

LIETAUS VAIKAI!

Lietuvos autizmo asociacijos žurnalas

2026/ NR. 29

Rugsėjis

**Kaip nepasiklysti
dokumentų
labirintuose**

**Autistiškas mokinys:
ką geba ir kas padeda
gebėjimais pasinaudoti**

**Pirmiausia turime
nurimti patys, kad
galėtume padėti vaikui**





„NEMATOMOS NEGALIOS SAULĖGRAŽOS“ juostelė

Pasaulyje 1 iš 6 iš asmenų turi negalią. Ir manoma, kad iki 80% iš jų – turi nematomą negalią. Tai yra daugiau nei 1 milijardas žmonių. Nematoma negalia gali būti pati įvairiausia: kalbos, klausos, regėjimo, psichikos sveikatos sutrikimų, įvairių ligų, tokių kaip astma, diabetas, inkstų nepakankamumas ir kt.

Autizmas yra viena iš nematomų negalių. Autistiški asmenys neišsiskiria išvaizda, tačiau gali pasižymėti neįprastu elgesiu, gestikuliavimu, sunkumais užmegzti ir palaikyti kontaktą ar pan. Tokiais atvejais nematomos negalios simbolis leidžia aplinkiniams suprasti situaciją, nekritikuoti, nekomentuoti, o, esant reikalui, ir pasiūlyti pagalbą.

„Nematomos negalios saulėgražos“ ženklas ne tik siunčia žinutę aplinkiniams, kad žmogui gali prireikti pagalbos, tačiau ir skatina įtrauktį, pagarbą, lygias galimybes visiems asmenims, nepaisant jų paslėptų negalių.

Lietuvos autizmo asociacija „Lietaus vaikai“ siekia, kad ženklas būtų plačiai atpažįstamas ir autistiškų asmenų - tiek suaugusiųjų, tiek vaikų patirtys, lankantis viešose vietose būtų kuo geresnės.



Prasidėjo nauji mokslo metai. Vėl skamba mokyklų koridoriai, į klases grįžta mokiniai, o tėvų galvose – daugybė klausimų. Kaip seksis? Kas padės? Ar mokykla pamatys mano vaiką ne tik per jo sunkumus, bet ir per tai, ką jis gali?

Žinome, kiek daug telpa į šiuos klausimus. Už jų – pasiruošimas, pokalbiai, dokumentai, derinimai, lūkesčiai ir kartais visai nemažai nerimo. Ir kartu – labai paprastas tėvų noras: kad vaikui mokykloje būtų gera ir saugu, kad jis būtų suprastas ir turėtų galimybę mokytis bei augti savaip.

Todėl šiame numeryje pradedame nuo labai praktiškų dalykų. Kaip nuo autizmo diagnozės nueiti iki realios pagalbos mokykloje ir nepasiklysti dokumentų labirintuose? Kaip pamatyti autistiško mokinio gebėjimus ir sudaryti sąlygas jais pasinaudoti? O ką daryti, kai vaiko kartojami žodžiai atrodo tarsi beprasmiški, nors iš tiesų jie gali būti jo būdas kažką pasakyti?

Kalbame ir apie tai, kas ne visada matoma. Kiek energijos vaikui kainuoja įprasta mokyklos diena? Kaip atpažinti, kad jos liko per mažai? Kodėl gebėjimas atlikti užduotį dar

nereiškia, kad jį vaikui lengva? Šie klausimai svarbūs ne tik mokykloje – jie paliečia ir šeimos kasdienybę. O kalbėdami apie paauglį klausime ir apie kitą svarbų dalyką – kaip padėti jam tapti savarankiškesniam. Ne per didelius šuolius, o mokantis žingsnis po žingsnio: naudotis telefonu, važiuoti autobusu, pasiruošti maisto, pasirūpinti savimi ir savo aplinka.

Šiame numeryje yra vietos ir platesniam žvilgsniui. Kokią teisę turi autistiškas žmogus gyventi bendruomenėje ir mokytis kartu su kitais? Ką Lietuvai rekomenduoja Jungtinių Tautų Neįgaliųjų teisių komitetas ir ką šie, iš pirmo žvilgsnio tolimi dokumentai reiškia vaikui ir jo šeimai kasdien?

Ir dar vienas klausimas, nuo kurio galime pradėti kiekvienas. Ar prieš padėdami vaikui pirmiausia patys mokame sustoti ir nurimti? Nes kartais vaikui labiausiai reikia ne dar vieno patarimo, o ramaus suaugusiojo šalia.

Šis numeris – apie mokyklą, bet ne vien apie ją. Apie vaikus, tėvus ir mokytojus. Apie gebėjimus, kuriuos ne visada pastebime, apie pagalbą, kurios kartais tenka ilgai ieškoti, ir apie mažus žingsnius, iš kurių susideda dideli pokyčiai.

Tikiuosi, kad šį rugsėjį mūsų tekstai padės bent truputį aiškiau suprasti, ko reikia vaikui, ko reikia šeimai ir kaip galime padėti, kad nauji mokslo metai būtų ne tik dar vienas išbandymas, bet ir nauja galimybė augti kartu.

Tegul šis numeris būna naudingas ir įkvepiantis.
Žydrė



6 Nuo autizmo diagnozės iki realios pagalbos mokykloje: kaip nepaklysti dokumentų labirintuose



16 Pirmiausia turime nurimti patys, kad galėtume padėti vaikui



22 „Jis tik kartoja.“
O gal dar neišgirdome, ką vaikas nori pasakyti?



32 Autistiškas mokinys: ką geba ir kas padeda gebėjimais pasinaudoti



**ASSENS SU NEGLIA TEISIŲ
APSAUGOS AGENTŪRA**
PRIE LIETUVOS RESPUBLIKOS SOCIALINĖS
APSAUGOS IR DARBO MINISTERIJOS

Žurnalą rengia Lietuvos autizmo asociacija „Lietausi vaikai“

Projekto vadovė – Lina Sasnauskienė
Vyriausioji redaktorė – Žydrė Gedrimaitė
Dizainerė – Inesa Gervė
Tekstų autorės – Laura Valionienė, Aukšė Kontrimienė, Eglė Kairelytė –
Sauliūnienė, Vaida Maziukienė, Laura Naudžiūnaitė, Inga Budrytė.
Žurnalo rengimą finansuoja Asmens su negalia teisių apsaugos agentūra
prie Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos

Visos teisės saugomos. Kopijuoti ir platinti galima tik gavus Lietuvos autizmo
asociacijos „Lietausi vaikai“ sutikimą.

Viršelio autorė – V. Antanavičiūtė

Žurnale naudojamos herojų asmeninių archyvų, V. Antanavičiūtės,
pexels-martproduction, freepic.com nuotraukos.



38 Kaip ugdyti autistiško
paauglio savarankiškumą?



45

Energijos biudžetas
autizmo kontekste



50

Autistiškų žmonių teisė
gyventi bendruomenėje ir
mokyti kartu su kitais: JT
rekomendacijos Lietuvai

Ankstyvoji pagalba



ASMENS SU NEGALIA TEISIŲ
APSAUGOS AGENTŪRA



lietaus vaikai
Lietuvos autizmo
asociacija

A portrait of Vaida Maziukienė, a woman with curly blonde hair and blue eyes, smiling. She is wearing a blue cardigan over a blue t-shirt. The background is a solid grey color.

Vaida Maziukienė

**Nuo autizmo
diagnozės
iki realios
pagalbos
mokykloje:
kaip nepaklysti
dokumentų
labirintuose**

Ką tėvams svarbu žinoti apie PPT vertinimą, individualų ugdymo planą ir pagalbos organizavimą mokykloje. Kai vaikui nustatomas autizmo spektro sutrikimas, tėvams natūraliai kyla klausimų, kaip elgtis toliau ir kokios pagalbos vaikui gali prireikti. Ar apie diagnozę reikėtų informuoti mokyklą? Kada verta kreiptis į pedagoginę psichologinę ar švietimo pagalbos tarnybą ir ar jos vertinimas yra būtinas? Kokią pagalbą gali suteikti mokykla? Taip pat svarbu suprasti, kuo skiriasi individualus pagalbos vaikui planas nuo individualaus ugdymo plano ir kada šie planai sudaromi.

Kiekvieno vaiko gebėjimai, poreikiai ir kasdienė patirtis skiriasi. Medicininė informacija savaime neatsako į klausimą, kaip turi būti organizuojamas konkretaus vaiko ugdymas. Mokyklai svarbu pažinti savo mokinį – žinoti jo stiprybes, suprasti, kaip jam sekasi mokytis, bendrauti, dalyvauti bendroje veikloje, kokiose situacijose kyla sunkumų ir kas padeda juos įveikti.

Diagnozė → informuojama mokykla → Vaiko gerovės komisija (toliau – VGK) aptaria vaiko ugdymosi poreikius ir rengia individualų pagalbos vaikui planą (toliau – IPP) → su numatyta pagalba supažindinami tėvai → prireikus išsamesnio specialiųjų ugdymosi poreikių vertinimo kreipiamasi į pedagoginę psichologinę ar švietimo pagalbos tarnybą (toliau – PPT, ŠPT) → PPT ar ŠPT atlieka išsamų vertinimą ir pateikia rekomendacijas → nustačius specialiuosius ugdymosi poreikius (toliau – SUP), mokykla rengia individualų ugdymo planą (toliau – IUP), kurio sudėtinė dalis yra pagalbos planas → su numatyta pagalba supažindinami tėvai → planai įgyvendinami ir periodiškai peržiūrimi.

Individualus pagalbos vaikui planas (IUP), individualus pagalbos planas (IPP) ir pagalbos planas (PP) – kaip nepasimesti?

Švietimo dokumentuose galima rasti du pavadinimus – **individualus pagalbos vaikui planas ir pagalbos planas**. Nors dėl to gali atrodyti, kad kalbama apie du skirtingus dokumentus, iš esmės tai yra tas pats – **individualiai vaikui suplanuota pagalba**. Pavadinimas priklauso nuo konkretaus švietimo

dokumento.

Autistiškų mokinių ugdymą reglamentuojančiose rekomendacijose vartojamas pavadinimas individualus pagalbos vaikui planas (IPP). Jame numatoma, kokios pagalbos vaikui reikia, kokie ugdymo ir aplinkos pritaikymai jam padeda, kas ir kada teikia pagalbą bei kaip stebima, ar pasirinktos priemonės yra veiksmingos.

Bendruosiuose ugdymo planuose vartojamas trumpesnis pavadinimas – **pagalbos planas**. Mokinui, kuriam nustatyti specialieji ugdymosi poreikiai, jis yra **individualaus ugdymo plano (IUP) sudėtinė dalis**.

Taigi tėvams svarbiausia nepasimesti tarp pavadinimų!

Individualaus pagalbos vaikui plano ir pagalbos plano paskirtis ta pati – suplanuoti konkrečiam vaikui reikalingą pagalbą.

Tėvams svarbiausias klausimas turėtų būti: „**Kokia pagalba mano vaikui numatyta, kaip ji bus teikiama ir kada vertinsime, ar ji padeda?**“

Kai prireikia PPT vertinimo: ko tikėtis?

PPT vertinimo tikslas – ne dar kartą patvirtinti autizmo diagnozę, o išsamiau įvertinti vaiko ugdymosi poreikius. Specialistams svarbu suprasti ne tik tai, ką vaikas moka ar geba atlikti, bet ir kaip jis mokosi, bendrauja, reaguoja į skirtingas situacijas ir kokie veiksniai turi įtakos jo mokymuisi. Vertinamos įvairios vaiko raidai ir mokymuisi svarbios sritys: pažintiniai (kognityviniai) gebėjimai, komunikacija, savarankiškumas, socialiniai įgūdžiai, emocinė savijauta, sensoriniai ypatumai, gebėjimas sutelkti ir išlaikyti dėmesį bei kitos mokymuisi svarbios sritys. Vertinimo apimtis priklauso nuo konkretaus vaiko situacijos ir poreikių.

Vaikų, turinčių autizmo spektro sutrikimą, ugdymosi poreikiai yra skirtingi, todėl reikalinga pagalba ir pritaikymai kiekvienu atveju rekomenduojami individualiai.

Pedagoginiam psichologiniam vertinimui vaiko specialiai ruošti ar mokyti atlikti galimas užduotis nereikia. Vertinimas nėra egzaminas, kurį reikia išlaikyti kuo geriau. Išankstinis užduočių mokymas gali kelti vaikui papildomą įtampą ir trukdyti specialistams pamatyti, kaip jis supranta ir atlieka jam skirtas naujas užduotis.

Tėvams verta pasiruošti kitaip – iš anksto apgalvoti, kokia informacija apie vaiką gali būti svarbi specialistams. Naudinga papasakoti ne tik apie tai, kur vaikui kyla sunkumų, bet ir apie jo stiprybes, bendravimo ypatumus, sąlygas, kuriomis jis geriausiai atskleidžia savo gebėjimus. Taip pat svarbu pasidalyti



tu, kas vaikui padeda susikaupti, kas jį vargina ar sukelia sensorinę perkrovą, kaip pasireiškia nerimas ar nuovargis ir kokios jau išbandytos pagalbos priemonės yra veiksmingos. Svarbu atsižvelgti į tai, kad individualaus vertinimo metu vaikas gali parodyti kitokius gebėjimus nei kasdienėje mokyklos aplinkoje. Būdamas vienas su specialistu, ramioje ir aiškiai struktūruotoje aplinkoje, vaikas gali lengvai susikaupti, suprasti pateikiamas instrukcijas ir sėkmingai atlikti užduotis. Tačiau klasėje, kur vienu metu tenka reaguoti į mokytojo nurodymus, kitus vaikus, triukšmą, veiklų kaitą ir kitus aplinkos dirgiklius, jam gali kilti gerokai daugiau sunkumų. Todėl tai, kad individualaus vertinimo metu vaikas užduotis atlieka gerai, nebūtinai reiškia, kad mokykloje jis nepatiria sunkumų. Tėvų ir mokyklos pateikta informacija padeda specialistams įvertinti ne tik tai, ką vaikas geba atlikti individualiai, bet ir kaip jam sekasi šiuos gebėjimus panaudoti kasdienėje mokymosi aplinkoje. Kita vertus, nepažįstama vertinimo aplinka kai kuriems vaikams gali apsunkinti galimybę parodyti tai, ką jie iš tiesų moka ir geba. Vaikas gali jausti nerimą, užsisklęsti, sunkiau užmegzti kontaktą ar nesuprasti, ko iš jo tikimasi. Dėl to vertinant svarbus ne tik atliktos užduoties rezultatas, bet ir aplinkybės, kuriomis ji atliekama: užduoties pateikimo būdas, instrukcijos aiškumas, aplinka, skiriamas laikas ir vaiko savijauta. Specialistams svarbu stebėti, kokiomis sąlygomis vaikui lengviau suprasti užduotį ir atskleisti turimas žinias bei gebėjimus.

Kreipimasis į PPT: ką svarbu žinoti?

Į PPT dėl vaiko specialiųjų ugdymosi poreikių vertinimo gali

kreiptis mokykla arba patys tėvai.

Kai kreipiasi mokykla, vaiko ugdymosi poreikiai pirmiausia vertinami pačioje mokykloje. V GK aptaria mokytojų ir švietimo pagalbos specialistų pateiktą informaciją, tėvų pastebėjimus, vaiko mokymosi situaciją ir iki tol taikytas pagalbos priemones. Jei atlikus pirminį ugdymosi poreikių vertinimą nustatoma, kad reikalingas išsamesnis specialiųjų ugdymosi poreikių vertinimas, kreipiamasi į PPT.

Mokykla užpildo Pirminio ugdymosi poreikių vertinimo formos kopiją ir pateikia kitą vertinimui reikalingą informaciją. Jei vaikui jau buvo teikiama pagalba, gali būti pateikiamas turimas PP, taip pat vaiko rašto darbai, piešiniai ir kiti jo mokymosi situaciją atspindintys darbų pavyzdžiai. Prireikus PPT gali paprašyti papildomos informacijos ar dokumentų. Tėvai turi pateikti prašymą raštu vertinimui PPT.

Tėvai į PPT gali kreiptis ir savo iniciatyva, net tada, kai vaikas lanko ugdymo įstaigą. Tokiu atveju dokumentų pateikimas ir kreipimasis vertinimui išlieka toks pat kaip ir mokyklos kreipimosi atveju. Jei mokykla nebuvo atlikusi pirminio vertinimo, tėvams turėtų būti pateikiamas V GK posėdžio išrašas apie atliktą arba neatliktą pirminį ugdymosi poreikių vertinimą.

Pakartotinio vertinimo atveju pateikiama atnaujinta Pirminio ugdymosi poreikių vertinimo forma. Joje aprašomi nuo ankstesnio vertinimo įvykę pokyčiai, vaiko pažanga ir teiktos pagalbos veiksmingumas. Kadangi vaikui jau yra nustatyti specialieji ugdymosi poreikiai, vertinant taip pat remiamasi parengtu IUP, kurio sudėtinė dalis yra PP.

Tėvams reikėtų pasitikslinti konkrečioje PPT, kokių dokumentų ir informacijos reikės jų atveju. Registracijos ir dokumentų pateikimo tvarka skirtingose savivaldybėse gali skirtis.

PPT vertinimas pagal galiojantį tvarkos aprašą turėtų būti atliktas per 30 darbo dienų nuo prašymo gavimo dienos. Vis dėlto praktikoje bendras laukimo laikas gali būti ilgesnis, nes priklauso ir nuo registracijos bei specialistų užimtumo. Todėl verta kreiptis iš anksto ir konkrečioje PPT pasitikslinti, kada gali būti paskirtas vertinimas. Atlikus vertinimą, jo rezultatai aptariami su tėvais, paaiškinamos išvados ir rekomendacijos.

PPT išvada: ką svarbu perskaityti?

Tėvai, gavę PPT vertinimo dokumentus, dažniausiai pirmiausia ieško pagrindinės informacijos: kokie specialieji ugdymosi poreikiai nustatyti, koks jų lygis, kaip rekomenduojama organizuoti vaiko ugdymą ir kokia pagalba jam numatyta. Tačiau svarbu perskaityti ne tik galutinę išvadą, bet ir visą vertinimo aprašymą bei rekomendacijas. Vertinimo aprašyme pateikiama daugiau informacijos apie vaiko gebėjimus, stiprybes ir sritis, kuriose jam kyla sunkumų. Skaitant verta atkreipti dėmesį į tai, ar aprašyta, kas vaikui sekasi, kokiose situacijose jam reikia daugiau pagalbos ir kokios sąlygos padeda geriau mokytis bei atskleisti savo gebėjimus.

Ypač svarbios PPT pateikiamos rekomendacijos mokyklai. Jose gali būti rekomenduojama:

- pritaikyti užduočių apimtį, sudėtingumą ar jų pateikimo būdą;
- naudoti vaizdinę informaciją ir aiškią veiklos struktūrą;
- skirti daugiau laiko užduotims atlikti ar atsiskaityti;

- numatyti sensorines ir (arba) fizinio aktyvumo pertraukas;
- parinkti vaikui tinkamesnę vietą klasėje;
- teikti specialiojo pedagogo, logopedo, psichologo ar kitą švietimo pagalbą;
- numatyti mokinio padėjėjo pagalbą;
- pritaikyti mokymosi pasiekimų vertinimo būdus;
- pritaikyti arba individualizuoti ugdymo programą, jei nustatomas toks poreikis.

Rekomendacijos gali būti pateiktos keliuose vertinimo dokumento dalyse, todėl verta perskaityti visą dokumentą, o ne tik galutinę išvadą. Jei kai kurios formuluočės neaiškios, tėvai gali paprašyti PPT specialistų paaiškinti, ką konkreiti rekomendacija reiškia jų vaikui ir kaip ji turėtų būti įgyvendinama mokykloje. Su vertinimo išvadomis ir rekomendacijomis tėvai turi būti supažindinami. Todėl svarbu ne tik gauti vertinimo dokumentus, bet ir aptarti su specialistais tai, kas liko neaišku: kaip buvo vertinami vaiko poreikiai, kuo remiantis padarytos išvados ir ką konkrečios rekomendacijos reiškia vaiko ugdymui. Pastebėjus faktinių netikslumų ar manant, kad vertinimo išvada neatspindi vaiko ugdymosi poreikių, verta tai aptarti su vertinimą atlikusiais specialistais.

Jei tėvai su PPT vertinimo išvada nesutinka, jie turi teisę pateikti apeliaciją. Pirmiausia ji teikiama vertinimą atlikusiai PPT. Jei nesutinkama ir su apeliacijos nagrinėjimo rezultatu, galima kreiptis į Lietuvos įtraukties švietime centrą.

Tėvams svarbu žinoti, kad pažymos dėl specialiojo ugdymosi ir (ar) švietimo pagalbos skyrimo įkeliamos į Mokinių registrą.

Individualus ugdymo planas ir ugdymo programos: ką tėvams svarbu žinoti?

Svarbu suprasti, kad **IUP nėra tas pats, kas individualizuota ugdymo programa**. IUP apibrėžia, kaip konkrečiam vaikui bus organizuojamas ugdymas ir pagalba, o ugdymo programos pritaikymas ar individualizavimas nusako, pagal kokį ugdymo turinį ir kokių mokymosi rezultatų bus siekiama, t. y. **kaip ir ko vaikas mokysis bei kokių pasiekimų iš jo tikimasi**. Bendroji ugdymo programa gali būti pritaikoma, o mokiniams, turintiems intelekto sutrikimą, – individualizuojama. Tėvams svarbu suprasti, kas yra IUP, kuo bendrosios programos pritaikymas skiriasi nuo jos individualizavimo ir ką šie sprendimai reiškia vaikui.

Pritaikant bendrąją ugdymo programą, atsižvelgiama į vaiko gebėjimus, ugdymosi poreikius ir PPT rekomendacijas. Gali būti keičiama mokymosi medžiagos apimtis, užduočių sudėtingumas ar jų pateikimo būdas, mokymosi tempas, atsisakymo ir pasiekimų vertinimo būdai. Ugdymo turinys siejamas su bendrąja programa ir tuo, ko mokosi klasė.

Individualizuojant ugdymo programą, pagal mokinio galias ir gebėjimus keičiami ugdymo turinys ir mokymosi tikslai. Turinys gali būti siaurinamas, paprastinamas ar konkretinamas, daugiau dėmesio skiriama praktiniam žinių pritaikymui, komunikacijai, socialiniams ir savarankiškumo įgūdžiams. Individualizuota ugdymo programa skiriama mokiniams, turintiems intelekto sutrikimą.

Mokiny, kuris mokėsi pagal bendrąją ar pritaikytą ugdymą,



mo programą, įgyja pagrindinį išsilavinimą ir gauna pagrindinio išsilavinimo pažymėjimą, o baigęs pagrindinio ugdymo individualizuotą programą – pagrindinio ugdymo pasiekimų pažymėjimą.

Nuo PPT rekomendacijų iki konkrečios pagalbos mokykloje

PPT rekomendacijos yra atspirties taškas planuojant vaiko ugdymą ir pagalbą mokykloje. Mokykla, kasdien stebėdama, kaip vaikui sekasi, ir remdamasi mokytojų, švietimo pagalbos specialistų, tėvų bei, pagal amžių ir galimybes, paties vaiko pateikiama informacija, numato konkrečius ugdymo, aplinkos ir pagalbos būdus. Tėvų pastebėjimai apie tai, kas vaikui padeda mokytis, kaip jis komunikuoja, kokiose situacijose greičiau pavargsta ar kaip reaguoja į pokyčius, padeda PPT rekomendacijas pritaikyti kasdienėms vaiko situacijoms.

Svarbu, kad PPT ir kitų specialistų rekomendacijos neliktų tik bendromis formuluotėmis dokumentuose. Pavyzdžiui, jei rekomenduojama „sudaryti galimybę sensorinėms pertraukoms“, IPP turėtų būti aiškiai numatyta, kaip ši rekomendacija bus įgyvendinama: kur vaikas gali nueiti, kada ir kaip praneša apie pertraukos poreikį, kas apie tai žino ir kas jam padeda, jei pats vaikas negali paprašyti pertraukos. Jei rekomenduojama mokinio padėjėjo pagalba, svarbu konkretinti, kada, kokiose situacijose ir kokių tikslų ji bus teikiama.

Kiekviena mokykla naudoja savo sukurtas ir patvirtintas IUP formas. Vienoje mokykloje visa informacija gali būti pateikta viename dokumente, kitoje pagalbos dalis gali būti išskirta atskirai. Dokumento forma nėra svarbiausia – svarbu, kad tėvams būtų aišku, kas konkrečiai numatyta jų vaikui ir kaip tai bus įgyvendinama kasdienėje mokyklos aplinkoje.

Tėvams ir turi būti sudaryta galimybė dalyvauti rengiant vaiko IUP, o su parengtu planu jie supažindinami mokyklos nustatyta tvarka. Aptariant IUP svarbu išsiaiškinti, kokių ugdymosi tikslų bus siekiama, kokia pagalba ir prietaikymai numatyti, kas koordinuos plano įgyvendinimą ir kada jis bus peržiūrimas. Tėvai gali užduoti klausimus, išsakyti savo pastebėjimus ir aptarti, kas vaikui padeda kasdienėse situacijose.

Vaiko gebėjimai ir poreikiai laikui bėgant gali keistis, todėl IUP nėra nekintantis dokumentas. Jį peržiūrint aptariama vaiko pažanga, teikiamos pagalbos veiksmingumas ir sprendžiama, ar numatyti tikslai bei prietaikymai vis dar atitinka vaiko poreikius.

Keli praktiniai patarimai tėvams

Gavę diagnozę, informuokite mokyklą ir pateikite turimus dokumentus, jei norite, kad į juos būtų atsižvelgta organizuojant vaiko ugdymą.

Paprašykite mokyklos įvertinti vaiko ugdymosi poreikius ir dalyvaukite juos aptariant. Pasidalykite informacija apie vaiko stiprybes, kylančius sunkumus ir tai, kas jam padeda mokytis bei dalyvauti mokyklos gyvenime.



Jei reikalingas išsamesnis specialiųjų ugdymosi poreikių vertinimas, į PPT gali kreiptis mokykla arba patys tėvai.

Gavę PPT išvadą, perskaitykite ne tik nustatytą SUP lygį, bet ir visą vertinimo aprašymą bei rekomendacijas. Jei kas nors nėra aišku, klauskite, ką konkreti rekomendacija reiškia jūsų vaikui ir kaip ji turėtų būti įgyvendinama.

Mokykloje susipažinkite su vaiko IUP ir jame numatyta pagalba. Svarbu žinoti, kas konkrečiai bus daroma, kas už tai atsakingas ir kada planas bus peržiūrimas.

Jei pastebite, kad vaiko poreikiai pasikeitė, numatytos priemonės nepadeda arba sutarta pagalba nėra teikiama, aptarkite tai su mokykla.

Jei nesutinkate su PPT vertinimo išvada, turite teisę pasinaudoti nustatyta apeliacijos tvarka.

Svarbiausia, kad vertinimo išvados, rekomendacijos ir planai neliktų tik dokumentuose. Jų paskirtis – padėti geriau suprasti vaiko ugdymosi poreikius ir susitarti, kaip į juos bus atsižvelgiama kasdienėje mokyklos aplinkoje. Todėl verta stebėti ne tik tai, kas vaikui numatyta, bet ir tai, kaip susitarimai veikia praktiškai – ar teikiama pagalba, ar prietaikymai padeda ir ar, keičiantis vaiko poreikiams, jie yra peržiūrimi.

Aut. Vaida Maziukienė, Lietuvos įtraukties švietimo centro Autizmo spektro sutrikimų grupės specialioji pedagogė metodininkė

Šaltiniai

1. Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministro 2024 m. rugpjūčio 30 d. įsakymas Nr. V-928 „Dėl Mokinio specialiųjų ugdymosi poreikių vertinimo, ugdymo pritaikymo ir (ar) reikalingos švietimo pagalbos skyrimo tvarkos aprašo patvirtinimo“ (galiojanti suvestinė redakcija).
2. Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministro 2025 m. gegužės 21 d. įsakymas Nr. V-559 „Dėl 2025–2026 ir 2026–2027 mokslo metų pradinio, pagrindinio ir vidurinio ugdymo programų bendrųjų ugdymo planų patvirtinimo“ (galiojanti suvestinė redakcija).
3. Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro, Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro ir Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ir darbo ministro 2011 m. liepos 13 d. įsakymas Nr. V-1265/V-685/A1-317 „Dėl Mokinių, turinčių specialiųjų ugdymosi poreikių, grupių nustatymo ir jų specialiųjų ugdymosi poreikių skirstymo į lygius tvarkos aprašo patvirtinimo“ (galiojanti suvestinė redakcija).
4. Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministro 2020 m. rugsėjo 14 d. įsakymas Nr. V-1367 „Dėl Ugdymo organizavimo rekomendacijų mokiniams, kuriems diagnozuotas autizmas, patvirtinimo“ (galiojantis).

Straipsnio autorė Vaida Maziukienė



Lengvai suprantama kalba

- Lengvai suprantama kalba
- Autizmo diagnozė pati savaime nepasako, kokios pagalbos vaikui reikės mokykloje.
- Kiekvienas vaikas yra skirtingas. Todėl mokykloje svarbu įvertinti:
 - ką vaikas gerai moka;
 - kas jam sunku;
 - kaip jis bendrauja;
 - kaip mokosi;
 - kas jam padeda;
 - kokiose situacijose vaikui sunku.
- Tėvai informuoja mokyklą apie vaiko diagnozę.
- Mokykloje vaiko poreikius pirmiausia aptaria Vaiko gerovės komisija (VGK).
- Jeigu reikia išsamesnio vertinimo, kreipiamasi į Pedagoginę psichologinę tarnybą (PPT) arba Švietimo pagalbos tarnybą (ŠPT). PPT ir ŠPT vertina ne tai, ar vaikas turi autizmo diagnozę. Diagnozė jau nustatyta.
- Vertinama, kokios pagalbos vaikui reikia mokantis.
- Vertinimo metu gali būti vertinama:
 - kaip vaikas supranta informaciją;
 - kaip bendrauja;
 - kaip mokosi;
 - kaip savarankiškai veikia;
 - kaip jaučiasi;
 - kaip reaguoja į garsus, šviesą ar kitus aplinkos dirgiklius;
 - kaip išlaiko dėmesį;
 - kokiose situacijose jam reikia pagalbos.

- Vaiko nereikia specialiai mokytis ar treniruoti prieš vertinimą.
- Tėvams svarbu papasakoti apie vaiką:
 - kas jam sekasi;
 - kas kelia sunkumų;
 - kaip jis bendrauja;
 - kas jam padeda;
 - kas sukelia nerimą ar nuovargį;
 - kas nutinka, kai vaikui per daug garsų, žmonių ar kitų dirgiklių
- Svarbu žinoti, kad vertinimo metu vaikas gali elgtis kitaip nei mokykloje.
- Pavyzdžiui, ramioje patalpoje ir su vienu specialistu vaikui gali būti lengviau negu klasėje.
- Todėl svarbi ne tik vertinimo metu surinkta informacija, bet ir tėvų bei mokyklos pastebėjimai.
- IPP ir IUP planai turi skirtingą paskirtį.
- IPP – individualus pagalbos vaikui planas. Jame aprašoma:
 - kokių sunkumų vaikas patiria;
 - kokios pagalbos jam reikia;
 - kokie pagalbos būdai jam tinka;
 - kas tą pagalbą teiks.
- IPP padeda mokyklai susitarti, kaip vaikui padėti.
- IUP – individualus ugdymo planas.
- IUP yra apie vaiko ugdymą mokykloje. Jame numatoma:
 - kaip bus organizuojamas vaiko ugdymas;
 - kokios pagalbos vaikui reikės mokantis;
 - kaip bus pritaikomas ugdymas pagal vaiko poreikius;
 - kaip bus vertinami vaiko pasiekimai.

- Trumpai:
IPP – apie pagalbą vaikui.
IUP – apie vaiko ugdymą ir jo organizavimą.
- Pagalbos planas (PP) yra IUP dalis.
- Po vertinimo PPT pateikia išvadą ir rekomendacijas.
- Svarbu perskaityti ne tik paskutinę išvadą, bet ir visas rekomendacijas.
- Jose gali būti nurodyta, kad vaikui reikia:
 - mažesnio arba kitokio užduočių kiekio;
 - daugiau laiko užduotims atlikti;
 - aiškesnių ir vaizdinių instrukcijų;
 - sensorinių arba fizinių pertraukų;
 - tam tikros vietos klasėje;
 - specialiojo pedagogo, logopedo ar psichologo pagalbos;
 - mokinio padėjėjo;
 - kitokio vaiko pasiekimų vertinimo;
 - pritaikyto ar individualizuoto ugdymo.
- Jeigu rekomendacija neaiški, tėvai gali klausti PPT specialistų.
Vien parašyti plane, kad vaikui reikia „sensorinių pertraukų“, nepakanka. Turi būti aišku:
 - kur vaikas eis;
 - kada jis galės išeiti;
 - kaip jis pasakys, kad pertrauka reikalinga;
 - kas apie tai žinos;
 - kas padės, jeigu pagalbos reikės.
- Tas pats galioja ir mokinio padėjėjo pagalbai.
- Svarbu aiškiai susitarti: kada, kur ir kokios pagalbos vaikui reikia.
Tėvai gali:
 - informuoti mokyklą apie vaiko poreikius;
 - dalyvauti vertinant vaiko poreikius;
 - pasakyti, kas vaikui padeda;
 - perskaityti visą PPT vertinimą ir rekomendacijas;

- žinoti, kokia pagalba numatyta IUP;
 - kalbėtis su mokykla, jeigu pagalba neveikia;
 - kreiptis iš naujo, jeigu vaiko poreikiai pasikeičia.
-
- Svarbiausia, kad planai neliktų tik dokumentais
-
- Pagalba turi būti matoma kasdienėje vaiko mokyklos patirtyje.



Šis leidinys – kruopščiai atrinkta žurnalo „Lietaus vaikai“ straipsnių kolekcija, parengta ir atnaujinta **specialiai švietimo specialistams.**

Čia surinkti tekstai, kurie pasirodė esą aktualiausi ir naudingiausi dirbant su autistiškais mokiniais – klasėje, mokyklos komandoje bei platesnėje bendruomenėje.

Knygą galite įsigyti čia:

<https://www.tomasiratomas.lt/product/knyga-autizmas-pedagogo-kelione/>



Lietaus vaikų socialinės dirbtuvės

Juk žinome, kaip svarbu turėti veiklą ar užsiėmimą. Tikime, kad mūsų organizuojamose socialinėse dirbtuvėse, kurių metų gaminame žvakes ir muilus, save galės atrasti suaugusieji autistiški asmenys. Dirbame pagal individualų grafiką ir suteikiame visokeriopą palaikymą.

Svarbi informacija:

- galima dirbti nuo 9 iki 18 val. visas darbo dienas, galima grafiką derinti ir pasirinkti, kiek ir kada ateiti;
- kiekvieną mėnesį bus išmokama stipendija, kurios dydis priklausys nuo to, kiek dienų dirbta;
- dirbtuvės skirtos suaugusiems asmenims nuo 18 metų;
- yra nustatyta intelekto arba psichosocialinė negalia;
- svarbu būti registruotam Vilniaus mieste.

Dirbtuvės vyksta

Palydovo g. 29A, Vilnius.

Kontaktai pasiteiravimui:

Beata Veselienė, tel.: 8 655 48407,
el. p. info@vilniauslietausvaikai.lt
Registruokitės arba pasidalinkite informacija su tais, kam galėtų būti aktualu.



Bendrai finansuoja
Europos Sąjunga



ASMENYS SU NEGALIA TEISIŲ
APSAUGOS AGENTŪRA
BYBULIŠKOS TARPININKYSTĖS KOMISIJA
VILNIAUS IR LIETUVOS KULTŪRINĖS





Aleksandra Krasauskienė

**Pirmiausia turime
nurimti patys,
kad galėtume
padėti vaikui**

Aleksandros ir Ainio Krasauskų šeimoje auga dvi autistiškos mergaitės – devynerių Liepa ir penkerių Austėja. Motinystė Aleksandrą atvedė ne tik į kitokį vaikų pažinimą, bet ir į naują profesinį kelią. Šiandien ji gilina žinias apie autistiškų vaikų ugdymą ir sako, kad svarbiausia, ko išmoko – pirmiausia pamatyti ne vaiko elgesį, o jo poreikį.

Kai vyresniajai dukrai Liepai buvo maždaug treji su puse metų, šeima pradėjo pastebėti, kad mergaitė nekalba taip, kaip tikėtasi pagal jos amžių. Tėvai kreipėsi pagalbos, lankė įvairius specialistus, tačiau Aleksandra netrukus suprato, kad įprasti bendravimo būdai dukrai netinka.

„Dukrai buvo labai sunku užmegzti ryšį su specialistais. Ji verk-davo, nesijausdavo saugi. Tada supratau, kad prie vaiko turi būti kažkoks kitoks priėjimas. Reikia pirmiausia suprasti, kas jam patinka, kas jį domina“, – prisimena pašnekovė.

Tuo metu Aleksandra buvo baigusi teisės studijas, tačiau pradėjo domėtis logopedija, specialiąja pedagogika ir autistiškų vaikų ugdymu. Ieškodama pagalbos savo dukrai, ji susipažino su įvairiais metodais.

Iš pradžių šeima išbandė ABA terapiją, tačiau moteris jautė, kad toks požiūris jos dukrai nėra tinkamas. Ji ieškojo ne būdo išmokyti vaiką atlikti tam tikrą užduotį, o būdo užmegzti su juo ryšį.

Vėliau ji susipažino su DIR/Floortime modeliu. Šis požiūris tapo svarbiu lūžiu.

„Aš pati stebėjau: žiūriu į specialistą, o jis tiesiog žaidžia. Jis susitinka vaiką jo gebėjimų etape, atkartoja jo emocijas, įsitraukia į tai, kas vaikui įdomu. Ir matau, kad mano vaikas pradeda kurti santykį su tuo specialistu. Atsiranda dėmesys, kontaktas, bendravimas“, – pasakoja Aleksandra.

Būtent per santykį ir kontaktą pradėjo rasti pirmieji pokyčiai – gestai, garsai, skiemenys, pirmieji žodžiai.

Kai reikia iš naujo mokytis suprasti vaiką

Antrosios dukros Austėjos istorija šeimai buvo kitokia. Iš pradžių atrodė, kad jos raida vyksta gerai. Mergaitė sakydavo „mama“, „tėtė“, naudodavo gestus, bendraudavo.

Tačiau maždaug vienerių metų ir trijų mėnesių amžiaus ji pradėjo kardinaliai keistis. Dingo gestai, akių kontaktas, žodžiai. Bendravimas vis dažniau vyko per rėkimą ir klyksmą.

„Tada man užsidegė raudona vėliavėlė. Supratome, kad čia kažkas ne taip, ir nelaukėme dvejų ar trejų metų. Iškart pradė-

jome kreiptis pagalbos“, – sako Aleksandra.

Šeima pateko į reabilitacinę ligoninę, kur mergaitę vertino įvairių sričių specialistų komanda. Buvo patvirtintas vaikystės autizmas.

Ši patirtis moteriai dar kartą parodė, kad autizmas nėra vien elgesio klausimas.

„Žmogus išmoka su tuo būti, išmoka geriau save reguliuoti, suprasti savo pojūčius, prisitaikyti prie aplinkos. Bet tai nėra taip, kad vieną dieną paimi ir viskas pasibaigia“, – sako ji.

Pasak Aleksandros, labai svarbu suprasti, kad vaiko elgesys dažnai yra jo bendravimo būdas. Kai vaikas dar negali pasakyti, kad jam per garsiai, per karšta, per daug žmonių, jis pavargęs ar išalkęs, apie tai gali pranešti savo elgesiu.

„Tu tampi tarsi detektyvu. Bandai išsiaiškinti, ką vaikas tau savo elgesiu sako. Gal jis nori valgyti, gal atsigerti, gal jam per daug dirgiklių. Kai supranti poreikį ir jį patenkini, vaikas nurimsta“, – pasakoja ji.

Vaiko interesas – tiltas į santykį

Aleksandrai ypač svarbus santykis. Ji mano, kad su vaiku nereikėtų skubėti atlikti užduočių vien todėl, kad taip numatyta suaugusiojo plane. Pirmiausia reikia įeiti į jo pasaulį.

DIR/Floortime principai jai padėjo suprasti, kad vaiko interesas gali tapti tiltu į bendravimą.

Jeigu vaikui patinka mašinėlės, galima žaisti mašinėlėmis. Jeigu jis piešia, galima piešti šalia. Jeigu vaikas pereina prie kitos veiklos, nebūtina jo grąžinti prie suaugusiojo suplanuotos užduoties. Galima sekti paskui jį, stebėti, kas jį sudomina, ir iš naujo ieškoti kontakto.

„Man tai yra būdas įeiti į vaiko pasaulį, prisijungti prie jo interesų ir iš ten po truputį plėsti bendravimą. Aš nesiekiu ištraukti vaiko iš jo interesų tam, kad jis atliktų kažkokią užduotį. Jo interesą galiu panaudoti kaip tiltą į mūsų santykį“, – aiškina Aleksandra.

Kartais tam pakanka labai nedaug – žvilgsnio, šypsenos, bendro judesio ar kelių minučių žaidimo.

Svarbiausia, pasak jos, yra stebėti vaiką ir jo reakcijas. Jeigu vaikas nususka, praranda dėmesį ar pereina prie kitos veiklos, tai irgi yra informacija.

Pirmiausia – suaugusiojo ramybė

Tačiau mokytis suprasti vaiką reikia ne tik vaikui. Kartais pirmiausia reikia išmokti suprasti save.

Aleksandra pripažįsta, kad auginant autistišką vaiką tėvams tenka daug įtampos. Jie susiduria su aplinkinių klausimais, žvilgsniais, vertinimu, turi rūpintis vaiko ugdymu, paslaugomis, specialistais, kartais – nuolat atstovauti savo vaiko interesams.

„Mus dažnai auklėja taip, kad suaugęs žmogus visada yra galios pozicijoje. Jis geriausiai žino, jis diktuoja taisykles, moko vaiką, kaip elgtis. Tačiau labai retai sustojame ir paklausime – o ką tuomet jaučia vaikas?“ – svarsto ji. Todėl Aleksandra ragina pirmiausia mokytis savireguliacijos. „Jeigu vaiko audra susiduria su suaugusiojo audra, viena audra kitos nenuramins. Mes turime išmokti save kontroliuoti ir pirmiausia nurimti patys“, – sako ji. Kai pajunta, kad įtampa kyla, Aleksandra ieško būdų nusiraminti. Kartais padeda muzika, kartais – išėjimas į lauką, pasivaikščiojimas ar tiesiog pabuvimas tyloje. Svarbu atrasti tai, kas veikia būtent konkrečiam žmogui. „Pirmiausia turiu paklausti savęs: ką aš jaučiu viduje? Kaip galiu sau padėti nurimti? Tik tada galiu galvoti, kaip būti, kad vaikui būtų gera būti“, – sako ji.

Mokykla – vienas didžiausių šeimos iššūkių

Šiandien Aleksandra daug galvoja ir apie dukrų ateitį. Ji pripažįsta, kad šeima dažnai gyvena „čia ir dabar“, nes kasdienybėje netrūksta iššūkių.

Vienas jų – ugdymas.

Pašnekovė mano, kad bendrojo ugdymo sistema ne visada yra pasiruošusi atliepti autistiškų vaikų individualius poreikius. Jos vyresnioji dukra gali daug, tačiau mokytis jai geriausiai sekasi tada, kai šalia yra vienas suaugusysis ir aplinka nėra pernelyg triukšminga.

„Labai sunku tėvams, kurie turi advokatauti už savo vaikus. Turi įrodinėti, kad mano vaikui reikia mokinio padėjėjo, kad jai reikia kitokios aplinkos, kitokio mokymosi būdo“, – sako Aleksandra.

Ji prisimena vieną situaciją mokykloje. Dukrai tapo per sunku susikaupti, ji pradėjo verkti ir klykti. Mokinio padėjėja išvedė ją iš klasės į biblioteką, kur buvo mažiau žmonių ir mažiau dirgiklių.

„Bibliotekoje ji su mokinio padėjėja taip gerai susitvarkė, kad realiai galėjo tęsti veiklą. Tada supratau – mano vaikui tinka mokytis šalia vieno suaugusiojo, mažiau apkrautoje erdvėje.“ Aleksandra svarsto, kad galbūt ateityje dukra išmoks geriau reguliuoti savo būseną ir galės lengviau būti triukšmingoje aplinkoje. Tačiau šiandien šeima stengiasi žiūrėti į tai, ko vaikui reikia dabar.

O kas laukia Austėjos?

Jaunesnioji Austėja šiuo metu ugdoma Prano Daunio ugdymo centro ikimokykliniame skyriuje. Mama džiaugiasi, kad čia mergaitės poreikiai yra atliepiami – ji gauna logopedo, kineziterapeuto, ergoterapeuto ir kitų specialistų pagalbą.

Tačiau kartu mama nerimauja dėl ateities.

Austėja yra neverbali. Jai svarbi rami, pritaikyta aplinka, o didesnėse ir triukšmingesnėse erdvėse kyla daug sensorinių iššūkių.

„Kas bus, kai ji pereis į mokyklą? Ar ten bus galima taip pat atliepti jos poreikius? Dėl to mums abiem su vyru yra neramu“, – prisipažįsta Aleksandra.

Kartais šeima net svarsto apie ugdymą šeimoje, jei tai būtų geriausia Austėjai. Tačiau toks sprendimas turėtų įtakos ir pa-

čios Aleksandros profesiniam gyvenimui.

„Šeima vis tiek yra svarbiausia. Santykis su šeima yra svarbiausia. Todėl kol kas turime viską priimti, suvirškinti ir tiesiog stebėti, kas vyksta kiekvieną dieną“, – sako ji.



Tėvams reikia ne tik stiprybės, bet ir poilsio

Prasidėjus naujiems mokslo metams Aleksandra autistiškų vaikų tėvams pirmiausia linki pasirūpinti savimi.

Jos teigimu, tėvai mokslo metais atiduoda labai daug savęs. Jie tampa savo vaikų advokatais, nes geriausiai juos supranta, mato jų poreikius ir dažnai turi pasirūpinti, kad į tuos poreikius būtų atsižvelgta.

Todėl labai svarbu iš anksto sukaupiti jėgų. Vieniems tai gali būti kelionė prie jūros, kitiems – pabuvimas prie ežero, o dar kitiems – ramios dienos namuose.

„Svarbiausia kuo daugiau prikaupyti resursų, nes mokslo metais tikrai visi tėveliai atiduoda savęs labai daug“, – sako Aleksandra.

Tačiau jos palinkėjimas tėvams – ne tik pailsėti. Ji ragina išmokti sustoti ir pastebėti save.

„Kai vaiko žiūrėjimas tampa visas tavo pasaulis, labai lengva pamiršti save. Bet iš pradžių pirmiausia viskas yra apie tave. Ką tu jauti viduje? Kaip gali sau padėti nurimti, kad galėtum padėti vaikui?“

Galbūt būtent tai yra viena svarbiausių pamokų, kurią Aleksandra išmoko augindama savo dukras: vaikui reikia ne tobulo suaugusiojo. Jam reikia suaugusiojo, kuris mato, girdi, priima ir geba būti šalia. O kad galėtume būti šalia vaiko, kartais pirmiausia turime išmokti pabūti šalia savęs.

Straipsnio autorė Aukšė Kontrimienė



Lengvai suprantama kalba

- Aleksandros ir Ainio Krasauskų šeimoje auga dvi autistiškos mergaitės – Liepa ir Austėja.
- Augindama dukras Aleksandra suprato svarbų dalyką: pirmiausia reikia suprasti ne vaiko elgesį, o tai, ko vaikui reikia.
- Kai Liepai buvo maždaug treji su puse metų, tėvai pastebėjo, kad ji kalba mažiau, nei tikėtasi pagal jos amžių.
- Liepa sunkiai bendravo su specialistais, verkdamo ir nesijausdavo saugi. Aleksandra pradėjo ieškoti kitokių būdų padėti dukrai.
- Ji susipažino su DIR/Floortime modeliu. Jame svarbu pradėti nuo to, kas vaikui įdomu.
- Jeigu vaikui patinka mašinėlės, galima žaisti mašinėlėmis.
- Jeigu jis piešia, galima piešti šalia.
- Taip galima užmegzti ryšį ir pradėti bendrauti.
- Vaiko interesas gali tapti tiltu į bendravimą.
- Austėja iš pradžių bendravo, naudojo gestus, sakydavo kelis žodžius. Vėliau šie gebėjimai dingo. Specialistai patvirtino vaikystės autizmą.
- Aleksandra suprato, kad vaiko elgesys gali būti jo bendravimo būdas.

- Vaikas gali dar negalėti pasakyti:
 - „man per garsiai“;
 - „aš pavargau“;
 - „man per daug žmonių“;
 - „aš alkanas“.
- Todėl jis gali tai parodyti savo elgesiu.
- Tėvams svarbu klausti: Ką vaikas savo elgesiu bando pasakyti?
- Kai suprantame vaiko poreikį ir jam padedame, vaikas gali nurimti.
- Auginant autistišką vaiką tėvams tenka daug įtampos.
- Aleksandra sako, kad svarbu išmokti savireguliacijos – pastebėti savo jausmus ir padėti sau nusiraminti.
- Ji tai paaiškina paprastai: „Jeigu vaiko audra susiduria su suaugusiojo audra, viena audra kitos nenuramins.“
- Aleksandrai nusiraminti padeda muzika, pasivaikščiojimas ir pabuvimas tyloje.
- Svarbu savęs paklausti: Ką aš jaučiu? Ko man reikia, kad galėčiau nurimti?
- Aleksandros vyresniajai dukrai mokytis lengviau, kai šalia yra vienas suaugusysis ir aplinka nėra triukšminga.
- Kartą Liepai klasėje tapo per sunku susikaupti. Ji pradėjo verkti ir klykti. Mokinio padėjėja išvedė ją į biblioteką, kur buvo mažiau žmonių ir mažiau dirgiklių.

- Liepa galėjo tęsti veiklą.
Ši situacija parodė, kad vaikui gali būti lengviau mokytis ramesnėje aplinkoje ir su tinkama pagalba.
- Austėja dabar ugdoma Prano Daunio ugdymo centro ikimokykliniame skyriuje. Ji gauna įvairių specialistų pagalbą.
- Mama džiaugiasi, kad čia atsižvelgiama į Austėjos poreikius.
- Tačiau šeima nerimauja dėl ateities.
- Austėja nekalba žodžiais ir negali žodžiais pasakyti, ko jai reikia.
- Jai svarbi rami ir pritaikyta aplinka. Triukšmas ir didelės žmonių grupės jai gali būti labai sunkūs.
- Todėl tėvai klausia: Ar mokykloje bus galima taip pat atsižvelgti į Austėjos poreikius?
- Aleksandra autistiškų vaikų tėvams linki nepamiršti savęs.
- Tėvai vaikams atiduoda labai daug jėgų. Jie dažnai turi ginti vaiko interesus ir rūpintis, kad jis gautų reikalingą pagalbą.
- Todėl svarbu pailsėti ir sukaupti jėgų.
- Svarbu pastebėti save ir paklausti: Ką aš jaučiu? Kaip galiu sau padėti?
- Aleksandra sako, kad vaikui nereikia tobulo suaugusiojo.
- Jam reikia suaugusiojo, kuris mato, girdi, priima ir geba būti šalia.
- O kad galėtume būti šalia vaiko, kartais pirmiausia turime išmokti pabūti šalia savęs.

Inga Budrytė

„Jis tik kartoja.“ O gal dar neišgirdome, ką vaikas nori pasakyti?

Kaip pasikeitė požiūris į echolalią ir kodėl šiandien vis daugiau dėmesio skiriama ne kartojamiems žodžiams, o jų prasmei.



„Jis tik kartoja.“

Tai bene dažniausia frazė, kurią tenka išgirsti kalbantis su autistiškų vaikų tėvais, pedagogais ar kitais specialistais. Kartais ji nuskamba su nerimu, kartais – su nusivylimu, o kartais tiesiog kaip bandymas paaiškinti vaiko kalbą. Per savo, kaip logopedės, praktiką ją esu girdėjęsi daugybę kartų. Vieni suaugusieji nerimauja, kad vaikas nesupranta kalbos, kiti mano, jog kartojami žodžiai trukdo mokytis ar bendrauti. Tačiau beveik visada po šiuo trumpu sakiniu slypi tas pats klausimas – ar vaikas supranta tai, ką sako, ir ką iš tiesų reiškia jo kartojami žodžiai?

Pavyzdžiui, vienas vaikas, vos įėjęs į klasę, tyliai kartoja: „Dirbame tyliai... Dirbame tyliai...“ Mokytoja pastebi, kad jis šią frazę pakartoja kone kiekvieną rytą. Iš pirmo žvilgsnio gali atrodyti, kad vaikas tiesiog kartoja anksčiau girdėtus žodžius. Tačiau atidžiau stebint paaiškėja, kad būtent po šios frazės vaikas atsisėda į savo vietą, išsiima sąsiuvinį ir pradeda dirbti. Tai, kas iš pirmo žvilgsnio atrodo kaip beprasmiškas kartojimas, iš tiesų gali būti būdas pasiruošti veiklai, prisiminti jos eigą ar susireguliuoti prieš prasidedant pamokai. Tačiau echolalija gali pasireikšti labai įvairiai. Vienas vaikas, išgirdęs klausimą, vietoj atsakymo pakartoja paskutinius pašnekovo žodžius. Kitas, vietoj atsakymo į paprastą klausimą, netikėtai pacituoja anksčiau girdėtą mėgstamo animacinio filmo frazę: „Pirmyn į misiją!“ – nors aplinkiniams atrodo, kad ji visiškai nesusijusi su tuo, kas vyksta. Dar vienas, eidamas per automobilių stovėjimo aikštelę, kartoja prieš savaitę tėčio ištartą frazę: „Sustojam, apsidairom, einam.“ Prekybos centre vis garsiau kartoja žodžiai: „Einam namo... Einam namo...“, nors tuo metu jų niekas nepasakė.

Iš pirmo žvilgsnio visi šie pasakymai gali atrodyti atsitiktiniai, netinkami ar neturintys prasmės. Vieni jų pakartojami iš karto po išgirstų žodžių, kiti – po kelių valandų, dienų ar net savaičių, tarsi visiškai kitoje situacijoje. Tačiau ar tikrai jie yra beprasmiški?

Dar prieš kelis dešimtmečius echolalija dažniausiai buvo laikoma stereotipiniu verbaliniu elgesiu, neturinčiu komunikacinės vertės. Todėl specialistų pagalba daugiausia buvo orientuota į echolalijos slopinimą. Tačiau per pastaruosius kelis dešimtmečius moksliniai tyrimai reikšmingai pakeitė šį požiūrį.

Šiandien vis daugiau įrodymų rodo, kad echolalija gali atlikti komunikacines, informacijos apdorojimo, savireguliacijos ir įvairias kitas funkcijas. Todėl vis daugiau dėmesio skiriama ne pačiam kartojimo faktui, o jo paskirčiai – **ką šiuo kartojimu vaikas nori pasakyti arba pasiekti?**

Šis požiūrio pokytis svarbus ne tik logopedams. Jis aktualus visiems, kurie kasdien lydi autistišką vaiką – tėvams, ikimokyklinio ir bendrojo ugdymo mokytojams, mokinio padėjėjams, specialiesiems pedagogams, psichologams ir kitiems švietimo pagalbos specialistams. Kuo geriau suprantame echolalijos paskirtį, tuo lengviau kuriame aplinką, kurioje vaikas jaučiasi išgirstas ir gali sėkmingiau plėtoti savo komunikaciją.

Šiame straipsnyje apžvelgsime, kaip per pastaruosius keturis dešimtmečius keitėsi mokslinis požiūris į echolaliją, ką apie ją šiandien žinome iš naujausių tyrimų ir ką tai reiškia kasdieni logopedo, pedagogo bei šeimos praktikai. Aptarsime dažniausiai pasitaikančius mitus, pažvelgsime į realias kasdienio gyvenimo situacijas ir ieškosime atsakymo į šiandien vis svarbesnį klausimą: **galbūt vaikas kartoja ne todėl, kad neturi ką pasakyti, o todėl, kad kartojimas šiuo metu yra geriausias jam prieinamas būdas išreikšti tai, ką jis nori pasakyti?**

Kas yra echolalija?

Žodis **echolalija** kilęs iš graikų kalbos žodžių echo („aidas“) ir lalia („kalba“). Paprastai ji apibrėžiama kaip kitų žmonių pasakytų žodžių, frazių ar sakinių pakartojimas. Tačiau toks apibrėžimas apibūdina tik **kaip** echolalija atrodo. Kur kas svarbesnis klausimas – **kodėl ji pasireiškia**.

Dažniausiai išskiriamos dvi echolalijos formos – tiesioginė ir uždelstoji. Tiesioginė echolalija pasireiškia tuomet, kai vaikas pakartoja ką tik išgirstus žodžius, frazę ar sakinį – iš karto arba po kelių sekundžių. Uždelstoji echolalija pasireiškia tada, kai anksčiau girdėti žodžiai, frazės ar ištisi dialogai pakartojami po ilgesnio laiko – po kelių valandų, dienų, savaičių ar net mėnesių. Tai gali būti pokalbio, pasakos, dainos ar mėgstamo animacinio filmo dialogo dalis.

Nors toks skirstymas padeda apibūdinti echolaliją, vien jo nepakanka, norint suprasti, ką vaikas iš tiesų bando perteikti. Ta pati frazė skirtingose situacijose gali atlikti visiškai skirtingą funkciją. Vienam ji gali padėti paprašyti pagalbos, kitam – nusiraminti, trečiam – prisiminti veiksmų seką, o dar kitam – užmegzti ar palaikyti socialinį kontaktą.

Todėl šiandien vis daugiau dėmesio skiriama ne echolalijos formai, o jos funkcijai. Kitaip tariant, svarbiausias klausimas tampa ne „**Ar tai tiesioginė, ar uždelstoji echolalija?**“, bet „**Ką šiuo pasakymu vaikas nori pasakyti arba pasiekti?**“

Būtent atsakymas į šį klausimą padeda geriau suprasti autistiško vaiko komunikaciją ir pasirinkti tinkamiausius pagalbos būdus.

Kodėl vaikai kartoja? Ką apie tai sako mokslas?

Jeigu paklaustume, kodėl autistiškas vaikas kartoja kitų žmonių pasakytus žodžius ar frazes, tikriausiai sulauktume labai skirtingų atsakymų. Vieni manytų, kad vaikas tiesiog nesupranta kalbos. Kiti sakytų, jog tai įprotis ar stereotipinis elgesys. Tačiau naujausi moksliniai tyrimai rodo kur kas sudėtingesnę ir kartu įdomesnę vaizdą.

Šiandien vis daugiau mokslininkų echolaliją apibūdina ne kaip atsitiktinį ar beprasmį kartojimą, bet kaip komunikacijos formą, kuri konkrečioje situacijoje gali padėti vaikui siekti tam tikro komunikacinio tikslo. Kitaip tariant, echolalija dažnai yra ne problema pati savaime, o būdas siekti tam tikro komunikacinio, pažintinio ar savireguliacijos tikslo.

Svarbu suprasti, kad ta pati frazė skirtingiems vaikams gali

reikšti visai ką kita. Net ir tam pačiam vaikui tas pats pasakymas skirtingose situacijose gali atlikti skirtingą funkciją. Pavyzdžiui, vaikas, išgirdęs klausimą „Ar jau baigėi?“, pakartoja tuos pačius žodžius: „Ar jau baigėi?“ Iš pirmo žvilgsnio gali atrodyti, kad jis tiesiog atkartoja klausimą. Tačiau po kelių akimirkų jis padeda pieštuką ir atsistoja. Tokiu atveju pakartoti žodžiai gali reikšti ne kalbos nesupratimą, o vieną iš būdų apdoroti informaciją ir pasiruošti veiksmui.

Todėl specialistui neužtenka išgirsti, **ką** vaikas pasakė. Ne mažiau svarbu stebėti, **kada, kam, kokiomis aplinkybėmis ir kas įvyksta po to**. Būtent kontekstas dažnai padeda suprasti tikrąją echolalijos paskirtį.

Praktikoje tai reiškia, kad vietoj klausimo „Kaip sustabdyti echolaliją?“ vis dažniau keliamas kitas klausimas: **„Ką šiuo kartojimu vaikas bando išreikšti ir pasiekti?“** Atsakymas į jį padeda geriau suprasti vaiko komunikacinį ketinimą ir pasirinkti tinkamiausią pagalbą. Jei kartodamas vaikas prašo pagalbos, svarbu atpažinti ir priimti šį jo komunikacijos būdą, kartu palaipsniui plečiant galimybes tą patį poreikį išreikšti ir kitais jam prieinamais būdais. Jei

echolalija padeda vaikui nusiraminti ar pasiruošti veiklai, ieškosime papildomų savireguliacijos strategijų, o ne sieksime vien slopinti patį kartojimą.

Mokslinėje literatūroje aprašoma nemažai echolalijos funkcijų, tačiau praktikoje jos dažnai persidengia. Tas pats pasakymas vienu metu gali padėti vaikui komunikuoti, planuoti veiksmus ir reguliuoti emocijas. Todėl svarbiausia ne bandyti kiekvieną frazę priskirti vienai kategorijai, o suprasti, kokią paskirtį ji atlieka konkrečioje situacijoje.

Toliau aptarsime dažniausiai moksliniuose tyrimuose aprašomas echolalijos funkcijas ir tai, kaip jas atpažinti kasdienėse situacijose namuose, ikimokyklinėje ugdymo įstaigoje ar mokykloje.

Kai kartojami žodžiai tampa bendravimu

Viena dažniausiai moksliniuose tyrimuose aprašomų echolalijos funkcijų yra komunikacinė. Tai reiškia, kad kartojami žodžiai gali būti ne tik anksčiau girdėtos kalbos atkartojimas, bet ir vaiko bandymas perduoti žinutę kitam žmogui. Tokiais atvejais svarbu ne tik klausytis, ką vaikas pasakė, bet ir suprasti, **ką jis tuo norėjo pasakyti**.

Pavyzdžiui, logopedė paklausia vaiko: „Ką šiandien norėtum žaisti?“ Vaikas pakartoja: „Ką šiandien norėtum žaisti?“ Po kelių akimirkų jis prieina prie dėlionės ir ją pasiima. Nors žodiniu



atsakymo taip ir neišgirdome, vaiko veiksmai leidžia suprasti jo ketinimą – jis pasirinko dėlionę. Tokiu atveju echolalija tapo tarpine grandimi tarp išgirsto klausimo ir vaiko atsakymo.

Panašiai gali nutikti ir tada, kai vaikas nori pagalbos. Bandydamas atidaryti dėžutę su žaislu, jis ištaria anksčiau iš mokytojos girdėtą frazę: „Reikia pagalbos?“ Iš pirmo žvilgsnio gali atrodyti, kad vaikas tik pakartojo svetimus žodžius. Tačiau situacijos kontekstas rodo visai ką kita – jis bando pranešti, kad vienas užduoties atlikti negali.

Kartais echolalija tampa ir atsisakymo forma. Paprašytas baigti mėgstamą veiklą, vaikas pakartoja anksčiau girdėtą sakinį: „Dar ne laikas.“ Nors frazė nėra spontaniškai suformuluotas atsakymas, ji gali reikšti: „Nenoriu baigti“, „Noriu dar pažaisti“ arba „Dar nesu pasirengęs pereiti prie kitos veiklos.“ Tokiose situacijose svarbiausia neskubėti taisyti vaiko kalbos ar prašyti „pasakyti gražiai“. Pirmiausia verta atsakyti į **komunikacinį ketinimą**. Jeigu vaikas prašo pagalbos, suteikime ją ir kartu įvardykime: „Matau, kad tau reikia pagalbos. Padėsiu.“ Jeigu jis rodo savo pasirinkimą, galime jį patvirtinti: „Pasirinkai dėlionę. Dėliokime dėlionę.“ Taip vaikas gauna ne tik norimą rezultatą, bet ir išgirsta kalbinį modelį, kuris ateityje gali padėti spontaniškiau išreikšti savo mintis.

Svarbu prisiminti, kad echolalijos tikslas nėra kliudyti bendravimui. Priešingai – daugeliu atvejų ji yra vienas iš būdų tą bendravimą pradėti, palaikyti ar tęsti. Kai suaugusysis pirmiausia išgirsta vaiko ketinimą, o tik po to padeda plėsti jo kalbą, echolalija tampa ne kliūtimi, bet atspirties tašku komunikacijos raidai.

Kai kartojami žodžiai padeda suprasti ir planuoti

Ne visada echolalija yra skirta kitam žmogui. Kartais kartojami žodžiai pirmiausia padeda pačiam vaikui. Pastarųjų metų tyrimai rodo, kad echolalija gali būti vienas iš būdų apdoroti girdimą informaciją, išlaikyti ją atmintyje ir pasiruošti būsimam veiksmui. Tokiais atvejais kartojami žodžiai tampa savotišku „mąstymo balsu“, padedančiu suprasti situaciją ir atlikti užduotį.

Pavyzdžiui, mokytoja sako: „Pasiimkite pratybas, atsiverskite penktą puslapį ir apibraukite paveikslėlį.“ Vaikas tyliai sau kartoja: „Pratybos... penktas puslapis... apibraukti...“ Tik po to pradeda vykdyti užduotį. Iš pirmo žvilgsnio gali atrodyti, kad jis tik atkartoja mokytojos žodžius, tačiau iš tiesų toks kartojimas gali padėti išlaikyti informaciją ir susidėlioti veiksmų seką. Kartais echolalija pasireiškia ir tuomet, kai vaikas ne iš karto supranta jam pasakytą klausimą ar nurodymą. Išgirdęs ilgesnį sakinį, jis pirmiausia pakartoja jo dalį arba visą sakinį. Tai nebūtinai reiškia, kad vaikas nesuprato kalbos. Priešingai – kartais toks kartojimas yra vienas iš būdų jį suprasti. Pakartodamas girdėtus žodžius vaikas gali juos geriau apdoroti, susieti su situacija ir tik tuomet nuspręsti, kaip atsakyti ar kokį veiksmą atlikti. Todėl po pakartojimo verta neskubėti užduoti kito klausimo ar kartoti nurodymo – vaikui gali tiesiog reikėti šiek tiek daugiau laiko informacijai apdoroti.

Tai galima pastebėti ir kasdienėse situacijose namuose. Tėtis pasako: „Pirmiausia apsiauk batus, tada pasiimk striukę ir ei-

name į lauką.“ Vaikas eidamas koridoriumi kartoja: „Batai... striukė... į lauką...“ Atlikęs visus veiksmus, jis nustoja kartoti. Tokiu atveju echolalija gali padėti prisiminti nurodymus ir sėkmingai juos įvykdyti.

Kartais uždelstoji echolalija padeda pasiruošti naujai ar sudėtingesnei situacijai. Prieš apsilankymą pas gydytoją vaikas vis kartoja anksčiau girdėtą mamos sakinį: „Pirmiausia pasibelsim, tada palauksim savo eilės.“ Nors ši frazė buvo pasakyta prieš kelias dienas, ji gali padėti vaikui numatyti, kas netrukus vyks, ir sumažinti neapibrėžtumą.

Tokiose situacijose nereikėtų skubėti nutraukti kartojimo. Jeigu matome, kad jis padeda vaikui suprasti informaciją ar atlikti užduotį, verta leisti jam pasinaudoti šia strategija. Suaugusieji gali dar labiau palengvinti šį procesą – ilgesnes instrukcijas suskaidyti į trumpesnius žingsnius, kalbėti aiškiai, daryti trumpos pauzės tarp nurodymų, prireikus pasitelkti vaizdines priemones ar parodyti veiksmų seką. Tokia pagalba nepakeičia echolalijos, o papildo ją ir padeda vaikui palaipsniui tapti savarankiškesniam.

Kai suprantame, kad kartojami žodžiai gali būti ne tik bendravimo priemonė, bet ir mąstymo bei mokymosi strategija, keičiasi ir mūsų reakcija. Vietoj bandymo kuo greičiau sustabdyti kartojimą galime ieškoti būdų, kaip padėti vaikui geriau suprasti aplinkoje girdimą kalbą ir sėkmingiau dalyvauti kasdienėse veiklose.

Kaip echolaliją paversti komunikacijos gali-mybe?

Suprasti, kad echolalija gali būti prasminga, yra tik pirmasis žingsnis. Ne mažiau svarbu žinoti, kaip į ją reaguoti kasdienėse situacijose. Nuo suaugusiojo reakcijos dažnai priklauso, ar kartojami žodžiai taps atspirties tašku tolesnei komunikacijos raidai.

Pirmiausia verta stengtis išgirsti ne pačius kartojamus žodžius, o vaiko ketinimą. Jeigu vaikas pakartoja: „Reikia pagalbos?“ bandydamas atidaryti dėžutę, svarbiausia ne taisyti jo sakinį, o atsakyti į patį prašymą: „Matau, kad tau reikia pagalbos. Padėsiu.“ Taip vaikas supranta, kad jo bandymas komunikuoti buvo išgirstas ir turėjo prasmę.

Ne mažiau svarbu stebėti situaciją, kurioje echolalija pasireiškia. Kartais atsakymą padeda rasti visai paprasti klausimai: **Kas įvyko prieš pat kartojimą? Ką vaikas veikė? Kas pasikeitė po to?** Būtent kontekstas dažnai padeda suprasti, ar echolalija tuo metu buvo prašymas, bandymas suprasti informaciją, pasiruošti veiksmui ar nusiraminti. Vis dėlto svarbu prisiminti, kad ne kiekvieną echolalijos atvejį galime iš karto paaiškinti. Kartais kartojamų žodžių paskirtis lieka neaiški net ir gerai vaiką pažįstantiems suaugusiesiems. Tai nereiškia, kad echolalija neturi prasmės – greičiau tai primena, jog ne visada turime pakankamai informacijos jai suprasti. Todėl svarbiausia neskubėti daryti išvadų ir toliau stebėti situaciją bei vaiko elgesį.

Užuot taisyus vaiko pasakymą, naudingiau jį išplėsti. Jeigu vaikas pakartoja: „Dar ne laikas“, suaugusysis gali atsakyti: „Matau, kad dar nori pažaisti.“ Jeigu vaikas sako: „Pirmyn į misiją!“ prieš eidamas į lauką, galima pridurti: „Taip, dabar

einame į lauką. Apsiaukime batus ir keliaukime.“ Taip vaikas girdi natūralų kalbos modelį, susietą su jo paties pasakymu ir tuo metu vykstančia situacija.

Viena dažniausių situacijų, su kuria susiduria tėvai, pedagogai ir specialistai, – vaikas, užuot atsakęs į klausimą, pakartoja patį klausimą. Pavyzdžiui, paklausus: „Ar nori gerti?“, vaikas atsako: „Ar nori gerti?“ Iš pirmo žvilgsnio gali atrodyti, kad pokalbis sustojęs arba kad vaikas nesuprato klausimo. Tačiau neskubėkime daryti tokių išvadų. Kartais toks pakartojimas reiškia, kad vaikui reikia daugiau laiko informacijai apdoroti. Kitais atvejais jis gali būti būdas parodyti, kad klausimas buvo išgirstas, tačiau atsakymą dar reikia suformuluoti.

Dažnai būtent šioje vietoje mes, suaugusieji, pradedame skubėti. Pakartojame tą patį klausimą, užduodame kitą, pradedame aiškinti, perfrazuoti ar net patys atsakome už vaiką. Tačiau tokiu būdu galime netyčia nutraukti jo informacijos apdorojimo procesą. Kartais vaikui tereikia kelių papildomų sekundžių, kad po pakartoto klausimo jis galėtų parodyti pasirinkimą, atsakyti vienu žodžiu ar pradėti veikti. Tokiose situacijose svarbiausia neskubėti. Verta palaukti kelias sekundes ir stebėti, kas vyksta toliau. Neretai po trumpos pauzės vaikas pats parodo pasirinkimą, atsako vienu žodžiu, gestu arba pradeda veikti. Jeigu atsakymo vis tiek nėra, dažnai naudingiau ne kartoti tą patį klausimą, o jį supaprastinti – pasiūlyti du pasirinkimus, parodyti daiktus ar paveikslėlius, pakviesti parodyti pirštu. Taip mažiname kalbinį krūvį ir padedame vaikui sėkmingiau atsakyti.

Panašus principas galioja ir uždelstajai echolalijai. Netikėtai pacitavęs mėgstamo filmuko dialogą, prieš kelias dienas girdėtą sakinį ar kitą, iš pirmo žvilgsnio su situacija nesusijusią frazę, vaikas nebūtinai kalba „be prasmės“. Tokiais atvejais taip pat verta pirmiausia stabtelėti ir pagalvoti, kodėl ši frazė buvo ištarta būtent dabar. Kartais jos prasmė paaiškėja tik stebint vaiko elgesį ar tai, kas vyksta po kelių akimirkų. Net jei iš karto nepavyksta suprasti vaiko ketinimo, galime parodyti, kad jo pasakymas buvo išgirstas: „Tu pasakei: „Pirmyn į misiją!“ Atrodo, kad kažkam ruošiamės.“ Nebūtina visada tiksliai atspėti, ką vaikas norėjo pasakyti. Kur kas svarbiau parodyti susidomėjimą jo komunikacija ir sudaryti galimybę jai plėtotis. Vaikui svarbu patirti, kad jo žodžiai – net jeigu jie yra pakartoti – yra išgirsti ir turi vertę.

Kiekvieno vaiko komunikacija yra individuali. Vieniems vaikams echolalija išlieka trumpu kalbos raidos etapu, kitiems ji gali būti svarbi komunikacijos dalis daugelį metų. Todėl nėra vieno visiems tinkamo būdo reaguoti į echolaliją – svarbiausia atsižvelgti į konkretaus vaiko poreikius, gebėjimus ir komunikacijos galimybes. Taip pat verta prisiminti, kad echolalija nėra kliūtis mokytis kalbos. Priešingai – daugeliui autistiškų vaikų ji tampa pagrindu, ant kurio palaipsniui formuojasi lankstesnė ir spontaniškesnė komunikacija. Todėl mūsų tikslas neturėtų būti kuo greičiau panaikinti kartojamus žodžius. Kur kas svarbiau padėti vaikui atrasti vis daugiau būdų išreikšti savo mintis, poreikius ir jausmus.

Tam ypač svarbus bendradarbiavimas tarp tėvų, pedagogų, logopedų ir kitų specialistų. Kai visi suaugusieji panašiai suprantą echolalijos paskirtį ir nuosekliai reaguoja į vaiko ko-

munikacinius bandymus, vaikui tampa lengviau mokytis naujų bendravimo būdų ir juos taikyti skirtingose situacijose.

Kaip tai gali atrodyti kasdienėse situacijose?

Kartais atrodo, kad teoriją suprasti lengviau nei pritaikyti ją kasdienybėje. Tačiau dažnai pakanka nedidelio pokyčio – vietoj bandymo sustabdyti echolaliją pirmiausia pabandyti į ją pažvelgti kaip į komunikacijos pradžią.

Pavyzdžiui, klasėje mokytoja paklausia: „Ką šiandien norėtum veikti per pertrauką?“ Vaikas pakartoja: „Ką šiandien norėtum veikti per pertrauką?“ Užuot iš karto kartojusi klausimą ar skubinusi atsakyti, mokytoja padaro pauzę ir laukia. Vaikui neatsakius, ji pasiūlo pasirinkimą: „Norėtum piešti ar žaisti stalo žaidimą?“ Vaikas parodo į dėlionę. Mokytoja patvirtina jo pasirinkimą: „Pasirinkai dėlionę. Eime dėlioti.“ Tokiu būdu pokalbis nenutrūksta, o vaikas gauna pagalbą, kurios jam tuo metu reikėjo.

Panaši situacija gali susiklostyti ir namuose. Mama klausia: „Ko norėtum atsigeriti?“ Vaikas pakartoja: „Ar norėtum atsigeriti?“ Vietoj to, kad vėl kartotų tą patį klausimą, mama parodo dvi stiklines ir klausia: „Vandens ar sulčių?“ Vaikas parodo į sultis, o mama atsako: „Tu pasirinkai sultis. Įpilu sulčių.“ Tokiu būdu vaiko pasirinkimas tampa pokalbio dalimi, nors jis jo dar neišreiškė savarankiškai suformuluotu sakiniu.

Ne mažiau svarbu jautriai reaguoti ir į uždelstąją echolaliją. Tarkime, prieš išvyką į baseiną vaikas netikėtai ištaria mėgstamo filmuko frazę: „Pirmyn į misiją!“ Užuot pasakius: „Nekartok filmuko“, galima atsakyti: „Taip, šiandien mūsų misija – nuvažiuoti į baseiną.“ Toks atsakas nebūtinai reiškia, kad tiksliai supratome vaiko ketinimą, tačiau jis parodo, jog vaiko pasakymas buvo išgirstas ir priimtas kaip bendravimo dalis.

Šie pavyzdžiai rodo, kad dažniausiai nereikia sudėtingų metodų ar specialių priemonių. Dažnai pakanka šiek tiek daugiau laiko, dėmesio situacijos kontekstui ir noro suprasti, kokią žinutę vaikas tuo metu bando perduoti. Būtent tokiose kasdienėse situacijose echolalija iš paslaptingo ar trikdančio reiškinio gali tapti prasmingu žingsniu į vis turtingesnę komunikaciją.

Dažniausi mitai apie echolaliją

Nors mokslinis požiūris į echolaliją per pastaruosius dešimtmecius reikšmingai pasikeitė, kasdienėje praktikoje vis dar pasitaiko nemažai klaidingų įsitikinimų. Jie daro įtaką ne tik tam, kaip suprantame vaiko kalbą, bet ir tam, kokią pagalbą jam suteikiame. Aptarkime dažniausiai pasitaikančius mitus.

1 mitas – echolalija reiškia, kad vaikas ne-supranta kalbos

Tai vienas dažniausių ir labiausiai paplitusių įsitikinimų. Tačiau vien tai, kad vaikas pakartoja klausimą ar sakinį, dar nereiškia, jog jis jo nesuprato. Kaip aptarėme anksčiau, kartais echolalija padeda vaikui apdoroti informaciją, pasiruošti atsakymui ar suplanuoti veiksmus. Daugiau nei pats kartojimas pasako tai, kas vyksta po jo – ar vaikas atlieka prašomą veiksmą, priima sprendimą ar parodo savo pasirinkimą.

2 mitas – echolaliija yra beprasmis kartojimas

Iš pirmo žvilgsnio kai kurios kartojamos frazės iš tiesų gali atrodyti atsitiktinės. Tačiau vis daugiau tyrimų rodo, kad echolaliija dažnai atlieka konkrečių funkcijų – padeda bendrauti, suprasti informaciją, reguliuoti emocijas ar pasiruošti būsimai veiklai. Net jei suaugusysis iš karto nesupranta kartojimo prasmės, tai dar nereiškia, kad jos nėra.

3 mitas – echolaliiją reikia kuo greičiau slopinti

Anksčiau toks požiūris buvo gana paplitęs, tačiau šiandien rekomenduojama pirmiausia suprasti, kokių funkcijų echolaliija atlieka. Jeigu kartojami žodžiai padeda vaikui bendrauti ar nusiraminti, jų slopinimas gali atimti vieną svarbiausių tuo metu turimų komunikacijos priemonių.

4 mitas – jeigu vaikas kartoja, vadinasi, jis nebendravia

Kartais echolaliija ir yra bendravimas. Vaikas gali pakartoti klausimą vietoj atsakymo, panaudoti anksčiau girdėtą frazę prašydamas pagalbos ar išreišdamas atsisakymą. Tokiais atvejais svarbiausia išgirsti ne tik pačius žodžius, bet ir vaiko ketinimą.

5 mitas – echolaliija trukdo kalbos raidai

Tyrimai nerodo, kad pati echolaliija stabdytų kalbos vystymąsi. Priešingai – daugeliui autistiškų vaikų ji tampa tarpine grandimi, padedančia pereiti prie lankstesnės ir spontaniškesnės kalbos. Kuo daugiau vaikas įgyja komunikacinės patirties, tuo dažniau anksčiau kartotos frazės tampa savarankiškos kalbos dalimi.

6 mitas – visos kartojamos frazės reiškia tą patį

Ta pati frazė skirtingose situacijose gali atlikti visiškai skirtingą funkciją. Vieną kartą ji gali reikšti prašymą, kitą – padėti suprasti nurodymą, trečią – sumažinti įtampą. Todėl vertinant echolaliiją visada svarbus kontekstas.

7 mitas – jeigu nesuprantu, kodėl vaikas kartoja, vadinasi, tai neturi prasmės

Kartais vaikas netikėtai pacituoja mėgstamo filmuko dialogą, reklamos šūkį ar seniai girdėtą frazę, ir ryšys su esama situacija atrodo visiškai neaiškus. Tačiau tai, kad mes negalime paaiškinti tokio pasakymo, dar nereiškia, jog jis yra beprasmis. Vaikas gali prisiminti ankstesnę patirtį, ruoštis būsimam įvykiui, reguliuoti emocijas ar apdoroti informaciją. Ne visada galime tiksliai nustatyti echolalijos paskirtį, tačiau tai neturėtų būti priežastimi ją nuvertinti.

8 mitas – echolaliija būdinga tik nekalbančioms vaikams

Echolaliija gali pasireikšti ir vaikams, kurie kalba sakiniiais. Ji gali sustiprėti naujose, emociškai reikšmingose ar daugiau

pastangų reikalaujančiose situacijose. Todėl echolalijos buvimas pats savaime nepasako, koks yra vaiko kalbos lygis. Dar visai neseniai echolaliija dažniausiai buvo laikoma elgesiu, kurį reikėtų kuo greičiau slopinti. Šiandien vis daugiau mokslinių tyrimų rodo, kad dažnai ji yra prasminga vaiko komunikacijos dalis. Kartojami žodžiai gali padėti paprašyti pagalbos, parodyti savo pasirinkimą, suprasti informaciją, pasiruošti veiksmui ar nusiraminti. Kitaip tariant, jie gali būti ne kliūtis, o tiltas į tolesnę komunikacijos raidą.

Žinoma, ne visada iš karto suprasime, ką vaikas norėjo pasakyti. Kartais echolalijos paskirtis bus akivaizdi, o kartais jos prasmės teks ieškoti stebint situaciją, vaiko elgesį ir aplinką. Tačiau kiekvieną kartą verta prisiminti, kad už kartojamų žodžių gali slypėti daugiau, nei girdime iš pirmo karto.

Galbūt svarbiausias pokytis įvyksta tuomet, kai nustoja klausyti: „Kaip sustabdyti echolaliiją?“ ir pradedame klausyti: „Ką šiuo kartojimu vaikas nori pasakyti?“ Būtent šis klausimas padeda geriau suprasti autistišką vaiką ir kurti tokią aplinką, kurioje jo komunikacija yra ne vertinama, o išgirstama.

Juk galbūt vaikas tikrai ne **tik kartoja**. Galbūt mes dar tik mokomės išgirsti, ką jis nori pasakyti.

Aut. Inga Budrytė, Lietuvos įtraukties švietime centro logopedė metodininkė

Literatūra

1. Blanc, M. (2012). Natural Language Acquisition on the Autism Spectrum: The Journey from Echolalia to Self-Generated Language. Communication Development Center.
2. Bottema-Beutel, K., Yoder, P., Hochman, J. M., & Watson, L. R. (2014). The role of supported joint engagement and parent utterances in language and social communication development in children with autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 44(9), 2162–2174.
3. Cohn, E. G., & Necheles, J. W. (2020). Echolalia from a transdiagnostic perspective. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 565596.
4. Cohn, E. G., & Necheles, J. W. (2023). Echolalia in autism: A scoping review of assessment, functions and clinical implications. *Autism Research*, 16, 1709–1725.
5. Grossi, D., Marcone, R., Cinquegrana, T., & Gallucci, M. (2013). On the differential nature of induced and incidental echolalia in autism. *Journal of Intellectual Disability Research*, 57(10), 903–912.
6. Prizant, B. M., & Duchan, J. F. (1981). The functions of immediate echolalia in autistic children. *Journal of Speech and Hearing Disorders*, 46(3), 241–249.
7. Prizant, B. M., & Rydell, P. J. (1984). Analysis of functions of delayed echolalia in autistic children. *Journal of Speech and Hearing Research*, 27(2), 183–192.
8. Prizant, B. M., Wetherby, A. M., Rubin, E., Laurent, A. C., & Rydell, P. (2006). The SCERTS Model: A Comprehensive Educational Approach for Children with Autism Spectrum Disorders. Paul H. Brookes.
9. Sterponi, L., de Kirby, K., & Shankey, J. (2014). Rethinking echolalia: Repetition as interactional resource in autism. *Journal of Child Language*, 41(2), 275–304.
10. Stiegler, L. N. (2015). Examining the echolalia literature: Where do speech-language pathologists stand? *American Journal of Speech-Language Pathology*, 24(4), 750–762.
11. American Speech-Language-Hearing Association (ASHA). (2024). Autism (Autism Spectrum Disorder): Practice Portal. <https://www.asha.org/practice-portal/clinical-topics/autism/>
12. World Health Organization. (2023). International Classification of Diseases 11th Revision (ICD-11): Autism spectrum disorder.

Straipsnio autorė Inga Budrytė



Lengvai suprantama kalba

- Kodėl vaikai kartoja žodžius?
- Kartais suaugusieji sako: „Jis tik kartoja.“
- Tačiau kartojami žodžiai gali turėti prasmę. Vaikas gali taip bandyti bendrauti, suprasti informaciją, pasiruošti veiklai arba nusiraminti.
- Pavyzdžiui, vaikas kiekvieną rytą klasėje kartoja: „Dirbame tyliai.“
- Po to jis atsisėda į savo vietą, išsiima sąsiuvinį ir pradeda dirbti.
- Gali būti, kad šie žodžiai padeda jam pasiruošti pamokai.
- Kitas vaikas, paklaustas, ko nori, gali pakartoti visą klausimą. Tačiau vėliau jis parodo norimą žaislą. Taip vaikas gali parodyti savo pasirinkimą, nors dar neatsako įprastu sakiniu.
- **Echolalija** – tai kitų žmonių pasakytų žodžių ar sakinių kartojimas.
- Kartais vaikas pakartoja žodžius iš karto, kai juos išgirsta. Kartais jis pakartoja anksčiau girdėtus žodžius po kelių valandų, dienų ar net savaičių.
- Pavyzdžiui, eidamas į lauką vaikas gali pasakyti: „Pirmyn į misiją!“ – frazę, kurią girdėjo mėgstamame filmuke.
- Suaugusiesiems gali būti sunku suprasti, kodėl vaikas tai pasakė. Todėl svarbu stebėti, kas vyksta aplink vaiką ir ką jis daro po to.
- Kartojami žodžiai gali atlikti skirtingas funkcijas.
- **Vaikas gali norėti bendrauti.**
- Jeigu vaikas bando atidaryti dėžutę ir sako: „Reikia pagalbos?“, gali būti, kad jis prašo pagalbos.

- Suaugusysis gali atsakyti: „Matau, kad tau reikia pagalbos. Padėsiu.“ Vaikas gali bandyti parodyti, ko nori.
- Jeigu vaikas, paprašytas baigti žaidimą, sako: „Dar ne laikas“, gali būti, kad jis nori žaisti toliau.
- **Kartojimas gali padėti vaikui suprasti informaciją.**
- Mokytoja pasako kelis nurodymus. Vaikas juos tyliai pakartoja ir tik tada pradeda dirbti.
- Gali būti, kad kartojimas padeda jam prisiminti, ką reikia daryti.
- **Kartojimas gali padėti pasiruošti veiklai arba nusiraminti.**
- Prieš eidamas pas gydytoją vaikas gali kartoti anksčiau girdėtus žodžius apie tai, kas ten vyks. Tai gali padėti jam suprasti, ko tikėtis.
- Svarbu prisiminti, kad ta pati frazė skirtingose situacijose gali reikšti skirtingus dalykus.
- Ne visada iš karto suprasime, ką vaikas nori pasakyti. Tačiau tai nereiškia, kad jo kartojami žodžiai neturi prasmės.
- **Kaip reaguoti į vaiko kartojamus žodžius?**
- Pirmiausia verta stebėti vaiką ir situaciją.
- Galime savęs paklausti:
 - Kas įvyko prieš vaikui pradedant kartoti?
 - Ką vaikas tuo metu veikė?
 - Kas pasikeitė po kartojimo?
- Šie klausimai gali padėti suprasti, ką vaikas bando pasakyti.
- **Neskubėkime vaiko taisyti ar stabdyti.**

- Jeigu vaikas pakartoja klausimą, duokime jam laiko. Galbūt jam reikia kelių papildomų sekundžių, kad suprastų informaciją ir atsakytų.
- Jeigu vaikas neatsako, galime pasiūlyti du pasirinkimus.
- Pavyzdžiui, paklausime: „Ko norėtum atsigerti?“
- Vaikas pakartoja klausimą.
- Tada parodome dvi stiklines ir paklausime: „Vandens ar sulčių?“ Vaikas parodo į sultis. Mes atsakome: „Pasirinkai sultis. Įpilu sulčių.“
- Taip vaikas gali išreikšti savo pasirinkimą ir dalyvauti pokalbyje.
- **Galime pakartoti vaiko mintį paprastesniais žodžiais.**
- Jeigu vaikas sako: „Dar ne laikas“, galime atsakyti: „Tu dar nori pažaisti.“
- Taip vaikas išgirsta, kaip savo norą galima išreikšti kitais žodžiais.
- Jeigu nesuprantame, ką vaikas norėjo pasakyti, nereikia spėlioti ir būtinai rasti atsakymą. Galime toliau stebėti vaiką ir parodyti, kad jo klausomės.
- Kartais manoma, kad vaikas kartoja žodžius todėl, kad nesupranta kalbos. Tačiau vien kartojimas to neįrodo.
- Taip pat nereikėtų manyti, kad visi kartojami žodžiai yra beprasmiškai arba kad juos būtina kuo greičiau sustabdyti.
- Echolalija gali būti svarbi vaiko bendravimo dalis. Kai kuriems vaikams ji padeda palaipsniui išmokti laisviau kalbėti. Kitiems ji gali išlikti svarbi ir vėliau.

- Kiekvieno vaiko bendravimas yra skirtingas. Todėl svarbu atsižvelgti į jo poreikius ir galimybes.
- Tėvams, mokytojams, logopedams ir kitiems specialistams svarbu bendradarbiauti. Kai suaugusieji stengiasi suprasti vaiką ir padeda jam bendrauti, vaikui lengviau mokytis naujų bendravimo būdų.
- **Galbūt vaikas ne tik kartoja. Galbūt jis bando mums kažką pasakyti. Mūsų užduotis – sustoti, stebėti ir pabandyti jį suprasti.**



Knygos „Jutimai: kaip padėti sau ir savo vaikui“ autorė Tanya van Dalen įsitikinusi, kad norėdami padėti vaikams, pirmiausia turime pagalvoti apie jų tėvus. Šiame trumpame ir aiškiam vadove tėvai ir globėjai ras praktinių patarimų, kaip efektyviai atliepti vaiko jutiminius poreikius ir kartu pasirūpinti savimi.

Knygą galite įsigyti čia:

https://www.lietausvaikai.lt/leidiniai_visi/knyga-jutimai-kaip-padeti-sau-ir-vaikui/



Lietuvos autizmo
asociacija šviečia



Laura Valionienė

Autistiškas mokinys: ką geba ir kas padeda gebėjimais pasinaudoti

Autistiškas mokinys gali suprasti daugiau, nei pajėgia parodyti. Jam taip pat gali reikėti daugiau pagalbos, nei leidžia manyti jo žinios ar sklandi kalba. Šį neatitikimą lengva palaikyti nenoru stengtis, tingėjimu, užsispyrimu arba menkais gebėjimais. Tuomet vienam vaikui mažiname mokymosi galimybes, o kitam didiname spaudimą, nors abiem gali reikėti visai ko kito: aiškesnės užduoties, tinkamesnės aplinkos, daugiau laiko, saugumo ar žmogaus, padedančio pradėti.

Elgesys yra tai, ką matome, tačiau jis ne visada paaiškina, kas vyksta.

Mokinys gali neatsiversti sąsiuvinio, nes nesuprato pirmo žingsnio, nepajėgia pereiti nuo ankstesnės veiklos, bijo dar vienos nesėkmės, yra išsekęs, girdi trikdantį garsą arba nežino, kaip paprašyti pagalbos. Gali būti ir taip, kad jis tiesiog nenori atlikti užduoties. Ne viskas yra tai, kas atrodo iš pirmo žvilgsnio, todėl svarbu ne iš anksto parinkti patogų paaiškinimą, o pasidomėti giliau.

Prieš sprendžiant apie mokinį prasminga atsakyti į keturis klausimus: ar jis šį gebėjimą turi, ar gali juo pasinaudoti dabar, ar gali jį parodyti mūsų pasirinktu būdu ir kiek jam tai kainuoja. Nuo atsakymo priklauso, ar ugdymas padės gebėjimams augti, ar mokys vaiką vis labiau savimi abejoti.

Ar mokinys nemoka, ar negali parodyti, ką moka?

Autistiško mokinio gebėjimus galime ir nuvertinti, ir pervertinti. Kai vaikui sunku kalbėti, užrašyti atsakymą ar atlikti įprastai pateiktą užduotį, rizikuojame nepastebėti to, ką jis supranta. Kai jis samprotauja sudėtingomis temomis, puikiai pastebi dėsningumus ar daug žino mėgstamoje srityje, galime tikėtis tokio pat savarankiškumo visur. Abiem atvejais sprendžiame pagal tai, ką lengviausia pamatyti, nors gebėjimų profilis gali būti labai netolygus.

Alexanderio C. Wilsono (2024) metaanalizėje, apėmusioje 18 duomenų šaltinių ir daugiau kaip 1 800 autistiškų arba ADHD turinčių vaikų bei suaugusiųjų, autistiškų dalyvių verbalinio ir neverbalinio mąstymo rezultatai vidutiniškai pateko į įprastą diapazoną. Autistiškų vaikų grupėje darbinės atminties ir informacijos apdorojimo greičio rezultatai buvo žemesni už

norminį vidurkį. Tai grupės tendencija, o ne konkretaus vaiko apibūdinimas, bet ji padeda suprasti, kodėl gebėjimas samprotauti ir gebėjimas greitai atlikti kelių žingsnių užduotį gali skirtis.

Kai viena užduotis tikrina kelis dalykus

Viena iš pažiūros paprasta užduotis gali reikalauti suprasti temą, išlaikyti galvoje instrukciją, pasirinkti svarbią informaciją, suplanuoti veiksmus, suformuluoti atsakymą ir dar spėti jį užrašyti. Jei mokinys neatlieka darbo, nepakanka pasakyti, kad jis „nesusikaupė“. Reikia pažiūrėti, kurioje vietoje užduotis tapo neįveikiama: gal sunkus pats turinys, gal pateikimo būdas, aplinka ar vaiko būseną, o gal vienu metu pareikalavome per daug skirtingų dalykų.

Ką iš tikrųjų parodo testai

Svarbu atsargiai vertinti ir testų rezultatus. A. Wilsonas (2024) atkreipia dėmesį, kad mažesnis informacijos apdorojimo greičio rodiklis nebūtinai reiškia lėtą mąstymą. Atliekant testų užduotis reikia ne tik mąstyti, bet ir greitai ieškoti vaizdinės informacijos, prisiminti, valdyti pieštuką ar kitą priemonę, dirbti per nustatytą laiką. Vienas skaičius parodo, kad atlikti konkrečių užduotį buvo sunku, tačiau ne visuomet pasako, kodėl. Vertinimo būdas ypač svarbus mažai kalbantiems arba nekalbantiems vaikams. Courchesne ir kolegų (2015) bandomajame mokykliniame tyrime dalyvavo 30 autistiškų 6–12 metų vaikų, kurie kalbėjo mažai arba nekalbėjo. Nė vienas neužbaigė viso WISC-IV testo, tačiau 26 atliko Raveno spalvotųjų progresuojančių matricių testą, o 17 vaikų rezultatai pateko tarp 5-ojo ir 90-ojo procentilio. Visi dalyviai lankė specializuotas mokyklas ir priklausė didelių pagalbos poreikių grupei, todėl šių rezultatų negalima automatiškai taikyti visiems nekalbantiems vaikams. Vis dėlto tyrimas parodo vertinimo problemą: jei vaikas negali parodyti savo gebėjimų pasirinkta testavimo priemone, jos rezultato negalime laikyti vaiko gebėjimų riba.

Ką turime žinoti apie konkretų mokinį?

Diagnozė suteikia svarbios informacijos, bet neparodo, kaip konkretus mokinys supranta kalbą, reaguoja į triukšmą, pradeda užduotį ar parodo nuovargį. Tam reikalingas individualus profilis – ne etikečių rinkinys ir ne vien sunkumų sąrašas, o praktiškas atsakymas į klausimą: ką apie šį mokinį turime žinoti, kad jis galėtų mokytis ir jaustis saugus?

Kokia informacija iš tikrųjų padeda?

Naudinga aprašyti komunikaciją ir kalbą, sensorinius bei motorinius ypatumus, savireguliaciją, dėmesį, darbinę atmintį, informacijos apdorojimą, santykius, ankstesnę mokymosi patirtį, stiprybes ir interesus. Tačiau bendri žodžiai mažai padeda. Įrašas „sunku pradėti užduotį“ dar nepasako, ką daryti. Daug vertingiau žinoti, ar mokinys pradeda pamatęs pavyzdį, kartu atlikęs pirmą žingsnį, gavęs trumpą rašytinę seką, pasirinkimą iš dviejų variantų ar kelias minutes pasiruošti.

Toks profilis neturėtų būti sudaromas tik apie vaiką, su juo nesikalbant. Mokinys turi būti pirmasis savo patirties šaltinis tiek, kiek gali ir nori jį išreikšti: kalba, raštu, alternatyviosios komunikacijos priemonėmis, pasirinkimais, piešiniu ar kitu jam priimanamu būdu. Šeima dažnai mato tai, ko mokykla nemato, o mokytojas ar specialistas pastebi tai, ko neįmanoma pamatyti namuose. Šios žinios viena kitos nepanaikina – jos papildo bendrą vaizdą.

Kas nutinka, kai informacija nekeliauja kartu su mokiniu?

Ypač daug prarandama keičiantis mokytojai, specialistui ar ugdymo įstaigai. Vaikas į naują vietą neretai ateina tarsi be savo istorijos, o nauja komanda vėl mėgina viską išsiaiškinti bandymų ir klaidų keliu. Vaikui tai reiškia, kad jam dar kartą teks patirti jau žinomus sunkumus, nors ankstesni mokytojai, specialistai ar šeima galbūt seniai žino, kas padeda.

Pereinamajam laikotarpiui padėtų trumpas, lengvai atnaujinamas vieno ar dviejų puslapių aprašas: kaip mokinys geriausiai priima informaciją ir atsako; kokie sensoriniai dirgikliai jam svarbūs; kaip atrodo didėjanti įtampa; kas padeda atsigauti; kokios strategijos jau pasiteisino; kas dažniausiai nepadeda; kokie yra jo interesai, stiprybės, žinomi mokymosi barjerai ir svarbios ankstesnės patirtys. Reikėtų įrašyti ir paties mokinio nuomonę. Tokia informacija nėra galutinė tiesa – ją tikriname ir atnaujiname. Tačiau gera pradžia yra geriau nei dar vienas pažinimas per nesėkmes.

Ką su šiomis žiniomis darome?

Individualus profilis parodo, ką apie mokinį žinome, o individualizavimas ir pritaikymai – kaip šiomis žiniomis pasinaudojame. Žinojimas, kad vaiką trikdo triukšmas, nieko nekeičia, jei jis vis tiek privalo dirbti triukšmingoje vietoje.

Jei ilga žodinė instrukcija pasimeta, ją galima sutrumpinti, užrašyti arba pateikti dalimis, o tuomet stebėti, ar vaikui iš tiesų tapo lengviau.

Žvelgti giliau nei elgesys

Kai vaikas atsisako, sustingsta, juokiasi netinkamu metu, ima garsiau kalbėti, vaikščioti po klasę ar nebeatsako, suaugusiems natūraliai norisi elgesį kuo greičiau sustabdyti. Tačiau pats elgesys dar nepasako jo funkcijos ir priežasties. Panašiai atrodanti reakcija gali kilti dėl skausmo, sensorinės perkrovos, nesuprastos instrukcijos, nerimo, gėdos, nuovargio, komunikacijos sunkumo, ankstesnės traumuojančios patirties arba noro išvengti nemalonios veiklos.

Tai nereiškia, jog kiekvieną sunkų elgesį turime automatiškai

paaikškinti neurologija ir nieko iš vaiko nesitikėti. Tačiau prieš didindami reikalavimą turime patikrinti, ko šiuo metu reikalaujame iš jo nervų sistemos, energijos, komunikacijos ir turimų įgūdžių. Elgesys parodo, kad kažkas vyksta, bet nepasako, ar vaikas bijo, nesupranta, yra išsekęs, ar tiesiog nenori.

Kasdienėje situacijoje daug pasako maži pakeitimai. Mokinui dar nespėjus apdoroti klausimo, suaugusysis kartais jį pakartoja kitais žodžiais ir prideda dar vieną paaiškinimą. Norima padėti, tačiau vaikui tenka apdoroti vis daugiau kalbos. Suteikus ilgesnę pauzę gali paaikškėti, kad klausimas buvo suprastas. Kitam padės užrašyta instrukcija, parodytas pavyzdys arba po vieną pateikiami žingsniai. Pakeitimas nėra nuolaida: tai būdas tiksliau sužinoti, ką mokinys gali.

Saugumas ir psichikos sveikata – ne priedas prie ugdymo

Mokymasis nevyksta atskirai nuo kūno ir emocinės būsenos. Stuartas Shankeris (2021) „Self-Reg“ modelyje siūlo streso šaltinių ieškoti penkiose tarpusavyje susijusiose srityse: biologinėje, emocinėje, kognityvinėje, socialinėje ir prosocialinėje, susijusioje su jautrumu kitų žmonių poreikiams bei emocijoms. Tai profesinis savireguliacijos modelis, o ne įrodymas, kad vienas metodas tiks visiems. Vis dėlto jis siūlo naudingą klausimą: kokia apkrova šiuo metu atima mokinio jėgas?

Kartais pati užduotis nėra sunkiausia mokymosi dalis. Daugiau jėgų gali pareikalauti triukšminga klasė, neaiškūs reikalavimai, baimė suklysti ar nežinojimas, ar bus galima paprašyti pertraukos. McKinlay ir kolegų (2025) sisteminėje 36 kokybinių tyrimų apžvalgoje analizuotos autistiškų paauglių ir suaugusiųjų patirtys bendrojo ugdymo vidurinėse mokyklose. Su teigiama patirtimi siejosi supratimas ir priėmimas, tinkamesnė sensorinė bei socialinė aplinka, įtraukiančios veiklos ir galimybės patiems mokiniams dalyvauti sprendžiant, kaip bus atliepiami jų poreikiai. Stebėdami matome mokinio elgesį. Klausydamiesi galime daugiau sužinoti apie tai, kas tą elgesį sukėlė.

Kai suaugusiojo reakcija pakeičia situaciją

Kartais didelį pokytį sukuria ne nauja programa, o laiku pakeistas suaugusiojo bendravimas. Pavyzdžiui, vaikui skaitant garsėjo balsas, daugėjo garsų ir judesių, kilo įtampa. Jo disleksija ilgai buvo neatpažinta, mokymąsi lydėjo žeminančios reakcijos, todėl klaida reiškė ne vien klaidą – ji žadėjo dar vieną nemalonią patirtį. Padėjėja pritilo, sulėtino tempą, sušvelnino toną ir padėjo užduotį įveikti mažesniais žingsniais, neskubėdama išryškinti kiekvienos klaidos. Vaikas aprimo ir užbaigė skaitymą. Jis vis dar judėjo ir stiminosi – aktyviai judėjo sėdėdamas, – tačiau galėjo tęsti veiklą.

Iš vieno epizodo nenustatysime vienos priežasties ir nesukursime visiems tinkamo metodo. Tačiau galime pamatyti koreguliaciją – suaugusiojo pagalbą vaikui reguliuoti savo būseną. Vienam reikia aiškaus plano ir pagalbos pradėti, kitam – mažiau kalbos, daugiau laiko ar ramaus žmogaus šalia. Jei ankstesni bandymai buvo lydimi nesėkmės ir pažeminimo, raginimas „tiesiog pabandyk dar kartą“ gali tik sustiprinti grėsmės jausmą. Pirmiausia tenka kurti patirtį, kurioje saugu klysti, priimti pagalbą ir išlikti gerbiama.

Jei vaikas paklūsta, ar tai reiškia, kad jis jaučiasi saugus? Paklusimas pats savaime neparodo, kad vaikas jaučiasi saugus. Svarbu, ar jis gali pasakyti „nežinau“, parodyti sunkumą, paprašyti pertraukos, nesutikti ar komunikuoti, kad pagalbos būdas jam netinka. Jei mokome tik vykdyti nurodymus, bet ne mokytis atpažinti savo būseną ir komunikuoti poreikius, išorinis „geras elgesys“ gali slėpti didelę vidinę kainą.

Mokykloje viskas gerai, o kas vyksta namuose?

Šeimos neretai pasakoja: mokykloje viskas gerai, o namuose – ašaros, dirglumas, atsiribojimas ar išsekimas. Tokios reakcijos neįrodo, kad jų priežastis visada yra mokykloje. Reikia įvertinti miegą, sveikatą, šeimos aplinkybes ir kitus veiksnius.

Tačiau negalima automatiškai atmesti ir dienos metu sukauptos įtampos. Phung ir kolegų (2021) kokybiniame tyrime autiški vaikai ir jaunuoliai pasakojo apie išsekimą, perkrovą, sunkumą pradėti ar tęsti veiklą, stiprias emocines reakcijas ir atsitraukimą. Šis nedidelis tyrimas nenagrinėjo, kodėl reakcijos kartais išryškėja būtent grįžus namo, tačiau parodė, kiek daug vidinių vaiko patirčių suaugusieji gali nepastebėti.

Atlikta užduotis dar nepasako, kiek ji vaikui kainavo. Jei daugėja atliktų darbų, bet kartu stiprėja baimė, fiziniai negalavimai, išsekimas ar atsisakymas eiti į mokyklą, tai nėra ugdymo sėkmė. Psichikos sveikata ir saugumas turi būti svarbesni už trumpalaikį akademinį rezultatą. Praradus sveikatą, pažymiai nekompensuos padarytos žalos.



Jei susikaupia mėgstamai veiklai, kodėl nepradedu užduoties?

Ilgai išlaikomas dėmesys mėgstamai veiklai nereiškia, kad mokinyš gali taip pat lengvai jį nukreipti į bet kurią kitą užduotį. Monotropizmo teorija autistišką dėmesį aiškina kaip polinkį giliai susitelkti į mažesnę interesų sferą, todėl perėjimas prie kitos informacijos ar veiklos gali pareikalauti daug pastangų. Mokykloje nuolat keičiasi dalykai, žmonės, instrukcijos ir aplinka. Gebėjimas valandų valandas gilintis į dominančią temą savaime neatsako, kaip lengva iš jos persijungti.

Ar susikaupimas yra tik valios klausimas?

Dwyerio ir kolegų (2024) klausimynų tyrime dalyvavo 492 suaugusieji: autistiški, autistiški ir turintys ADHD, turintys ADHD bei palyginamosios įprasto neurotipo grupės dalyviai. Neuroskirtingi dalyviai nurodė daugiau intensyvaus susitelkimo ir neatidumo patirčių. Gilus įsitraukimas galėjo būti malonus bei produktyvus, bet kartais trukdė kasdienybei. Tyrimas nepatvirtina visos monotropizmo teorijos ir nėra atliktas su mokiniais, tačiau skatina atsargiau vertinti priekaištą: „Kai nori, susikaupti gali.“

Sunkumas pradėti veiklą taip pat nebūtinai reiškia valios trūkumą. Buckle ir kolegų (2021) grupinėse diskusijose 32 autistiški suaugusieji pasakojo apie autistišką inerciją – sunkumą pradėti, sustabdyti ar pakeisti veiksmą net tada, kai patys to norėjo. Kai kuriems padėdavo kito žmogaus pradėtas pirmasis žingsnis ar parama pereinant prie naujos veiklos, o netinkamu metu ar spaudžiant kartojami raginimai galėjo sunkumą dar padidinti. Šie suaugusiųjų pasakojimai neapibūdina kiekvieno vaiko, tačiau padeda paklausti tiksliau: mokinyš nenori pradėti ar jam sunku pradėti be pagalbos?

Kaip interesas gali padėti mokytis?

Interesai gali tapti tiltu į mokymąsi. Rebecca Wood (2021) penkiose Anglijos pradinėse mokyklose nagrinėjo 10 autistiškų vaikų patirtis, taip pat kalbėjosi su mokyklų darbuotojais, tėvais ir autistiškais suaugusiais. Tyrimo aprašytose situacijose, kai intensyvūs interesai padėjo mokytis, bendrauti ir veikti savarankiškiau, nors dalis darbuotojų juos vertino kaip kliūtį. Praktikoje interesą galima plėsti kaip besišakojantį medį. Nuo „Teletabijų“ istorijos filmuke pereiti prie teksto supratimo, rašymo, kelionės planavimo, spalvų ar gyvūnų. Domėjimasis kamuoliais gali padėti skaičiuoti, lyginti dydžius, tyrinėti judėjimą, pažinti sportą ar net fiziką ir istoriją. Pažįstama tema sumažina pradžios barjerą ir suteikia prasmę naujai informacijai.

Ar kiekvieną interesą reikia paversti pamoka?



Ne kiekvienas interesas turi būti paverstas atlygiu ar mokymąja priemone. Vaikui reikia ir veiklos, kuri yra vertinga vien todėl, kad teikia džiaugsmo, ramina ar leidžia būti savimi. Stiprybės nėra tik būdas „apeiti“ sunkumus. Jas verta auginti todėl, kad jos yra žmogaus tapatybės ir visaverčio gyvenimo dalis.

Koks yra tikrasis užduoties tikslas?

Prieš pritaikant užduotį verta tiksliai įvardyti, ko mokome ar ką vertiname. Jei tikriname istorijos žinias, rašymas ranka gali būti papildomas barjeras, pavyzdžiui, turint disgrafiją. Mokinyš galėtų atsakyti kompiuteriu, pasirinkti atsakymą, parodyti chronologinę seką ar paaiškinti žodžiu. Jei pamokos tikslas yra mokytis rašyti ranka, šio reikalavimo pašalinti negalime, tačiau galime keisti teksto apimtį, priemonę, tempą ir pagalbą.

Ko iš tikrųjų mokome ir ką vertiname?

Mokymosi tikslas ir būdas jį pasiekti nėra tas pats. Pritaikymas nereiškia, kad užduotį automatiškai palengviname. Kartais

mokiniui reikia labai aiškios instrukcijos, bet sudėtingo matematinio uždavinio. Kitam reikia mažesnių žingsnių, daugiau kartojimo ir ilgesnio laiko tam pačiam gebėjimui išmokyti. Pagalbos kiekis savaime nepasako, ar mokymosi tikslas per lengvas, ar per sunkus.

Ar kiekviena užduotis turi būti naujas iššūkis?

Mokiniui reikia galimybių kartoti, pritaikyti žinias kitoje situacijoje ir atlikti tai, ką jau moka. Ne kiekviena užduotis turi tikrinti naują gebėjimą. Nuolatinis darbas ties galimybių riba greitai išsekina ir neleidžia pajusti kompetencijos. Sėkmės patirtis nėra tuščias pagyrimas – tai reali patirtis, kad pastangos ir tinkama pagalba leidžia pasiekti rezultatą.

Prieš skirdami darbą galime sau užduoti penkis klausimus:

- Koks vienas svarbiausias šios užduoties tikslas?
- Kokie papildomi reikalavimai gali trukdyti mokiniui parodyti žinias?
- Kokią pagalbą jis jau moka priimti ir kuri anksčiau veikė?
- Kaip mokinys galės pranešti, kad nesupranta, pavargo ar jam reikia pertraukos?
- Iš ko spėjame ne tik apie rezultatą, bet ir apie jo savijautą bei mokymosi kainą?

Ar mažiau pagalbos visada reiškia pažangą?

Pagalbos mažinimas savaime nėra pažangos matas. Kai vaikas gali atlikti daugiau veiksmų pats, suteikiame tam erdvės. Tačiau nuo triukšmo saugančios ausinės, rašytinė instrukcija, alternatyvioji komunikacija ar galimybė spausdinti gali likti reikalingos ir augant gebėjimams. Akiniai tapus veiksmingiems, jų neatimame norėdami patikrinti, ar žmogus jau „pakankamai savarankiškas“. Panašiai ir ugdymo priemonės vertinamos pagal barjerą, kurį jos mažina.

Sėkmė su pagalba gali reikšti, kad pagalba veikia. Vis dėlto vaiko būseną, aplinką ir užduotys keičiasi, todėl pritaikymus reikia stebėti. Tai, kas padeda ramioje individualioje veikloje, nebūtinai padės triukšmingoje klasėje, o tai, kas veikė pernai, šiemet gali būti nebereikalinga arba jau nepakankama. Individualizavimas ir pritaikymai nėra vieną kartą parengtas dokumentas. Tai nuolatinis stebėjimas, bendradarbiavimas ir pagalbos keitimas pagal realų vaiko poreikį.

Mokytojui, dirbančiam su visa klase, neįmanoma kiekvieną kartą nuo pradžių kurti atskiros sistemos. Todėl padeda bendri, visiems prieinamesni darbo principai: trumpesnės ir nuoseklios instrukcijos, užrašytas veiksmų planas, aiškūs pavyzdžiai, nuspėjami perėjimai, keli atsiskaitymų ar atsakymo būdai ir galimybė paprašyti pauzės. Daliai mokinių to pakaks. Kitiems reikės labiau individualios pagalbos. Komandos dalijimasis tuo, kas veikia, mažina ir vaiko, ir suaugusiųjų krūvį.

Ką laikome pažanga?

Pažanga nėra tik daugiau teisingų atsakymų ar mažiau suaugusiojo pagalbos. Fiksuojame, ką mokinys išmoko, kokiomis sąlygomis tuo pasinaudojo ir kaip jautėsi. Svarbūs ir mažiau matomi pokyčiai: mokinys drąsiau klausia, atpažįsta didėjančią įtampą, priima pagalbą, pasirenka tinkamą priemonę,

greičiau atsigauna po sunkios situacijos ar išlieka įsitraukęs neaukodamas visos likusios dienos.

Ar specialistas visada žino atsakymą?

Specialistai taip pat gali suklysti. Kartais šeima ieško kito paaiškinimo ne todėl, kad nenori priimti išvados, o todėl, kad ši išvada nepaaiškina vaiko sunkumų arba pasiūlyta pagalba neveikia. Geras specialistas nėra tas, kuris visada iš karto žino atsakymą. Jis geba išgirsti šeimą ir patį vaiką, tikrinti savo prielaidas, bendradarbiauti, o faktams rodant ką kita – keisti kryptį.

Ar atlikta užduotis visada reiškia sėkmę?

Viena sunkiausių pamokų ypač aktuali vaikams, patiriantiems didesnių iššūkių: psichikos ir fizinė sveikata nėra kaina, kurią galima mokėti už akademinį rezultatą. Ir tai nėra tik intelekto negalią turinčių ar mažai kalbančių mokinių problema. Išsekęs, nuolat grėsmę jaučiantis žmogus negali tvariai pasinaudoti net labai gerais gebėjimais.

Prieš nusprenddami, kad autistiškas mokinys nenori ar negali išmokyti, turime patikrinti, kas jam trukdo pasinaudoti tuo, ką jis geba. Galbūt neaiški užduotis, triukšmas, nuovargis, ankstesnė nesėkmė, per didelė įtampa ar pagalbos būdas, kuris jam netinka.

Teorija tampa prasminga tik tuomet, kai keičia kasdienę praktiką: klausimas pateikiamas aiškiau, vaikui paliekama laiko atsakyti, komanda pasidalija tuo, ką jau žino, o atliktos užduotys ir išbuvimas mokykloje nebevertinami atskirai nuo vaiko savijautos. Kartais būtent tokie, iš pirmo žvilgsnio nedideli sprendimai leidžia pamatyti gebėjimus, kuriuos iki tol slėpė vaikui neprieinamos sąlygos.

Literatūra ir kiti šaltiniai

1. Buckle, K. L., Leadbitter, K., Poliakoff, E., & Gowen, E. (2021). "No way out except from external intervention": First-hand accounts of autistic inertia. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 631596. Prieiga internete: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2021.631596/full>
2. Courchesne, V., Meilleur, A.-A. S., Poulin-Lord, M.-P., Dawson, M., & Soulières, I. (2015). Autistic children at risk of being underestimated: School-based pilot study of a strength-informed assessment. *Molecular Autism*, 6, Article 12. Prieiga internete: <https://link.springer.com/article/10.1186/s13229-015-0006-3>
3. Dwyer, P., Williams, Z. J., Lawson, W. B., & Rivera, S. M. (2024). A trans-diagnostic investigation of attention, hyper-focus, and monotropism in autism, attention dysregulation hyperactivity development, and the general population. *Neurodiversity*, 2. Prieiga internete: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/27546330241237883>
4. McKinlay, M., Thorpe, D., Cage, E., Grainger, C., Jasper, C., & Stewart, M. E. (2025). A systematic review: Which psycho-social-environmental factors do autistic students identify as being important for positive experiences in mainstream secondary school? *Autism*, 29(3), 566–578. Prieiga internete: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/13623613241285974>
5. Phung, J., Penner, M., Pirlot, C., & Welch, C. (2021). What I wish you knew: Insights on burnout, inertia, meltdown, and shutdown from autistic youth. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 741421. Prieiga internete: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2021.741421/full>
6. Shanker, S. (2021, March 11). Self-Reg: The basics. The MEHRIT Centre. Prieiga internete: <https://self-reg.ca/the-basics/>
7. Wilson, A. C. (2024). Cognitive profile in autism and ADHD: A meta-analysis of performance on the WAIS-IV and WISC-V. *Archives of Clinical Neuropsychology*, 39(4), 498–515. Prieiga internete: <https://academic.oup.com/acn/article/39/4/498/7286382>
8. Wood, R. (2021). Autism, intense interests and support in school: From wasted efforts to shared understandings. *Educational Review*, 73(1), 34–54. Prieiga internete: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/00131911.2019.1566213>

Straipsnio autorė Laura Valionienė



Eglė Kairelytė-Sauliūnienė

**Kaip ugdyti
autistiško
paauglio
savarankiškumą?**

Ne kartą teko bendrauti su tėvais, kurie bemiegėmis naktimis suka galvą dėl savo vaikų ateities. „Ar jis gebės gyventi savarankiškai, kai mūsų nebebus?“ – klausimas, kurį ne vienas tėvas ar mama sau užduoda, kai vaikas artėja prie pilnametystės. Prisipažinsiu, ne vieną ilgą naktį dėl to turėjau ir greičiausiai dar tikrai turėsiu ir aš. Pasakysiu, kokį atsakymą sau radau. Savarankiškumas. Taigi šiame straipsnyje ir aptarsiu, kaip autistiškiems paaugliams galima padėti tapti savarankiškesniems ir kokių įgūdžių jiems reikėtų ugdyti. Pasikalbėkime apie tai ir galbūt visi kartu turėsime ne tik ramesnes naktis, bet ir ramesnį gyvenimą.

Kodėl savarankiškumo ugdymas toks svarbus?

Savarankiškumo ugdymas autistiškam jaunuoliui yra ne tik svarbus, bet ir būtinas. Net ir tie autistiški jaunuoliai, kurie yra itin gabūs, realaus gyvenimo situacijose gali stokoti esminių adaptacinių įgūdžių, o juk būtent jie leidžia sėkmingai įsitraukti į visuomenę. Moksliniai tyrimai rodo, kad nepriklausomai nuo intelekto koeficiento autistiški žmonės gali turėti reikšmingų adaptacinių sunkumų. Tai reiškia, kad turime aktyviai ugdyti ne tik akademinis, bet ir kasdienio gyvenimo įgūdžius.

Bet kokį mokymo planą reikėtų pradėti nuo esamos situacijos įvertinimo. Kokie įgūdžiai jau yra? Kokie dar reikalingi? Adaptacinio elgesio vertinimo metodikos, tokios kaip ABAS-II, SIB-R ir VABS-II, gali padėti nustatyti stipriąsias ir silpnąsias vietas. Tačiau net jei šių metodikų neišmanote ir vertinimo įrankių nemokate taikyti, galite ir patys atsakyti į kelis pagrindinius klausimus:

- Ar šis įgūdis yra svarbus pagal jaunuolio amžių ir realias gyvenimo aplinkybes?

- Ar artimiausiais metais jam keisis gyvenamoji aplinka? Jei taip, kokių įgūdžių reikės naujoje aplinkoje?

- Ar galima savarankiškumo mokymą integruoti į esamą ugdymo programą?

Socialiniai įgūdžiai ir bendravimas

Ne mažiau svarbu padėti paaugliui išmokyti tinkamai bendrauti ir spręsti socialines situacijas. Juk net stiprūs akademiniai ar praktiniai įgūdžiai nedaug padės, jei žmogus nemokės kreiptis pagalbos, išreikšti savo poreikių ar pasakyti „ne“, kai to reikia. Viena iš didžiausių problemų, su kuria susiduria autistiški jaunuoliai, – kaip tinkamai reaguoti į nepažįstamas situacijas. Ką daryti, jei parduotuvėje neranda norimo produkto? Kaip užsisakyti maisto kavinėje? Kaip parašyti oficialų el. laišką mokytojiui ar klasiokui? Tai įgūdžiai, kurie neatsiranda savaime, todėl jų reikia kryptingai mokyti per praktinius pavyzdžius ir realias situacijas.

Naudojimasis viešuoju transportu

Viena iš svarbiausių sričių, kurioje autistiški paaugliai gali tapti savarankiškesni, – gebėjimas naudotis viešuoju transportu. Nors atrodo, kad važiuoti autobusu ar traukiniu nėra sudėtinga, ši veikla susideda iš daugybės smulkių žingsnių: maršruto sudarymo, tinkamos stotelės pasirinkimo, bilietų pirkimo, laiko planavimo ir net atsarginio plano, jei transportas vėluoja ar nuvažiuoji ne ten. Labai svarbu vaiką mokyti atpažinti stoteles, stebėti aplinką, taip pat žinoti, ką daryti, jei pasiklysta ar nežino, kur išlipti. Telefonas su navigacijos programėle gali būti puiki pagalba ugdant šį įgūdį.

Naudojimasis telefonu

Naudojimasis telefonu – vienas svarbiausių įgūdžių, kurio autistiškam jaunuoliui gali prireikti kasdien. Jis susijęs ne tik su socialine komunikacija, bet ir su saugumu. Kaip paskambinti artimiesiems, jei nutinka nenumatyta situacija? Kaip parašyti žinutę, jei negali ar nediršta kalbėti? Kaip susirasti informacijos internete ar naudotis navigacijos programėlėmis? Be to, verta mokyti, kaip tinkamai prižiūrėti savo telefoną: reguliariai jį pakrauti, saugiai nešiotis ir nepamiršti, kur jį padėjo.

Prisipažinsiu, kai mano dukra išmoko naudotis telefonu, tai ne

tik stipriai palengvino mūsų visų gyvenimą ir sumažino mano stresą, bet ir suteikė daugiau pasitikėjimo jai pačiai.

Maisto gaminimas ir sveika mityba

Jei jaunuolis mokės pats pasigaminti bent kelis paprastus patiekalus, tai bus didelis žingsnis link savarankiškumo. Nereikia pradėti nuo sudėtingų receptų – pradėkite nuo mokymo pasidaryti sumuštinį, pasigaminti salotų ar išsivirti makaronų. Dar svarbiau – padėti suprasti, kaip planuoti pirkinius, skaityti produktų etiketes, pasirinkti sveikus produktus ir atkreipti dėmesį į maisto tinkamumo vartoti datą. Virtuvėje būtina ir saugumo tema: kaip tinkamai naudotis peiliu, virykle ar kepti patiekalus orkaitėje, kad būtų išvengta pavojų.

Mano dukra labai dažnai mums gamina vakarienę. Patikėkite, jausmas neįtikėtinas.

Namų tvarkymas ir higiena

Namų švara ir asmeninė higiena – dar viena sritis, kuri tiesiogiai veikia savarankišką gyvenimą. Kai kurie tėvai natūraliai perima visus tvarkymo darbus (prisipažinsiu, aš – viena

tokių), tačiau verta prisiminti, kad kuo daugiau atsakomybės duosime vaikui, tuo geriau jis jausis ateityje. Galime padėti susidaryti tvarkymosi grafiką, mokyti, kaip išsiskalbti drabužius ir palaikyti savo kambario tvarką. Higiena taip pat ypač svarbi paauglystėje. Kaip naudotis dezodorantu, reguliariai plauti plaukus, valyti dantis, rūpintis veido ir kūno oda? Tai kasdieniai įgūdžiai, bet jei jų neugdysime, jų tiesiog nebus.

Svarbiausia – nedideli, bet nuoseklūs žingsniai

Tai tik keli svarbūs įgūdžiai, galintys palengvinti gyvenimą jums ir jūsų vaikui. Tiesa ta, kad savarankiškumo ugdymas reikalauja daug darbo, tačiau tai – investicija į ateitį. Kiekvienas išmoktas įgūdis – dar vienas žingsnis į savarankišką gyvenimą. Pradėkite nuo mažų dalykų: vieną savaitę mokykite naudotis kalendoriumi, kitą – užsisakyti maisto kavinėje. Pasaulis kupinas netikėtų iššūkių, bet kartu – ir galimybių. Padėkime savo vaikams joms pasiruošti.

Straipsnio autorė Eglė Kairelytė-Sauliūnienė

Edukologė, elgesio analitikė, VšĮ „Abos centras“ steigėja ir vadovė





Lengvai suprantama kalba

- Vaikai auga. Jie tampa paaugliais, o vėliau – suaugusiais žmonėmis.
- Tėvams gali kilti klausimas: Ar mano vaikas užaugęs galės gyventi savarankiškai?
- Atsakymas prasideda nuo kasdienių įgūdžių. Jų galima mokytis jau vaikystėje ir paauglystėje.
- Nebūtina visko išmokti iš karto. Geriausia pradėti nuo mažų žingsnių.
- Savarankiškam gyvenimui reikia mokėti bendrauti su kitais žmonėmis.
- Pavyzdžiui, svarbu mokėti:
 - pasisveikinti;
 - užduoti klausimą;
 - paprašyti pagalbos;
 - pasakyti, ko nori arba ko nenori;
 - pasakyti, kad kažko nesupranti.
- Šių įgūdžių galima lavinti kasdienėse situacijose.
- Pavyzdžiui, parduotuvėje paauglys gali pats paklausti darbuotojo, kur rasti norimą prekę.
- Viešuoju transportu galima pradėti važiuoti kartu.
- Pirmiausia išsiaiškinkite:
 - kur yra stotelė;
 - kuriuo autobusu važiuoti;
 - kur išlipti;
 - kaip telefone rasti maršrutą.
- Vėliau paauglys gali vis daugiau veiksmų atlikti pats.
- Taip pat reikia aptarti netikėtas situacijas. Ką daryti, jeigu autobusas neatvažiuoja? O jeigu išlipi ne toje stotelėje?

- Paauglys turi žinoti, kam gali paskambinti ir paprašyti pagalbos.
- Telefonas gali padėti kasdienėse situacijose.
- Reikėtų išmokti:
 - paskambinti artimam žmogui;
 - atsiliepti į skambutį;
 - parašyti žinutę;
 - naudotis žemėlapiu;
 - rasti reikalingą informaciją;
 - paskambinti pagalbos tarnyboms.
- Taip pat verta aptarti, kada reikia kreiptis pagalbos.
- Maistą galima pradėti gaminti nuo paprastų patiekalų.
- Pavyzdžiui:
 - pasidaryti sumuštinį;
 - išsivirti makaronų;
 - pasigaminti košę;
 - pašildyti maistą mikrobangų krosnelėje;
 - iškepti paprastą patiekalą orkaitėje.
- Kartu aptarkite ir saugumą. Parodykite, kaip saugiai naudotis peiliu, virykle ir orkaite.
- Taip pat galima kalbėtis apie sveikesnius maisto pasirinkimus.
- Kasdieniai darbai padeda pasiruošti gyvenimui savarankiškai.
- Paauglys gali prisidėti prie namų ruošos:
 - susitvarkyti savo kambarį;
 - išplauti indus;
 - išnešti šiukšles;
 - išskalbti drabužius;
 - padėti atlikti kitus namų darbus.

- Geriau pradėti nuo vienos užduoties. Kai ją išmokstama atlikti, galima pridėti kitą.
- Rūpinimasis savimi taip pat yra svarbi savarankiškumo dalis.
- Reikia išmokti:
 - išsivalyti dantis;
 - nusiprausti;
 - išsitrinkti galvą;
 - naudoti dezodorantą;
 - pasirūpinti švariais drabužiais.
- Iš pradžių suaugęs žmogus gali parodyti, kaip tai padaryti. Vėliau paauglys gali užduotis atlikti pats.
- Savarankiškumo ugdymas užtrunka.
- Kartais tą pačią užduotį reikia kartoti daug kartų. Tai normalu.
- Svarbu pastebėti net ir mažą pažangą.
- Jeigu anksčiau tėvai atlikdavo visą užduotį, o dabar paauglys vieną jos dalį padaro pats, tai jau yra svarbus žingsnis.
- Tėvų užduotis – ne viską padaryti už vaiką. Jie gali parodyti, padėti ir suteikti galimybę pabandyti.
- Po truputį paauglys gali perimti vis daugiau kasdienių darbų. Taip jis ruošiasi suaugusio žmogaus gyvenimui.

The background is a solid purple color. There are four yellow lightning bolt shapes scattered across the page. One is in the top left, one in the top right, one in the bottom left, and one in the bottom right. Each lightning bolt has a slight shadow effect, making it appear to be floating or slightly offset from the background.

Laura Valionienė

Energijos biudžetas autizmo kontekste

Gebėjimas kažką padaryti dar nepasako, kiek tai kainuoja. Autistiškas žmogus gali mokytis, dirbti, bendrauti, dalyvauti šeimos gyvenime ar išbūti visą dieną mokykloje, tačiau tam sunaudoti tiek sensorinių, socialinių, fizinių ir pažintinių resursų, kad po to jų beveik nebelineka. „Energijos biudžetas“ nėra medicininis matas. Tai praktinis būdas pastebėti, kas sekina, kas padeda atsistatyti, kada atsiranda pirmieji signalai ir ką galima pakeisti dar prieš perkrovai tampant krize [1]. Autistiški žmonės gali šį būdą taikyti patys, o tėvai, mokytojai ir specialistai

– dalytis atsakomybe pastebėti bei planuoti.

Energiją atima ne vien sunkios veiklos

Kontrolinis darbas, minia, konfliktas ar ilga kelionė gali akivaizdžiai kainuoti daug jėgų. Tačiau energiją gali atimti ir iš pirmo žvilgsnio paprasti dalykai: kelių žodinių instrukcijų sekimas, veiklų keitimas, foninių garsų filtravimas, laukimas nežinant, kas bus, greito atsakymo poreikis ar bandymas atrodyti ramiai, kai iš tikrųjų taip nesijauti.

Skirtingų sričių tyrimai padeda suprasti, kodėl taip gali būti. Sensorinių patirčių tyrimai rodo, kad įprasta aplinka kai kuriems autistiškiems žmonėms gali būti pernelyg intensyvi ar sunkiai filtruojama [2]. Vykdomųjų funkcijų tyrimai padeda paaiškinti, kodėl planuoti, pradėti, baigti ir keisti veiklas kartais reikia daugiau pastangų [3]. Autistiškų žmonių pasakoji-

Kur dingsta energija mokykloje?

Viena pamoka – daug energijos praradimo šaltinių.



„Išbuvo pamokoje“ dar nepasako, kiek ta pamoka kainavo.

mai apie maskavimąsi atskleidžia dar vieną nematomą kainą: kartais žmogus ne tik atlieka veiklą, bet ir slepia, kiek ji jam sudėtinga [4].

Viena pamoka mokykloje gali apimti visus šiuos reikalavimus. Taip pat gali kainuoti šeimos vakarienė, vizitas pas gydytoją, viešasis transportas, vaizdo skambutis ar susitikimas su žmonėmis, kurie tikisi lengvo ir spontaniško bendravimo. „Jis susitvarkė“ dar nėra pakankama informacija. Reikia klausti: kiek tai kainavo ir kas vyksta po to?

Tas pats dalykas vieną kartą padeda, kitą – išsekina

Nėra universalus atsistatymą padedančių veiklų sąrašas. Vienam žmogui pabuvimas viename gali būti palengvėjimas, kitam – vienišumas. Judėjimas vieną gali reguliuoti, kitą išvarginti. Ypatingas interesas gali padėti giliai atsistatyti, tačiau kartu apsunkinti staigų perėjimą prie kitos veiklos. Bendravimas taip pat gali suteikti jėgų, kai jis pasirinktas, nuspėjamas ir vyksta su žmonėmis, kuriems nereikia nuolat aiškintis [8].

Todėl bendri patarimai dažnai nepataiko į esmę. „Pailsėk“, „išeik į lauką“, „daugiau pabendrauk“ ar „pabandyk pakenkti“ kai kuriomis aplinkybėmis gali būti naudingi. Tačiau tai savaime nereiškia, kad jie tinka šiam žmogui šiandien.

Naudingesnis klausimas – kas vyksta po veiklos? Ar po jos žmogus jaučiasi ramesnis, turi daugiau galimybių būti ryšyje ir daryti tai, kas jam svarbu? O gal jam reikia atsitraukti, jis tampa dirglesnis, praranda žodžius, kelias valandas miega arba kitą dieną turi mažiau jėgų? Atsistatymas vertinamas ne pagal tai, ar veikla iš šalies atrodo „sveika“, o pagal tai, ar ji

iš tiesų sumažina kainą konkrečiam žmogui.

Kūnas dažnai pastebi pirmas

Energija retai baigiasi visiškai be signalų, tačiau juos ne visada lengva atpažinti. Kai kurie autistiški žmonės alkį, skausmą, nuovargį, įtampą ar kylantį nerimą pastebi tik tada, kai šie pojūčiai jau labai stiprūs. Interocepcijos, arba vidinių kūno signalų suvokimo, tyrimai rodo, kad kai kuriems autistiškiems žmonėms jis gali skirtis, nors skirtingų amžiaus grupių ir tyrimų rezultatai nėra vienodi [5].

Pirmieji ženklai gali būti fiziniai: galvos skausmas, pykinimas, pavargusios akys, raumenų įtampa, didėjantis poreikis atsitraukti nuo garso ar žmonių. Jie gali būti pažintiniai: sunku rasti žodžius, prisiminti paprastus žingsnius, pasirinkti, atsakyti į įprastą klausimą. Gali būti ir socialiniai: žmogus kalba mažiau, tampa neįprastai tiesmukiškas, stengiasi išlikti mandagus, nors tam jau reikia daug pastangų, nebežiūri į akis ar staiga nori pabūti vienas.

Šie ženklai neturėtų virsti dar vienu reikalavimu: „Dabar tiksliai pasakyk, ką jauti.“ Kartais pirmas žingsnis yra pastebėti dėsnį, vėliau. Kas vyko prieš sunkų momentą? Ko iš žmogaus jau buvo pareikalauta? Kas padėjo bent šiek tiek? Taip pamažu gali atsirasti kalba, suvokimas apie poreikius, kurių perkrovos metu žmogus dar neturėjo.

Ne visos perkrovos atrodo vienodai

Laikinas išsekimas, išlydis, autistinis atsiribojimas ir autistinis perdegimas nėra keturios tvarkingos stadijos. Tai nėra ir tarpusavyje pakeičiamos diagnozės. Šios būsenos gali persi-

Ne visos perkrovos atrodo vienodai

Skirtingos būsenos, panašios priežastys, bet skirtingos išraiškos.



Kiekvienas žmogus gali patirti skirtingas būsenas, skirtingu metu ir skirtingais deriniais.

Mano energijos žemėlapis

Kiekvieno žmogaus energijos žemėlapis individualus. Tai pavyzdys.



dengti ir skirtingiems žmonėms atrodyti labai nevienodai. Išlydis nėra vaiko pasirinkimas būti „sunkiu“. Atsiribojimas nereikia, kad žmogui nerūpi. Vienas žmogus gali verksti, šaukti, ginčytis, bėgti ar nebevaldyti judesių. Kitas gali nutilti, lėtai reaguoti, nebegalėti kalbėti ar atrodyti tarsi nutolęs. Abi reakcijos gali atsirasti tada, kai reikalavimai viršija turimus resursus [6].

Svarbus klausimas yra ne vien „Kaip tai sustabdyti?“ Reikia klausti: kas vyko prieš tai? Kas vyko, kur išnaudoti vidiniai resursai? Kokios pagalbos trūko? Ką galima sumažinti dabar? Autistinio perdegimo tyrimai ir pačių autistiškų žmonių pasakojimai rodo tą patį įspėjimą: kai visko perteklius tęsiasi ilgai, o atsistatymo ir pagalbos nepakanka, žmogus gali net prarasti anksčiau turėtus gebėjimus. O pats perdegimas ir atsistatymas gali užtrukti kelis mėnesius ar net kelis metus [7]. Neturėtume laukti, kol žmogus akivaizdžiai palūš. „Bet gi taip reikia“, „Vis tiek turės...“, „Kitaip nebus“ netenka prasmės, kai net ir daug gebėjimų turėjęs žmogus staiga jų netenka, fiziškai nebegeba pasirūpinti net baziniais savo poreikiais, kai žmogus yra kaip „atviras nervas“ ar tiek išsekęs, jog nebepakyla iš lovos. Tuomet šeimos ir asmenys jau klausia: „Kada baigsis šis košmaras?“, „O ką dabar daryti?“ Būtų daug paprasčiau, jei pastarąjį klausimą užduotume laiku.

Atsistatymas yra plano dalis

Atsistatymas nėra vien laikas, kuris lieka po sunkios dienos. Dažnai jį reikia sąmoningai saugoti, planuoti, jog jo būtų pa-

kankamai. Vienam žmogui gali padėti tyla, mažiau šviesos, pažįstama veikla, stimai, ypatingas interesas, nuspėjama rutina, laikas su patikimu žmogumi ar jokių socialinių reikalavimų neturintis laikas. Kitam reikės kitokio derinio. Autistiški suaugusieji vienatvę ir stimulus apibūdina kaip galimus reguliacijos bei atsistatymo būdus, tačiau nė vienas jų nėra universalus receptas [8, 9].

Miegas yra vienas svarbus bendro vaizdo elementas. Sisteminga apžvalga parodė, kad autistiški suaugusieji daugelyje subjektyvių ir objektyvių miego rodiklių susiduria su didesniais sunkumais nei neautistinės palyginamosios grupės [12]. Tai nereiškia, kad nuovargį reikia aiškinti vien autizmu ar vien miegu. Tačiau kai atsistatyti tampa sunku, verta įvertinti miegą kartu su kasdieniais reikalavimais, sensorinėmis sąlygomis, fizine ir psichine sveikata.

Jei nuovargis atsiranda staiga, tampa labai stiprus ar lydimas fizinių simptomų, reikia medicininio įvertinimo, o ne spėjimo. Jei žmogus kiekvieną vakarą ir savaitgalį tik bando tapti pakankamai funkcionalus kitai savaitei, energijos biudžetas neveikia. Kąkas turi kainuoti mažiau, pagalbos turi būti daugiau arba atsistatymui turi atsirasti daugiau apsaugotos vietos.

Šaukštų teorija – lėtinėmis ligomis ir negalia gyvenančių žmonių bendruomenėse paplitusi metafora, padedanti paaiškinti, kad kasdienis pajėgumas nėra beribis [13]. Ji nepasako, kiek „šaukštų“ žmogus turi, tačiau gali padėti planuoti ne tik veiklas, bet ir atsistatymą, paliekant resursų nenumatytiems sunkumams.

Daliai autistiškų žmonių reikia daug daugiau laiko atsistatymui nei įprastam neurotipui. Taip atsiranda poreikis dirbti ne visą dieną, ne visas savaitės dienas ar mokyklą lankyti ne 5 dienas per savaitę.

Keiskite vieną dalyką ir stebėkite

Energijos žemėlapis tampa naudingas tada, kai yra konkretus. Nebandykite iš karto suprasti visko. Pasirinkite vieną pasikartojančią situaciją: paskutinės pamokas, rytinį apsirengimą, savaitinį darbo susitikimą, apsipirkimą ar grįžimą namo po svečių.

Pažiūrėkite, kas vyksta prieš situaciją, jos metu, iš karto po jos ir kitą dieną. Sunkiausia gali būti ne pati veikla. Galbūt tai triukšmingas perėjimas prieš ją, laiko pavalgyti nebuvimas, nežinojimas, kas dalyvaus, reikalavimas kalbėti nepasiruošus ar atsistatymo nebuvimas po jos.

Tuomet, jei įmanoma, pakeiskite vieną veiksnį. Žodines instrukcijas papildykite rašytinėmis. Sumažinkite perėjimų skaičių. Padarykite planą nuspėjamesnį. Leiskite naudoti ausines. Leiskite atsakyti vėliau. Prieš kitą reikalavimą suteikite kelias ramias minutes. Tikslas nėra vienu bandymu sukurti tobulą sistemą. Tikslas yra išmokyti, kas iš tikrųjų keičia kainą.

Strategija nėra savaime gera vien todėl, kad vaikas tampa tylėnis, greičiau paklūsta ar nustoja rodyti stiprius jausmus. Ji padeda tada, kai žmogus yra saugesnis, geriau pažįsta save, geriau pasitelkia turimus gebėjimus, gali tvariau dalyvauti gyvenime.

Kartais biudžetą reikia planuoti kartu

Perkrautas vaikas ne visada gali paaiškinti, kas vyksta, ypač tuo metu, kai tai vyksta. Suaugusiojo užduotis nėra viską atspėti. Jo užduotis – pirmiau tapti smalsiam, o tik po to taisyti. Tai gali reikšti sustoti, užuot didinus spaudimą; stebėti pasikartojančius dėsningumus; klausti vaikai prieinama forma – žodžiais, paveikslėliais, raštu, gestais, komunikatoriumi ar siūlant pasirinkimus. Tai gali reikšti tėvų, mokytojų ir specialistų pastebėjimų palyginimą, o prie sprendžiamo klausimo grįžti tada, kai vaikas jau gali išsakyti savo nuomonę.

Mokykloje tai nėra paprasta. Vienas mokytojas gali turėti daug mokinių ir per mažai pagalbos. Tai nėra vaiko kaltė, ir vien mokytojo kaltinimu problema neišsprendžiama. Autistiškų mokinių patirčių apžvalgos rodo, kad daugeliui jaunų žmonių bendrojo ugdymo mokykla yra sudėtinga bei daug socialinių reikalavimų kelianti aplinka [10]. Įtraukusis ugdymas reikalauja autizmo specifiką suprantančių žinių ir aplinkos pritaikymų, o ne vilties, kad vien mokytojo geranoriškumo pakaks sisteminei problemai išspręsti [11].

Vieni vaikai visą dieną mokykloje laikosi, o namuose palūžta. Kiti sunkumus parodo dar mokykloje, nes jų riba pasiekama būtent ten. Abiem atvejais pradėti verta nuo to paties: nemanyti, kad elgesys pats save paaiškina. Klausti, ką žmogaus nervų sistema bando parodyti ir ką galima pakeisti aplink jį. Pilnas kalendorius dar nepasako, ar diena yra įveikiama. Dvi valandos gali būti lengvos arba nepakeliamos, priklausomai nuo sensorinės aplinkos, nežinomybės, socialinių lūkesčių, fizinės sveikatos, prieinamos pagalbos ir to, kas vyko prieš

tai. Planuoti pagal kainą nereiškia prašyti iš žmogaus mažiau įsitraukti į gyvenimą. Tai reiškia sudaryti galimybę dalyvauti neprašant ignoruoti savo kūno, slėpti poreikių ar prarasti ryšį su savimi vien tam, kad pavyktų išbūti.

Literatūra

1. Bertilsdotter Rosqvist, H., Hultman, L., & Hallqvist, J. (2023). Energy management: Experiences of young autistic adults in work, leisure activities and relationships. *Alter*, 17(3), 25–38. Prieiga internete: <https://journals.openedition.org/alterjdr/2429>
2. Robertson, A. E., & Simmons, D. R. (2015). The sensory experiences of adults with autism spectrum disorder: A qualitative analysis. *Perception*, 44(5), 569–586. Prieiga internete: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1068/p7833>
3. Demetriou, E. A., Lampit, A., Quintana, D. S., Naismith, S. L., Song, Y. J. C., Pye, J. E., Hickie, I. B., & Guastella, A. J. (2018). Autism spectrum disorders: A meta-analysis of executive function. *Molecular Psychiatry*, 23(5), 1198–1204. Prieiga internete: <https://www.nature.com/articles/mp201775>
4. Field, S. L., Williams, M. O., Jones, C. R. G., & Fox, J. R. E. (2024). A meta-ethnography of autistic people's experiences of social camouflaging and its relationship with mental health. *Autism*, 28(6), 1328–1343. Prieiga internete: <http://journals.sagepub.com/doi/10.1177/13623613231223036>
5. Klein, M., Witthöft, M., & Jungmann, S. M. (2025). Interoception in individuals with autism spectrum disorder: A systematic literature review and meta-analysis. *Frontiers in Psychiatry*, 16, 1573263. Prieiga internete: <https://www.frontiersin.org/journals/psychiatry/articles/10.3389/fpsy.2025.1573263/full>
6. Lewis, L. F., & Stevens, K. (2023). The lived experience of meltdowns for autistic adults. *Autism*, 27(6), 1817–1825. Prieiga internete: <https://autismspectrumresearch.com/wp-content/uploads/2023/01/accepted-version-the-lived-experience-of-meltdowns-for-autistics-adults.pdf>
7. Raymaker, D. M., Teo, A. R., Steckler, N. A., Lentz, B., Scharer, M., Delos Santos, A., Kapp, S. K., Hunter, M., Joyce, A., & Nicolaidis, C. (2020). "Having all of your internal resources exhausted beyond measure and being left with no clean-up crew": Defining autistic burnout. *Autism in Adulthood*, 2(2), 132–143. Prieiga internete: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1089/aut.2019.0079>
8. Neville, F., Sedgewick, F., McClean, S., White, J., & Bray, I. (2026). Reacting, retreating, regulating, and reconnecting: How autistic adults in the United Kingdom use time alone for well-being. *Autism in Adulthood*, 8(1), 79–89. Prieiga internete: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1089/aut.2024.0148>
9. Kapp, S. K., Steward, R., Crane, L., Elliott, D., Elphick, C., Pellicano, E., & Russell, G. (2019). "People should be allowed to do what they like": Autistic adults' views and experiences of stimming. *Autism*, 23(7), 1782–1792. Prieiga internete: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1362361319829628>
10. Horgan, F., Kenny, N., & Flynn, P. (2023). A systematic review of the experiences of autistic young people enrolled in mainstream second-level schools. *Autism*, 27(2), 526–538. Prieiga internete: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/13623613221105089>
11. Petersson-Bloom, L., & Holmqvist, M. (2022). Strategies in supporting inclusive education for autistic students: A systematic review of qualitative research results. *Autism & Developmental Language Impairments*, 7, 23969415221123429. Prieiga internete: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/23969415221123429>
12. Morgan, B., Nageye, F., Masi, G., & Cortese, S. (2020). Sleep in adults with autism spectrum disorder: A systematic review and meta-analysis of subjective and objective studies. *Sleep Medicine*, 65, 113–120. Prieiga internete: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1389945719302576?via%3Dihub>
13. Miserandino, C. (2003). The Spoon Theory. Prieiga internete: <https://butyoudontlookick.com/articles/wri>

Straipsnio autorė Laura Valionienė



Kas jums atrodo tiek mažai, mums yra labai daug.

Vienkartinė

1,2% nuo GPM

Pasirinkite sumą:

5€

10€

20€

50€

100€

200€

Enter amount between 1 - 100000

Skirti paramą

Autistiškų žmonių teisė gyventi bendruomenėje ir mokytis kartu su kitais: JT rekomendacijos Lietuvai



Jungtinių Tautų Asmenų su negalia teisių komitetas, įvertinęs, kaip Lietuva įgyvendina Asmenų su negalia teisių konvenciją, pripažino šalies pažangą, tačiau atkreipė dėmesį į vis dar išliekantį autistiškų žmonių atskyrimą. 2026 m. rugpjūčio 27 d. paskelbtose baigiamosiose pastabose pažymima, kad vaikams, turintiems didesnių pagalbos poreikių, trūksta globos šeimos aplinkoje alternatyvų, o bendrojo ugdymo mokyklose tebeveikia segreguotos specialiosios klasės.

Kiek vykdomos reformos iš tiesų keičia žmogaus kasdienį gyvenimą? Persikėlimas į mažesnius globos namus ar mokymasis bendrojo ugdymo mokykloje savaime dar neparodo, ar autistiškas žmogus gauna jam reikalingą pagalbą ir turi daugiau galimybių visavertiškai dalyvauti bendruomenėje. Ką JT rekomendacijos reiškia autistiškiems žmonėms ir kokių pokyčių jos reikalauja iš Lietuvos, analizuoja Lietuvos autizmo asociacijos „Lietaus vaikai“ tyrėja Laura Naudžiūnaitė.

19 straipsnis. Kokia pagalba leidžia gyventi bendruomenėje?

Komitetas pažymėjo, kad Lietuvoje trūksta galimybių užtikrinti globą šeimos aplinkoje autistiškiems vaikams, kuriems reikia

daugiau pagalbos, todėl šie vaikai apgyvendinami institucijose. Lietuva raginama kurti kiekvieno žmogaus poreikius atitinkančias alternatyvas institucinei globai ir užtikrinti jų finansavimą. Rekomendacija apima ir autistiškus suaugusiuosius, kuriems reikia intensyvesnės pagalbos. Atskirai išskiriami ir autistiški vaikai bei suaugusieji, turintys ypač didelių pagalbos poreikių. Šias patirtis ir pagalbos stoką liudija ir mūsų „Lietaus vaikų“ bendruomenės istorijos.

Taip pat svarbu padėti šeimoms, kad institucinės globos apskritai neprireiktų. Ženevoje Lietuvos delegacija pripažino, kad pagalba šeimoms, auginančioms vaikus su negalia, būdavo suteikiama per vėlai, todėl vienam iš artimųjų tekdavo pasitraukti iš darbo rinkos.

Pagalba turi būti suteikiama laiku ir nenutrūkti pradėjus ją teikti. Tačiau net augant finansavimui to užtikrinti nepavyksta. Komitetas nurodė, kad negalios reformai skiriamos lėšos nuo daugiau kaip 226 mln. eurų 2020 m. didėja iki planuojamų 687 mln. eurų 2026 m., tačiau kartu pažymėjo, kad 2024 m. daliai žmonių su negalia asmeninė pagalba nutrūko dėl finansavimo stokos. Vadinas, bendras lėšų augimas dar negarantuoja, kad kasdien reikalinga paslauga bus teikiama be pertrūkių. Todėl Lietuvai rekomenduojama užtikrinti stabilų asmeninės pagalbos finansavimą, o jos apimtį grįsti individualiai įvertintais poreikiais.

Vis dėlto net ir suteikus paslaugą lieka klausimas, kiek sprendimų priima pats žmogus. Tai aiškiai išryškėjo Lietuvos delegacijos ir Komiteto pirmininkės pavaduotojos Amalia Gamio Ríos dialogo. Delegacijai pristačius didžiųjų vaikų globos įstaigų



uždarymą ir vaikų apgyvendinimą mažesniuose globos namuose, apibūdintuose kaip artimuose šeimos aplinkai, Amalia Gamio Ríos atkreipė dėmesį, kad perkėlimas iš vienos institucijos į kitą nėra deinstitutionalizacija, ir teiravosi, kaip Lietuva taiko 2022 m. Komiteto parengtas deinstitutionalizacijos gaires. Atsakydama delegacija pabrėžė, kad pertvarka turi keisti ir globos turinį, bei aptarė darbuotojų kompetencijų stiprinimą ir pagalbą šeimoms.

Baigiamosiose pastabose Komitetas šią problemą įvardijo konkrečiai – pertvarkant įstaigas į mažesnes gyventojų grupes išlieka institucinės rutinos, darbuotojų trūkumas ir individualaus pasirinkimo stoka. Susirūpinimas išsakytas ir dėl grupinio gyvenimo namų, kuriuos neretai steigia pačios globos institucijos, neužtikrinamos gyventojams tikro pasirinkimo, kur ir su kuo gyventi.

Dar 2017 m., aiškindamas teisę gyventi savarankiškai, Komitetas pabrėžė žmogaus galimybę kontroliuoti savo kasdienybę ir jam teikiamą pagalbą. Institucinis gyvenimo būdas gali išlikti ir nedideliame būste, jeigu už gyventoją nusprendžiama, su kuo jis gyvens, kas jam padės ir kokiai dienotvarkei turės paklusti. Autistiškam žmogui galimybė spręsti dėl savo kasdienybės gali reikšti, kad jis gali pasitraukti iš triukšmingos patalpos, atsisakyti nemalonios veiklos ir bendrauti jam priimtiniu būdu. Kai žmogus nekalba, jo pasirinkimams suprasti gali reikėti individualių komunikacijos priemonių ir jį pažįstančių darbuotojų pagalbos.

24 straipsnis. Kaip autistiškas vaikas dalyvauja mokyklos gyvenime?

Švietimo srityje Komitetas atkreipė dėmesį į segreguotas specialiąsias klases, kurios bendrojo ugdymo mokyklose tebeveikia įvairiapusių raidos sutrikimų turintiems mokiniams, įskaitant autistiškus vaikus. Lietuvos delegacijos paaiškinimas, kad šiai grupei atskirų mokyklų nėra, neatsako į klausimą apie atskirimą pačios mokyklos viduje. Vaikas gali lankyti bendrąją mokyklą, tačiau mokytis atskiroje klasėje ir turėti ribotas galimybes dalyvauti bendroje veikloje.

Vertinti šių vaikų padėtį sunku ir pagal bendrus įtraukties rodiklius. Komitetas pabrėžė, kad dažnai minimas maždaug 90 proc. rodiklis apibūdina platesnę specialiųjų ugdymosi poreikių turinčių mokinių grupę. Jo pateiktais duomenimis, pagal negalią skaičiuojamas rodiklis 2025 m. siekė 59,1 proc.

Atotrūkį tarp nustatytų poreikių ir suteiktos pagalbos rodo Valstybės kontrolės 2026 m. auditas – aplankytose mokyklose 56 proc. vertintų mokinių negavo visų rekomenduotų švietimo pagalbos specialistų paslaugų. Šis rodiklis apima platesnę mokinių grupę, tačiau konkretų autistiško mokinio atvejį atskleidė ir lygių galimybių kontrolieriaus 2025 m. spalio 13 d. sprendimas dėl pasiekimų patikrinimo. Pritaikymai buvo numatyti specialistų pažymoje ir mokyklos direktoriaus įsakyme, tačiau Nacionalinė švietimo agentūra jų neužtikrino.

Komitetas taip pat išreiškė susirūpinimą dėl augančio mokymo namie masto ir pranešimų apie spaudimą šeimoms. Lietuvos švietimo duomenimis, tarp pavienio mokymosi forma ir savarankišku mokymosi organizavimo būdu besimokančių mokinių, kurių specialiųjų ugdymosi poreikių priežastis priskirta

įvairiapusių raidos sutrikimų kategorijoms, padaugėjo nuo 61 mokinio 2020–2021 mokslo metais iki 125 mokinių 2024–2025 mokslo metais. Šie skaičiai savaime neįrodo išstūmimo iš mokyklos, tačiau pagrindžia poreikį išsiaiškinti, kokiomis aplinkybėmis priimami sprendimai dėl ugdymo namie. Ar šeima renka siūlomą tinkamiausią mokymosi būdą, ar prisitaiko prie mokykloje neprieinamos pagalbos?

Panašus atsakomybės klausimas kyla siūlant mokinį perkelti dėl tariamai neproporcingos sąlygų pritaikymo naštų. Komitetas pažymėjo aiškių jos vertinimo kriterijų stoką ir rekomendavo tokius kriterijus nustatyti, o jų nesant – nutraukti perkėlimo praktiką. Autistiško mokinio sunkumai mokykloje turėtų paskatinti pirmiausia įvertinti, kokios sąlygos jam sudarytos ir ar suteikta reikalinga pagalba. Kitaip atsakomybė už nepritaikytą ugdymą gali būti perkelta pačiam vaikui ir jo šeimai.

Todėl rekomendacijų įgyvendinimą turės parodyti faktiškai suteikta individualizuota pagalba ir jos poveikis mokinio dalyvavimui. Pagalba turi išlikti prieinama ir tęsiant mokslą – Komitetas rekomenduoja panaikinti su negalia susijusios specializuotos švietimo pagalbos amžiaus ribą bei gerinti aukštojo mokslo, profesinio ir suaugusiųjų mokymo prieinamumą. Autistiško žmogaus poreikiai savaime neišnyksta sulaukus pilnametystės, o pagalbos praradimas gali apriboti jo tolesnį mokymąsi.

Kas pasikeis autistiškų žmonių gyvenime?

Rekomendacijų įgyvendinimą parodys ne priimti dokumentai ar įgyvendintų reformų skaičius, o tai, ar autistiški žmonės gauna reikalingą pagalbą, gali mokytis kartu su kitais ir patys pasirinkti, kur bei su kuo gyventi. Vertinant pokyčius būtina išgirsti ir tuos žmones, kuriems reikia daugiau pagalbos bendraujant, kad jų patirtys ir poreikiai neliktų nematomi.

Nors kitą Lietuvos ataskaitą preliminarai numatyta teikti tik 2040 m., gyvenimo bendruomenėje klausimą Komitetas priskyre prie sričių, kuriose būtina imtis skubių priemonių. Todėl laukti kito tarptautinio vertinimo negalima. Tikrasis rekomendacijų svoris paaiškės iš to, ar jos virs sprendimais, kuriuos autistiški žmonės ir jų šeimos pajus savo kasdieniame gyvenime. Aut. Laura Naudžiūnaitė



**Finansuoja
Europos Sąjunga**

Projektas „MATOMI“: įtraukiojo švietimo ir bendruomeninės pagalbos stiprinimas autistiškiems žmonėms finansuojamas Europos Sąjungos programos #VERTA lėšomis. Tačiau išreikštas požiūris ar nuomonės yra tik autorius ir nebūtinai atspindi Europos Sąjungos arba Europos švietimo ir kultūros vykdomosios įstaigos (EACEA) požiūrį ar nuomones. Nei Europos Sąjunga, nei paramą teikianti institucija nėra už jas atsakinga.



Lengvai suprantama kalba

- 2026 m. rugpjūčio 27 d. Jungtinių Tautų Asmenų su negalia teisių komitetas paskelbė išvadas apie žmonių su negalia teisių padėtį Lietuvoje.
- Komitetas pripažino, kad Lietuva padarė pažangą. Tačiau atkreipė dėmesį į problemas, su kuriomis vis dar susiduria autistiški žmonės.
- Dvi svarbios sritys – galimybė gyventi bendruomenėje ir mokytis kartu su kitais vaikais.
- Kai kuriems autistiškiems vaikams ir suaugusiesiems reikia daug pagalbos. Lietuvoje ne visada yra galimybių tokiems žmonėms gyventi šeimos ar bendruomenės aplinkoje. Todėl dalis jų gyvena institucijose.
- JT Komitetas rekomenduoja Lietuvai kurti daugiau galimybių gyventi bendruomenėje ir užtikrinti joms reikalingą finansavimą. Svarbu padėti ir šeimoms. Pagalba turi būti suteikiama laiku ir neturėtų nutrūkti.
- Komitetas nurodė, kad negalios reformai skiriama vis daugiau lėšų. 2020 m. buvo skirta daugiau kaip 226 mln. eurų, o 2026 m. planuojama skirti 687 mln. eurų.
- Tačiau didesnis finansavimas dar nereiškia, kad žmogus visada gauna reikalingą pagalbą. Komitetas pažymėjo, kad 2024 m. daugiau žmonių su negalia asmeninė pagalba nutrūko dėl finansavimo stokos.
- Mažesni globos namai dar nereiškia savarankiško gyvenimo
- Žmogui neužtenka tiesiog pakeisti gyvenamąją vietą.
- Svarbu, kiek jis gali pats spręsti apie savo gyvenimą.
- Pavyzdžiui, ar žmogus gali pasirinkti:
 - su kuo gyventi;
 - kas jam padės;
 - kaip organizuoti savo dieną;
 - kokią veiklą pasirinkti.
- Autistiškam žmogui tai gali reikšti ir labai paprastus dalykus: galimybę pasitraukti iš triukšmingos patalpos, atsisakyti nemalonios veiklos ar pasirinkti jam tinkamą bendravimo būdą.

- Jeigu žmogus nekalba, jo pasirinkimus galima suprasti naudojant jam tinkamas komunikacijos priemones ir padedant jį gerai pažįstantiems žmonėms.
- Mokyklose taip pat išlieka atskyrimo problema.
- Bendrojo ugdymo mokyklose vis dar yra specialiųjų klasių mokiniams, turintiems įvairiapusių raidos sutrikimų, įskaitant autistiškus vaikus.
- Todėl vaikas gali lankyti bendrąją mokyklą, bet mokytis atskiroje klasėje ir mažiau dalyvauti bendrose veiklose.
- Vien to, kad vaikas yra bendrojo ugdymo mokykloje, neužtenka.
- Svarbu, ar jis iš tikrųjų gali dalyvauti bendrame mokyklos gyvenime.
- Ar vaikas gauna reikalingą pagalbą?
- Valstybės kontrolės 2026 m. auditas parodė, kad aplankytose mokyklose 56 proc. vertintų mokinių negavo visų jiems rekomenduotų švietimo pagalbos specialistų paslaugų.
- Tai nėra tik autistiškų mokinių problema. Tačiau autistiškiems vaikams pagalbos taip pat gali trūkti.
- JT Komitetas taip pat atkreipė dėmesį į augantį mokymosi namie mastą.
- Mokinių, kurių specialiųjų ugdymosi poreikių priežastis priskirta įvairiapusių raidos sutrikimų kategorijoms, skaičius padidėjo nuo 61 mokinio 2020–2021 mokslo metais iki 125 mokinių 2024–2025 mokslo metais.
- Šie skaičiai savaime neįrodo, kad vaikai buvo išstumti iš mokyklos. Tačiau kyla svarbus klausimas:
- Ar šeima pati pasirinko mokymąsi namie, ar taip nutiko todėl, kad mokykloje vaikui nebuvo suteikta reikalinga pagalba?
- Kai vaikui mokykloje sunku, pirmiausia reikėtų klausti, kokios pagalbos jam reikia ir ar mokykla ją suteikia.
- Pagalba neturi baigtis sulaukus 18 metų
- Autistiško žmogaus poreikiai savaime neišnyksta sulaukus pilnametystės.
- Todėl JT Komitetas rekomenduoja gerinti švietimo pagalbos prieinamumą ir suaugusiems – aukštojo mokslo, profesinio mokymo ir suaugusiųjų mokymosi srityse.
- Kas pasikeis autistiškų žmonių gyvenime?
- JT rekomendacijų įgyvendinimą parodys ne dokumentų ar reformų skaičius.

- Jį parodys kasdienis žmogaus gyvenimas.
- Ar autistiškas žmogus gauna reikalingą pagalbą?
- Ar gali mokytis kartu su kitais?
- Ar gali pats pasirinkti, kur ir su kuo gyventi?
- Ar jo nuomonė išgirstama?
- Svarbu išgirsti ir žmones, kuriems sunkiau bendrauti. Jų patirtys taip pat turi būti matomos.
- Kitą Lietuvos ataskaitą JT Komitetui preliminariai numatyta pateikti tik 2040 m. Tačiau gyvenimo bendruomenėje klausimą Komitetas priskyrė prie sričių, kuriose reikia imtis skubių priemonių.
- Todėl svarbiausia ne laukti kitos ataskaitos, o matyti pokyčius autistiškų žmonių kasdieniame gyvenime.



„Autizmas: kelionės pradžia“ – leidinys tėvams, auginantiems autistiškus vaikus.

Patikima informacija, specialistų įžvalgos ir šeimų patirtys padės geriau suprasti savo vaiką ir rasti atsakymus į kylančius klausimus apie komunikaciją, sensorinius ypatumus, savarankiškumą, emocinę gerovę ir kasdienius iššūkius.

Kad kelionės pradžioje būtų daugiau aiškumo ir mažiau nežinomybės. Esate ne vieni!



Visos prekės

Dovanos

Naujienos

Apie mus

Paremti

Lietuvos autizmo asociacijos „Lietaus vaikai“ parduotuvė

Apie mus, asociacijos veiklą, veiklą ir veiklą

Naujienos



Dovanos



Literatūra



Dovanos

Žiūrėti viską >

Nėra autizmo vaiko žvakė „Išskirti uogytės“
6.50€Nėra autizmo vaiko žvakė „Išskirti“
6.50€Nėra autizmo vaiko žvakė „Kaktusų
vazonėlis“
6.00€Nėra autizmo vaiko žvakė „Uogytės“
6.50€

Literatūra

Žiūrėti viską >

Knyga „Socialinių įrašų rinkinys gamė“
15.00€Nėra autizmo vaiko žvakė
„Saulėgrąža“ (kaktusai)
2.00€Nėra autizmo vaiko žvakė
„Saulėgrąža“
2.00€Nėra autizmo vaiko žvakė „Saulėgrąža“
15.00€

Čia galite įsigyti dovanų,
pagamintų socialinėse
dirbtuvėse, knygų,
nematomos negalios
juostelių "Saulėgrąža".

www.tomasiratomas.ltTOMAS &
ATOMAS