziecka. Na jej podstawie nauczyciel dostosowuje poziom ćwiczeń do poziomu umiejętności dziecka z ASD. Czasem może to oznaczać, że proponowane ćwiczenia będą poniżej wieku biologicznego dziecka i będą się znacznie różnić od tego, co wykonują pozostałe dzieci na lekcji WF-u⁴. Miarą sukcesu dziecka z ASD jest takie dobranie ćwiczeń, które potrafi wykonać samo i które nie będą przekraczały jego możliwości na daną chwilę. Tego typu ćwiczenia powinny stanowić ok. 80% czasu lekcji. Pozostałe 20% to tzw. praca na poprzecze, czyli ćwiczenia, które uczeń potrafi wykonać z niewielką pomocą nauczyciela lub rówieśników.

Zapamiętaj!

Potencjał dziecka + mała trudność = SUKCES

WZMACNIANIE POZYTYWNE

To, co jest najważniejsze w pracy z dzieckiem, to motywowanie do przezwycięzania trudności. Podstawowym sposobem motywowania jest pozytywne wzmocnianie wszystkich zachowań, które są pożądane z punktu widzenia prowadzącego lekcję. Należy zatem wzmocniać kontakt wzrokowy, wykonywanie poleceń, współdziałanie z rówieśnikiem. Stosując wzmocnienia przyczyniamy się do tego, że uczeń będzie chętniej powtarzał dane zachowanie w przyszłości. Najważniejszą formą wzmocniania jest **stosowanie pochwał** (wzmocnienie społeczne), jednak w przypadku niektórych dzieci może się okazać ono niewystarczające. Wówczas warto rozważyć wprowadzenie bardziej złożonego systemu, jakim jest **żetonowy system wzmocnień** lub **kontrakt behawioralny**⁵.

Ważne, żeby wzmocniać społecznie nie tylko ucznia ze spektrum autyzmu, ale także inne dzieci.

➔ PROPOZYCJE ROZWIĄZAŃ

JAK WYDAWAĆ POLECENIA?

Wykonanie polecenia przez ucznia w dużym stopniu zależy od sposobu jego wydania przez nauczyciela.

Aby polecenie było skuteczne, powinno charakteryzować się następującymi cechami:

- ➔ polecenia muszą zawierać tylko niezbędną treść;
- ➔ powinny być kierowane bezpośrednio do ucznia;
- ➔ polecenia muszą być krótkie;
- ➔ unikamy ciągłego powtarzania poleceń;
- ➔ polecenia wydajemy spokojnym, opanowanym głosem.

⁴ Charakterystyczną cechą wielu dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu jest nieharmonijny rozwój. Zdaje się, że dziecko ma świetne wyniki w nauce matematyki, w sferze rozwoju motorycznego zaś znacząco odbiega od rówieśników.

⁵ Szczegółowe informacje na temat żetonowego systemu wzmocnień i kontraktów behawioralnych można znaleźć w podanej poniżej literaturze oraz na szkoleniach z podstaw terapii behawioralnej.

JAK ROZMAWIAĆ Z INNYMI DZIEĆMI?

Sposób rozmawiania z innymi uczniami na temat zaburzeń autyzmu zależy przede wszystkim od ich wieku. Dzieciom w młodszy wieku szkolnym odpowiadamy przede wszystkim na pytania, które zadają. Odpowiedzi udzielamy w sposób opisowy, unikając etykietowania. Dzieciom starszym można zaproponować odpowiednią dla ich wieku literaturę przybliżającą problematykę autyzmu⁶. Można również zorganizować lekcję wychowawczą – bez obecności dziecka z ASD – na której zostaną wyjaśnione problemy ich kolegi lub koleżanki z klasy. Ważne jest jednak, aby wcześniej zapytać rodziców dziecka z ASD o opinię na ten temat.

JAK PRZYGOTOWAĆ PLAN ZAJĘĆ?

Forma planu zajęć powinna być dostosowana do potrzeb i możliwości dziecka. Dla dzieci młodszych i niżej funkcjonujących wskazane jest przygotowanie **zdjęć**, **obrazków** lub **symboli**, dla dzieci umiających już czytać wystarczy zazwyczaj **forma pisemna**, która jest łatwiejsza w przygotowaniu dla nauczyciela.

JAK ORGANIZOWAĆ ĆWICZENIA?

To, co ułatwia dziecku z ASD odniesienie sukcesu, to odpowiednie jego przygotowanie do lekcji w czasie zajęć indywidualnych lub prowadzonych w małej grupie (np. zajęcia korekcyjne). W trakcie tego typu zajęć nauczyciel może sprawdzić w jaki sposób dziecko radzi sobie z nowym ćwiczeniem, jakiego rodzaju napotyka trudności, a następnie pomóc mu je przezwyciężyć.

W czasie prowadzenia lekcji z klasą prowadzący stara się być zawsze na wprost dziecka. Istotnym elementem w prowadzeniu zajęć decydującym o ich przebiegu i powodzeniu jest dobór i kolejność ćwiczeń.

Rozgrzewka

Najlepiej zacząć od ćwiczeń, które są już dziecku znane i opanowane przez nie. Najczęściej w czasie rozgrzewki opieramy się na ćwiczeniach ogólnych z zakresu motoryki dużej. Jeżeli widzimy, że ćwiczenia wykonywane są poprawnie, stopniowo zwiększamy stopień trudności (przez zwiększenie obciążenia, szybsze tempo wykonania ruchu lub wydłużenie czasu trwania).

Przykład:

- a) skoki: obunóż w miejscu wolne–szybkie, na jednej nodze, z nogi na nogę;
- b) ruch ramion: góra–dół, na przemian: krążenie do przodu, do tyłu, przed sobą z przekraczaniem linii środka, na przemian jedna do przodu a druga w tył;
- c) bieg dookoła sali: przodem, tyłem, przeplatanką.

Czas przeznaczony na rozgrzewkę to ok. 10–15 minut. Cel tej części to przygotowanie organizmu do wysiłku w części dalszej oraz poprawa sprawności ogólnej.

Część główna

Następne 20–30 minut to część główna, ważna, ponieważ tu pojawiają się nowe zadania ruchowe. Część ta jest również trudna, gdyż wymaga od uczestników największej koncentracji. Prowadzący dobiera zadania w zależności od tego, jaki jest główny cel zajęć.

Przykład:

- a) Może to być utrwalenie już poznanych zadań ruchowych, ale zastosowanie ich w formie kombinacji typu tor przeszkód z kilku elementów. Wtedy mamy złożony łańcuch różnych aktywności ruchowych. Może pojawić się problem z zapa-

⁶ Wykaz literatury znajduje się na końcu niniejszego poradnika.

miętnianiem kolejnych sekwencji. Pomocne w zadaniu może okazać się:

- dobre miejsce, z którego dziecko będzie dobrze widziało kolejne etapy;
- wyeliminowanie czynników zewnętrznych, takich jak hałas, które mogą rozpraszać dziecko;
- pokaz nie powinien trwać zbyt długo z uwagi na krótki czas koncentracji dziecka;
- pokaz powinien być rzeczowy, bez zbędnych długich opisów słownych.

b) Rozwijanie cech motorycznych (szybkość, wytrzymałość, moc – skoczność, siła, zręczność, koordynacja ruchowa, gibkość) przez nowe zadania ruchowe. W zależności od tego, nad czym pracujemy i jakich przyborów będziemy używać, stopniujemy trudność. Jeśli ćwiczenia są prowadzone w parach, to dobieramy dziecko, które zachęci do ćwiczenia. Jeśli zadanie polega na naśladowaniu ruchu, to prezentuje go dziecku, które wykona to poprawnie. Jeśli zadanie jest dla grupy, to dziecko z ASD ma w nim aktywnie uczestniczyć, a nie stać obok grupy.

c) Ćwiczenia korekcyjne w wypadku wad postawy. Jeśli możliwości dziecka na to pozwalają, dobrze jest wykorzystać lustro lub ćwiczenie w parze. Bardzo istotny jest tu wzrok, koncentracja i wychwycenie różnic. Zadaniem dziecka jest

dostrzeżenie, co jest nieprawidłowo ustawione u niego bądź kolegi i poprawienie. Jeżeli dziecko z ASD jest wyżej funkcjonujące utrwalamy pozycje wyjściowe do ćwiczeń i poprawne ich wykonywanie.

Wyciszenie

Ostatnie 5–10 minut lekcji (w zależności od stopnia pobudzenia grupy) należy przeznaczyć na wyciszenie. Mogą pojawić się tu ćwiczenia oddechowe lub czas na aktywność własną, którą dziecko preferuje i która je uspokoi. Ważne jest, aby zajęcia miały pozytywne zakończenie.

Chcąc urozmaicić zajęcia i zwiększyć ich atrakcyjność możemy zastosować: ciekawe przybory do ćwiczeń, dać możliwość wyboru np. osoby, z którą chce ćwiczyć. Raz na jakiś czas można pozwolić, aby dziecko samo zdecydowało co chce robić, a jeżeli ma z tym problem, to dać mu możliwość wyboru z 2–3 propozycji. Może też zaprezentować jakieś ćwiczenie podczas rozgrzewki.

Prowadzący powinien zadbać o miłą atmosferę podczas zajęć bez nadmiernej rywalizacji. Lepsza jest praca zespołowa niż wyłonienie liderów z grupy. Oceniając, patrzymy na postępy i zaangażowanie, a nie osiągnięty wynik dla norm wiekowych.

➔ WSPÓŁPRACA Z RODZICAMI

Niezwykle ważnym elementem w realizacji pracy z dzieckiem ze spektrum autyzmu jest współpraca z rodzicami. Ze względu na fakt wczesnego diagnozowania tego typu zaburzeń, dziecko rozpoczynające naukę w szkole ma już za sobą zazwyczaj pewną historię terapii. Z tego też powodu warto wcześniej spotkać się z rodzicami i zapytać o formę dotychczasowej

terapii, trudności oraz sposoby radzenia sobie z nimi. Ważne jest, aby dowiedzieć się, jakie są mocne strony dziecka oraz jakie są jego zainteresowania. Ze względu na rozwój fizyczny wskazane jest zachęcanie rodziców do aktywnego spędzania wolnego czasu oraz proponowanie różnych dyscyplin sportowych, które mogą zainteresować dziecko.

LITERATURA POLECANA DLA NAUCZYCIELI:

- ➔ Barber G., *Different Speeds and Different Needs: How to Teach Sports to Every Kid*, Brookes Publishing 2010.
- ➔ Budzińska A., Wójcik, M., *Zespół Aspergera. Księga pytań i odpowiedzi*, Wydawnictwo Harmonia 2010.
- ➔ Kotakowski A., Pisula A., *Sposób na trudne dziecko. Przyjazna terapia behawioralna*, GWP Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne 2011.
- ➔ Pisula E., *Małe dziecko z autyzmem*, GWP Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne 2004.

LITERATURA POLECANA DLA DZIECI:

- ➔ Attwood T., *Świry, dziwadła i Zespół Aspergera*, Fraszka Wydawnictwo Edukacyjne 2010.
- ➔ Charles A.A., *Krzyś jest wyjątkowy*, GWP Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne 2010.

ADRESY PLACÓWEK PROWADZĄCYCH TERAPIĘ I SZKOLENIA Z ZAKRESU TERAPII BEHAWIORALNEJ:

- ➔ Fundacja CZAS DZIECIŃSTWA, ul. Wolumen 3, 01-912 Warszawa,
- ➔ Fundacja – Instytut Wspomagania Rozwoju Dziecka, ul. Malczewskiego 139, 80-114 Gdańsk,
- ➔ Polskie Stowarzyszenie Terapii Behawioralnej, Os. Wysokie 7, 31-819 Kraków.

Monika Rosińska – oligofrenopedagog, psycholog, certyfikowany terapeuta behawioralny Polskiego Stowarzyszenia Terapii Behawioralnej, certyfikowany terapeuta motywujący Polskiego Towarzystwa Terapii Motywującej. Pracuje w Fundacji CZAS DZIECIŃSTWA, gdzie prowadzi terapię dla dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych.

Martyna Witkowska – fizjoterapeuta, hipoterapeuta, dyplomowany terapeuta PNF, NDT Bobath, SI, Fits. Pracuje w Fundacji CZAS DZIECIŃSTWA, gdzie prowadzi grupową gimnastykę ogólnorozwojową i korekcyjną dla dzieci oraz indywidualną rehabilitację dla dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych. Prowadzi również prywatny gabinet Rehabilitacji Funkcjonalnej MartiMed.