

Roman Nowakowski

Kształcenie kompetencji przez całe życie u osób ze spektrum autyzmu

WYZWANIA, DOBRE PRAKTYKI I PRZYKŁADY ROZWIĄZAŃ

W ostatnich latach widać wyraźny wzrost liczby dzieci i młodzieży z zaburzeniami ze spektrum autyzmu (ASD) uczęszczających do szkół ogólnodostępnych. Zmianom tym towarzyszy coraz większa świadomość społeczna, poparta badaniami naukowymi (Centers for Disease Control and Prevention, 2021). Specyfika funkcjonowania uczniów z ASD – zgodnie z kryteriami zawartymi w DSM-5 (American Psychiatric Association, 2013) i ICD-11 – obejmuje trudności w zakresie komunikacji społecznej oraz specyficzne wzorce zachowań czy zainteresowań. W praktyce szkolnej niejednokrotnie okazuje się, że tradycyjne metody dydaktyczne i organizacja przestrzeni nie są wystarczające, by w pełni sprostać zróżnicowanym potrzebom uczniów z ASD. Istotne jest systematyczne poszerzanie wiedzy kadry pedagogicznej oraz gotowość do wprowadzenia spersonalizowanych rozwiązań.

1. Główne teorie wyjaśniające przyczyny ASD

- **Koncepcja poznawcza.** Skupia się na ograniczeniach w teorii umysłu i koherencji centralnej. Uczniowie mogą mieć trudność z odczytywaniem intencji, emocji i perspektywy innych osób, co przekłada się na ich funkcjonowanie w klasie.
- **Koncepcja neuropsychologiczna.** Podkreśla istotną rolę nieprawidłowości w wybranych strukturach mózgu (np. płaty czołowe, mózdzek). Takie odmienności mogą rzutować na koordynację ruchową, procesy uwagowe czy zdolności planowania.
- **Koncepcja genetyczna.** Wskazuje na dziedziczne uwarunkowania spektrum autyzmu i możliwą obecność określonych genów zwiększających ryzyko wystąpienia ASD (Frith, 2008).

Zrozumienie tych podejść stwarza solidne podłoże do praktycznej pracy z uczniami – pozwala lepiej dostosować strategie edukacyjne i terapeutyczne, a także wspiera nauczycieli i rodziców w analizie trudności oraz potencjału dziecka.

2. Wyzwania w kształceniu kompetencji u osób ze spektrum autyzmu

2.1. Trudności w komunikacji i interakcjach społecznych

Uczniowie z ASD często przejawiają specyficzne zachowania w sytuacjach wymagających współpracy

z grupą. Mogą mieć trudności z inicjowaniem rozmowy, podtrzymywaniem kontaktu wzrokowego czy rozumieniem niewerbalnych sygnałów płynących od rówieśników. Prowadzi to do izolacji i nieporozumień, zwłaszcza w kontekście zabaw czy pracy w grupach projektowych.

2.2. Specyficzne potrzeby edukacyjne

Osoby z ASD nierzadko wymagają dostosowania warunków pracy w klasie. Pomocne bywają wizualne harmonogramy lekcji, ograniczenie bodźców rozpraszających czy odpowiednio zaprojektowana przestrzeń. Brak takich udogodnień może skutkować poczuciem zagubienia, stresu i obniżeniem motywacji do nauki.

2.3. Wysoki poziom stresu i trudności adaptacyjne

Intensywne bodźce dźwiękowe (np. hałas na korytarzu), większe grupy uczniów czy nieprzewidywalne zmiany w harmonogramie mogą stanowić poważne wyzwanie dla uczniów ze spektrum. Częste reakcje to wycofanie lub pobudzenie. Pojawiają się jako bariera w swobodnym uczestnictwie w codziennych aktywnościach szkolnych.

2.4. Stereotypy i brak zrozumienia

Nadal zdarza się, że niektórzy nauczyciele oraz rodzice mają niewystarczającą wiedzę na temat ASD. Stereotypowe przekonania (np. że dziecko „z autyzmem nie rozumie niczego” albo „nie potrafi nawiązać relacji”) utrudniają wprowadzenie rozwiązań sprzyjających edukacji włączającej. Dlatego istotne jest prowadzenie działań uświadamiających, aby środowisko szkolne było przyjazne i gotowe do współpracy.

3. Kształcenie kompetencji u osób ze spektrum autyzmu

3.1. Kompetencje społeczne

W Szkole Podstawowej im. Danuty Siedzikówny ps. „Inka” w Czarnem, w której pracuję szczególnie pomocne okazały się:

- **Trening Umiejętności Społecznych (TUS).** Realizowany w niewielkich grupach, gdzie uczestnicy ćwiczą rozpoznawanie emocji, rozwiązywanie konfliktów i rozumienie norm społecznych. W trakcie zajęć stosuje się scenki sytuacyjne, gry i zabawy interakcyjne.
- **Metoda Teacch.** Polega na uporządkowaniu przestrzeni, czasu i aktywności w taki sposób, aby uczeń

czuł się bezpiecznie. W praktyce oznacza to wyznaczanie wyraźnych stref do pracy, odpoczynku i zabawy, a także wprowadzenie wizualnych schematów (np. zadań do wykonania) i jasnych zasad pracy.

3.2. Kompetencje cyfrowe

W dobie intensywnego rozwoju nowych technologii warto wykorzystywać zainteresowanie uczniów z ASD narzędziami cyfrowymi. Warsztaty z robotyki, nauka programowania czy zajęcia z obsługi sprzętu komputerowego mogą stać się dla nich ważnym obszarem sukcesu, sprzyjając budowaniu pewności siebie. W pracy z uczniami z ASD często stosujemy także aplikacje i programy wspierające komunikację (systemy AAC), co bywa nieocenione w rozwoju umiejętności porozumiewania się.

3.3. Kompetencje samodzielności

Na etapie szkoły podstawowej niezwykle ważne jest kształtowanie umiejętności organizacji czasu, planowania działań czy zarządzania drobnymi wydatkami. Realizowane projekty klasowe (np. organizacja kiermaszu, przygotowanie klasowych gazetek) stwarzają okazję do praktycznej nauki i zwiększają wiarę we własne możliwości.

3.4. Kompetencje zawodowe

W klasach starszych, szczególnie na poziomie szkoły ponadpodstawowej, kładziemy nacisk na doradztwo zawodowe dostosowane do specyfiki uczniów z ASD. Pozwala to odkrywać mocne strony i zainteresowania, a następnie dobierać adekwatne praktyki lub staże. Również współpraca z pracodawcami otwartymi na neuroróżnorodność jest dla naszych uczniów wielkim atutem, ponieważ daje im możliwość sprawdzenia się w naturalnych warunkach pracy.

4. Spersonalizowane wsparcie i uczenie się przez całe życie

4.1. Koncepcja lifelong learning

Przekonanie o potrzebie ciągłego rozwoju kompetencji stanowi fundament w edukacji uczniów z ASD. Chcemy, by młodzi ludzie rozumieli, że nauka nie kończy się wraz z uzyskaniem świadectwa czy dyplomu, ale trwa przez całe życie. Uczestnictwo w różnych formach kształcenia – od kursów artystycznych, przez szkolenia branżowe, aż po samodzielne rozwijanie pasji – służy zarówno doskonaleniu zawodowemu, jak i lepszemu radzeniu sobie w społeczeństwie.

4.2. Znaczenie indywidualizacji metod pracy

Każdy uczeń z ASD ma inną wrażliwość, tempo przyswajania informacji i charakterystyczny profil mocnych stron. Dlatego w szkole regularnie organizujemy spotkania zespołów nauczycieli, psychologów i rodziców w celu dostosowania treści edukacyjnych i warunków nauki. Daje to możliwość szybkiej reakcji na pojawiające się trudności i wprowadzania niezbędnych zmian w realizowanych planach pracy.

4.3. Rola edukacji formalnej i nieformalnej

Oprócz standardowych lekcji (edukacja formalna) warto włączać uczniów w inicjatywy wykraczające poza szkolne mury: udział w warsztatach, wycieczki edukacyjne, spotkania ze specjalistami z różnych dziedzin czy kółka zainteresowań. Takie formy kształcenia nieformalnego rozwijają pasje i pozwalają odkryć różne konteksty wykorzystania zdobywanej wiedzy.

4.4. Technologie wspierające

Współcześnie stosowane narzędzia technologiczne, w tym aplikacje mobilne służące planowaniu zadań czy urządzenia wspomagające komunikację (tablety z oprogramowaniem AAC), znacznie ułatwiają funkcjonowanie uczniów z ASD. W naszej placówce zachęcamy do korzystania z takich rozwiązań również podczas lekcji, zwłaszcza, gdy uczniowie potrzebują wsparcia w porządkowaniu myśli, zapisywaniu ważnych informacji czy redukcji stresu.

5. Przykładowe rozwiązania organizacyjne i praktyczne w mojej szkole

5.1. Nauczyciel współorganizujący zajęcia dla ucznia z ASD

Obecność nauczyciela współorganizującego (czasem określanego mianem asystenta nauczyciela) pozwala na szybsze reagowanie w sytuacjach trudnych dla dziecka. Taka osoba może też pomóc w monitorowaniu stopnia realizacji zadań, wprowadzać modyfikacje w materiałach (np. drukowanie w większym formacie, użycie piktogramów) czy wspierać uczniów w kontaktach z rówieśnikami.

5.2. Rola fizjoterapeuty w edukacji uczniów z ASD

Wielu uczniów ze spektrum autyzmu zmaga się z nieprawidłowościami w zakresie przetwarzania sensorycznego lub motoryki. Zajęcia z fizjoterapeutą – ukierunkowane na poprawę napięcia mięśniowego, koordynacji oraz rozwijanie umiejętności ruchowych – pozytywnie wpływają na samopoczucie dzieci, a także na ich osiągnięcia w obszarach edukacji wymagających precyzji (np. pisanie, wycinanie).

5.3. Grupy wsparcia i wymiana doświadczeń

Raz w miesiącu organizujemy spotkania dla nauczycieli, na których można podzielić się obserwacjami i pomysłami z codziennej pracy z uczniami z ASD. Prowadzimy również warsztaty dla rodziców, omawiając postępy dziecka i wspólnie ustalając formy dalszej pomocy. Taka wymiana doświadczeń sprzyja budowaniu spójnej strategii edukacyjno-terapeutycznej.

5.4. Przykładowe sytuacje praktyczne

Przykład 1: Wsparcie w samodzielnym funkcjonowaniu w klasie

- **Sytuacja wyjściowa:** Uczeń (10 lat) często zapomina o zadaniach domowych i gubi przybory szkolne. Zdarza mu się reagować dezorientacją, gdy plan lekcji ulega zmianie.

- **Zastosowane metody:**
 - Wizualny plan dnia (tablica w klasie + planer indywidualny).
 - Kolorowe pudełka na przybory (dostosowane do określonych przedmiotów).
 - Pomoc nauczyciela współorganizującego w zapisywaniu zadań.
 - Wyznaczenie stałego miejsca w sali.
- **Efekty:** Zmniejszenie lęku przed niespodziewanymi zmianami, rzadsze gubienie materiałów i większa samodzielność w notowaniu poleceń.

Przykład 2: Rozwijanie umiejętności społecznych podczas przerw i zajęć grupowych

- **Sytuacja wyjściowa:** Uczeń (12 lat) rzadko bawi się z rówieśnikami, trudno mu dołączyć do wspólnych gier czy rozmów. Często dochodzi do nieporozumień słownych.
- **Zastosowane metody:**
 - Trening Umiejętności Społecznych (TUS) w małej grupie.
 - Scenki sytuacyjne i rozmowy o tym, jak reagować w typowych sytuacjach (np. zaproszenie do gry w piłkę).
 - Nauczyciel współorganizujący towarzyszy w momentach newralgicznych (np. dłuższe przerwy).
 - Jasne, przejrzyste zasady zabaw i gier.
- **Efekty:** Uczeń stopniowo zaczyna inicjować kontakt, częściej uczestniczy w działaniach grupowych. Zmniejsza się liczba sytuacji konfliktowych.

Przykład 3: Praca nad regulacją emocji i zachowaniami impulsywnymi

- **Sytuacja wyjściowa:** Uczeń (9 lat) reaguje krzykiem, gdy nie radzi sobie z zadaniem. Miewa ataki złości, podczas których jest trudny do uspokojenia.
- **Zastosowane metody:**
 - Tablica z emocjami, gdzie każdy poziom złości czy smutku jest obrazkowo przedstawiony.
 - Proste ćwiczenia relaksacyjne (oddechowe, z wykorzystaniem spokojnej muzyki).
 - Dzielenie dłuższych zadań na etapy, nagradzanie za każdy zrealizowany krok.
 - Kontrakt zachowania, który określa sposoby reagowania w sytuacji napięcia.
- **Efekty:** Mniejsze nasilenie wybuchów złości, większa umiejętność wyrażania niepokoju słowami. Poprawa relacji z rówieśnikami i nauczycielami.

Przykład 4: Integracja sensoryczna i fizjoterapia w codziennym planie zajęć

- **Sytuacja wyjściowa:** Uczeń (8 lat) przejawia nadwrażliwość na hałas, ma problemy z precyzyjnymi ruchami i często unika aktywności sportowych.

- **Zastosowane metody:**
 - Regularne zajęcia terapii SI (ćwiczenia z wykorzystaniem huśtawki terapeutycznej, piłek rehabilitacyjnych).
 - Możliwość korzystania ze słuchawek wyciszających w trakcie przerw.
 - Wsparcie fizjoterapeuty w doborze ćwiczeń wzmacniających mięśnie posturalne.
- **Efekty:** Zmniejszenie nadwrażliwości słuchowej, chętniejsze uczestnictwo w zabawach ruchowych i poprawa koncentracji na lekcjach.

6. Współpraca z otoczeniem – podejście wielospecjalistyczne

Wspólne działania nauczycieli, rodziców, pedagogów, psychologów i innych specjalistów (np. terapeutów zajęciowych) stanowią klucz do sukcesu edukacyjnego uczniów z ASD. Regularnie wymieniamy się informacjami na temat postępów dziecka, trudności czy zmian w jego funkcjonowaniu. Pozwala to na dynamiczne dostosowanie zajęć oraz szybkie reagowanie, gdy pojawiają się nowe wyzwania. Wspólna diagnoza i wsparcie budują zaufanie między szkołą a rodzinami uczniów, co w dłuższej perspektywie przekłada się na większą otwartość rodziców do wdrażania zaleceń specjalistów również w domu.

7. Przygotowanie do dorosłości i rynku pracy

Od momentu, kiedy uczniowie wchodzi w okres dorastania, koncentrujemy się na rozwoju ich świadomości zawodowej. Wprowadzamy elementy doradztwa zawodowego już w ostatnich klasach szkoły podstawowej, aby uczniowie mieli czas na poznanie różnych profesji i zrozumienie, jakie umiejętności będą im potrzebne w przyszłości. W przypadku uczniów z ASD szczególnie ważne jest dopasowanie przyszłej ścieżki kształcenia do indywidualnych zainteresowań i możliwości, ale też uwzględnienie ewentualnych ograniczeń natury sensorycznej czy społecznej.

W naszej szkole staramy się nawiązywać kontakty z lokalnymi firmami i instytucjami, które zgadzają się przyjąć uczniów na praktyki. Doświadczenia pokazują, że nawet krótka aktywność w realnym środowisku pracy potrafi znacząco wzmocnić wiarę we własne siły i ułatwić zrozumienie mechanizmów funkcjonowania zakładów pracy.

Z doświadczeń naszej szkoły wynika, że zindywidualizowane podejście do uczniów z ASD, wsparte współpracą wielospecjalistyczną, przynosi pozytywne rezultaty w zakresie rozwoju kompetencji społecznych, poznawczych i życiowych. Kluczowe znaczenie mają takie metody jak Trening Umiejętności Społecznych czy Metoda Teacch, a także zaangażowanie nauczyciela współorganizującego zajęcia oraz fizjoterapeuty.

Promowanie kształcenia przez całe życie (lifelong learning) pozwala uczniom z ASD dostrzec, że edukacja nie ogranicza się tylko do murów szkolnych, a umiejętność uczenia się może stać się solidnym fundamentem ich funkcjonowania w dorosłym życiu. Rozwijanie kompetencji zawodowych i samodzielności stanowi natomiast punkt wyjścia do skutecznego odnalezienia się na rynku pracy i w społeczeństwie.

Wdrożone w naszej placówce rozwiązania pokazują, że szkoła ogólnodostępna może być miejscem przyjaznym osobom z ASD, sprzyjającym ich rozwojowi i aktywnemu uczestnictwu w życiu społecznym. Ważne jest, by cała społeczność szkolna – nauczyciele, rodzice, uczniowie i specjaliści – miała wspólną wizję wspierania osób z autyzmem, opartą na zrozumieniu ich potrzeb oraz poszukiwaniu nowych, skutecznych form pracy.

Bibliografia:

- **American Psychiatric Association.** (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.)*. American Psychiatric Publishing.
- **Bernard-Opitz, V.** (2011). Computer-based interventions for children with autism. *Autism Spectrum Quarterly*, 6(1), 40-45.
- **Bogdanowicz, K., Kisiel, B., & Przasnyska, M.** (2012). *Jak pracować z uczniem z autyzmem i zespołem Aspergera w szkole ogólnodostępnej*. Wydawnictwo Ośrodka Rozwoju Edukacji.
- **Centers for Disease Control and Prevention.** (2021). Data & Statistics on Autism Spectrum Disorder. <https://www.cdc.gov/ncbddd/autism/data.html>
- **Frith, U.** (2008). *Autyzm. Wyjaśnienie tajemnicy*. Wydawnictwo Lekarskie PZWL.
- **Grynszpan, O., Weiss, P. L., Perez-Diaz, F., & Gal, E.** (2014). Innovative technology-based interventions for autism spectrum disorders: A meta-analysis. *Autism*, 18(4), 346-361.
- **Howlin, P., Baron-Cohen, S., & Hadwin, J.** (1999). *Teaching Children with Autism to Mind-Read: A Practical Guide*. John Wiley & Sons.
- **Kolakowski, A., Pisula, E., & Poznańska, A.** (2014). *Zachowania trudne u osób z autyzmem i zespołem Aspergera*. Wydawnictwo Uniwersytetu Warszawskiego.
- **Ostrowska, K.** (2017). *Uczeń z zespołem Aspergera w szkole ogólnodostępnej – wyzwania i rozwiązania*. Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Mikołaja Kopernika.
- **Pisula, E.** (2010). *Autyzm. Przyczyny, symptomy, terapia*. Wydawnictwo Harmonia.
- **Wing, L.** (1996). *The Autistic Spectrum: A Guide for Parents and Professionals*. Con

Roman Nowakowski

Fizjoterapeuta, nauczyciel współorganizujący zajęcia w Szkole Podstawowej im. Danuty Siedzikówny ps. „Inka” w Czarnem.



ZAJĘCIA NA FALI

Konkurs dla NAUCZYCIELI
województwa pomorskiego
na scenariusz zajęć o tematyce morskiej

Napisz scenariusz! Przeprowadź zajęcia otwarte!

Weź udział w konkursie!

TERMIN ZGŁOSZEŃ: 20.06.2025 r.



Adresatami konkursu są nauczyciele województwa pomorskiego wszystkich etapów kształcenia.

Celem konkursu jest: *propagowanie tematyki związanej z szeroko rozumianą edukacją morską, *powiązanie podstaw programowych poszczególnych przedmiotów szkolnych i innych zajęć edukacyjnych z zagadnieniami wynikającymi z nadmorskiego położenia naszego regionu, *rozwijanie kreatywności nauczycieli, *aktywizowanie pedagogów i uczniów do poznawania nadmorskiego potencjału Pomorza.

Pracę konkursową stanowi **scenariusz zajęć edukacyjnych o tematyce morskiej**, służący realizacji podstawy programowej, opracowany przez jednego nauczyciela. **Zajęcia** winny mieć charakter interdyscyplinarny.

Ocena prac konkursowych: prace będą oceniane osobno w czterech kategoriach, zgodnie z grupą wiekową adresatów zajęć: (1) przedszkole, (2) klasy I-III szkoły podstawowej, (3) klasy IV-VIII szkoły podstawowej, (4) szkoła ponadpodstawowa.

Zachęcamy do zapoznania się z **przykładowymi scenariuszami zajęć o tematyce morskiej** na stronie Pomorskiego Programu Edukacji Morskiej: https://tiny.pl/2_q0vpsz

Iwona Poźniak-Szewczyk

Konsultant ds. edukacji morskiej i projektów edukacyjnych, koordynator PPEM w PODN w Słupsku.



REGULAMIN KONKURSU