



Uniwersytet
SWPS



RESQL



UNIQA
FUNDACJA

Raport

Bullying

**Perspektywa osób neuroatypowych.
Szkolne doświadczenia neuroróżnorodności**

Autorzy raportu:

Łukasz Skorupski, Uniwersytet SWPS

dr hab. prof. USWPS Małgorzata Wójcik, Uniwersytet SWPS, RESQL

Krzysztof Rzeńca, Uniwersytet SWPS, RESQL

dr Radosław Kaczan, Uniwersytet SWPS, RESQL

dr Piotr Rycielski, Uniwersytet SWPS, RESQL

Mania Żurowska, Uniwersytet SWPS, RESQL

Katarzyna Pasiak, Uniwersytet SWPS, RESQL

Jarosław Loretz, RESQL

Ilustracje:

Wiktoria Rzeńca, Uniwersytet SWPS, RESQL

Spis treści

Wstęp	-----	5
Neuroróżnorodność	-----	6
Charakterystyka grupy badawczej	-----	12
Główne wskaźniki	-----	20
Rekomendacje	-----	42
Podsumowanie	-----	44



”

Widząc trudną sytuację osób neuroatypowych, cieszę się, że system RESQL może przyczynić się do poprawy ich sytuacji. Spójrzmy np. na takie zachowanie jak bicie i kopanie – w populacji w normie codziennie doświadcza takich zachowań 2% uczniów, jednak wśród neuroatypowych aż 8%.

Co zobaczymy, jeśli porównamy tu grupę szkół, która wprowadziła system RESQL ze wszystkimi jego elementami, do szkół, które systemu jeszcze nie uruchomiły? W szkołach, które nie wdrożyły systemu, bicia i kopania doświadcza 5,6% dzieci w normie i aż 24,8% uczniów neuroatypowych!

Krzysztof Rzeńca,
prezes zarządu RESQL Sp. z o.o.

Wstęp

Oddajemy w Państwa ręce kolejny raport z cyklu „Bullying – perspektywa osób neuroatypowych.”. W pierwszej edycji raportu skupiliśmy się głównie na samym zjawisku bullyingu i jego rozpowszechnieniu. Nowy raport stanowi kontynuację badań nad przemocą rówieśniczą, koncentrując się na szczególnej perspektywie osób neuroatypowych. Neuroróżnorodność to pojęcie, które zyskuje coraz większe znaczenie w debacie publicznej – wskazuje na naturalne zróżnicowanie w sposobie funkcjonowania układu nerwowego, przetwarzania informacji czy reagowania na bodźce. Mimo że termin ten coraz częściej pojawia się w przestrzeni edukacyjnej i społecznej, wciąż brakuje pogłębionej refleksji nad tym, jak uczniowie neuroatypowi doświadczają życia szkolnego, zwłaszcza w kontekście przemocy i relacji społecznych.

Raport opiera się na badaniu przeprowadzonym wśród 12 834 uczniów z ponad 80 szkół, które rozpoczęły wdrażanie systemu RESQL. Zebrane dane pokazują, że uczniowie neuroatypowi znacznie częściej niż ich rówieśnicy doświadczają bullyingu, wykluczenia, braku wsparcia i nieprzyjaznych reakcji. Częściej

zmagają się również z poczuciem samotności, obniżonym dobrostanem psychicznym, lękiem czy objawami somatycznymi wynikającymi z przewlekłego napięcia.

Wyniki badań wskazują, że neuroatypowi uczniowie są bardziej narażeni na negatywne konsekwencje szkolnych doświadczeń, a ich odmienność staje się czynnikiem ryzyka. Dlatego niezbędne jest tworzenie przestrzeni, w której różnorodność będzie traktowana jako zasób, a nie źródło problemów.

Celem niniejszego raportu jest nie tylko diagnoza sytuacji, ale także wyznaczenie kierunków działań wspierających uczniów neuroatypowych. Budowanie bardziej inkluzyjnej szkoły to warunek, by każdy uczeń – niezależnie od swojego sposobu funkcjonowania – mógł czuć się bezpiecznie, rozwijać swój potencjał i w pełni uczestniczyć w życiu wspólnoty szkolnej.

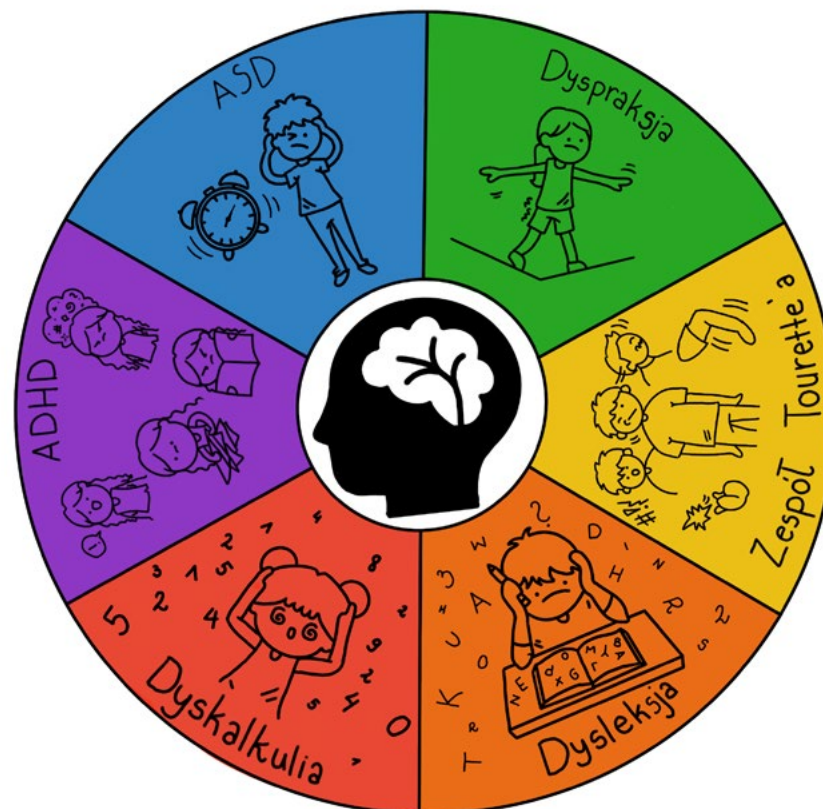
Neuro różnorodność

Definicja

Neuroróżnorodność

To określenie opisujące u ludzi różnorodność sposobów przetwarzania informacji o otoczeniu, w tym o innych osobach. Odnosi się do zróżnicowanego funkcjonowania układów nerwowych.

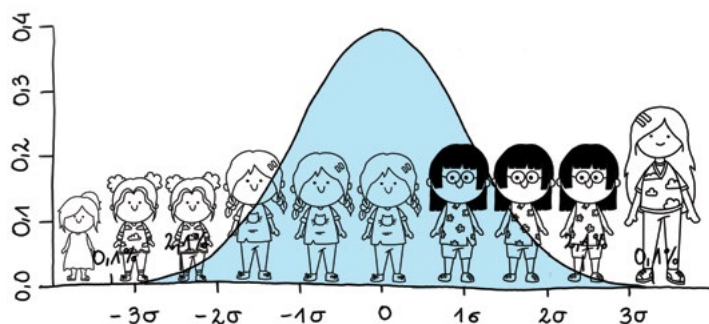
Podkreśla zróżnicowanie, unika diagnozy klinicznej i medykalizacji terminu.



Różnorodność tak, typowość nie

Różnorodność w populacji obserwujemy w zakresie każdej CECHY.

Nie tylko w stosunku do właściwości układu nerwowego. Cecha w populacji ma rozkład normalny. To oznacza, że najwięcej jest osób o średnim poziomie cechy.



Różnorodność występuje zawsze tam, gdzie pojawia się cecha. Nie tylko u ludzi, nie tylko w przypadku funkcjonowania mózgu. Paradoksalnie to **TYPOWOŚĆ jest pojęciem sztucznym i trudnym do zdefiniowania.**





”

Dobra klasa to taka, w której obowiązują jasne zasady, różnorodność jest traktowana jako wartość, a nauczyciel elastycznie dostosowuje metody pracy do potrzeb uczniów. Taki klimat sprzyja wszystkim – zwiększa dobrostan, zmniejsza liczbę konfliktów oraz wzmacnia zaangażowanie i motywację do nauki.

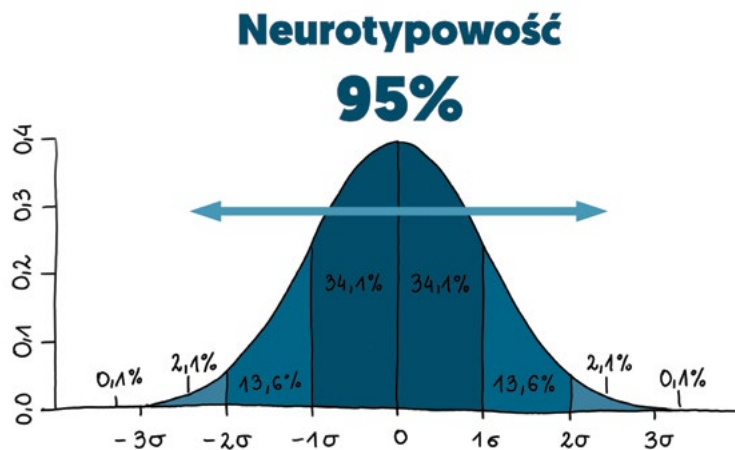
Dlatego nie tylko badamy doświadczenia osób neuroatypowych, lecz także tworzymy narzędzia wspierające wychowawców w zarządzaniu grupą i budowaniu pozytywnej atmosfery w klasach, do których uczęszczają uczniowie i uczennice o zróżnicowanych potrzebach edukacyjnych i rozwojowych.

dr hab. Małgorzata Wójcik
współautorka systemu RESQL

Osoby typowe

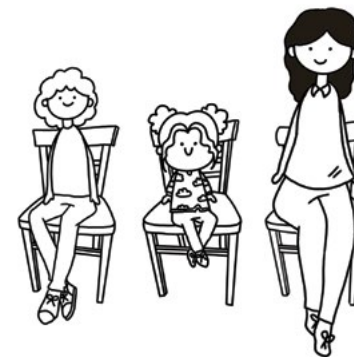
W psychologii typowość najczęściej określa się poprzez arbitralne wyznaczenie jakiegoś przedziału wokół wartości średniej (np. 95%) i uznanie mieszczących się w nim osób za typowe.

Takie podejście oczywiście uzależnia pojęcie typowości od populacji, na podstawie której typowość definiujemy.



Interakcja różnic indywidualnych – różnorodności ze środowiskiem

Bycie osobą typową albo atypową powiązane jest z cechami środowiska. Przykładowo, jeśli ktoś bardzo wrażliwy na hałas mieszka w cichym miejscu, może nie mieć świadomości, że jest osobą wyczuloną na głośne dźwięki.



Autopercepcja neuroróżnorodności

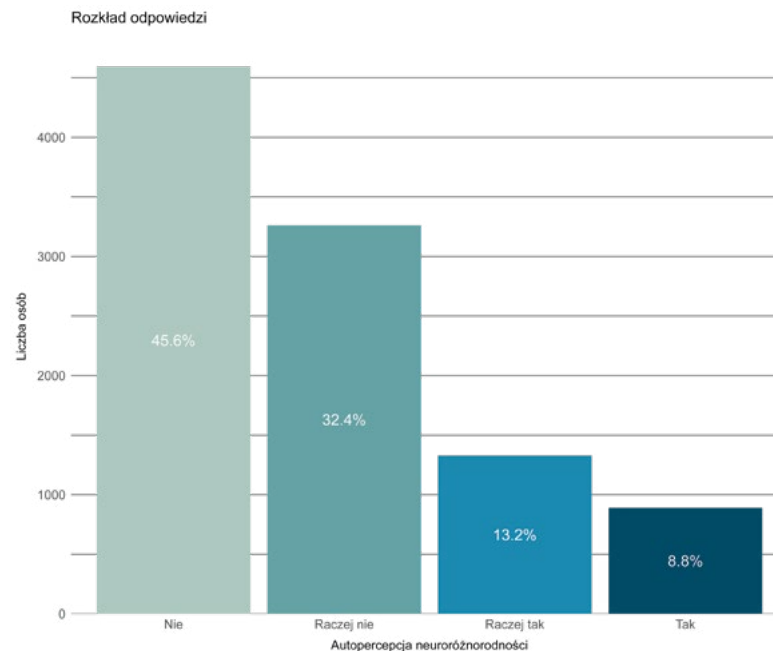


22%

**badanych osób jest mniej
lub bardziej przekonanych,
że należy do osób neuro-
atypowych.
Nie jest to zatem grupa
marginalna.**

Pytanie zadane osobom badanym:

Wiele mówi się teraz o neuroróżnorodności i osobach odmiennie przetwarzających informacje, o innych sposobach działania zmysłów. Zjawiska takie mogą występować u osób neuroatypowych. Czy podejrzewasz, że możesz być jedną z takich osób?



Charakterystyka grupy badawczej

Respondenci i liczebność grupy

W badaniu wzięło udział 12 834 uczniów z 88 szkół, które przystąpiły do projektu „Przerwij krąg przemocy” w roku 2024 i wdrożyły system RESQL. Jest to o tyle istotne dla wyników badania, że szkoły te, a w zasadzie ich kadry pedagogiczne, charakteryzują się świadomością istnienia i wagi problemu bullyingu. Przejawiają wolę i determinację przeciwdziałania temu zjawisku.

Anonimowe kwestionariusze dystrybuowane drogą elektroniczną były wypełniane na koniec semestru letniego w roku szkolnym 2024/2025.

Uczniowie wypełniali je na urządzeniach mobilnych lub komputerach osobistych. Średni czas wypełnienia ankiety wynosił 15 minut.

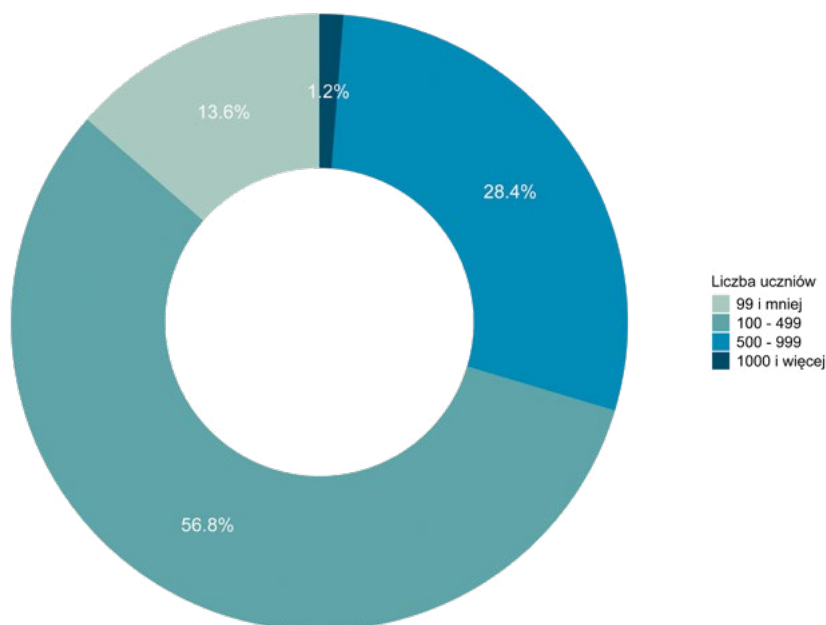


12 834
uczniów

88
szkół

Wielkość badanych szkół

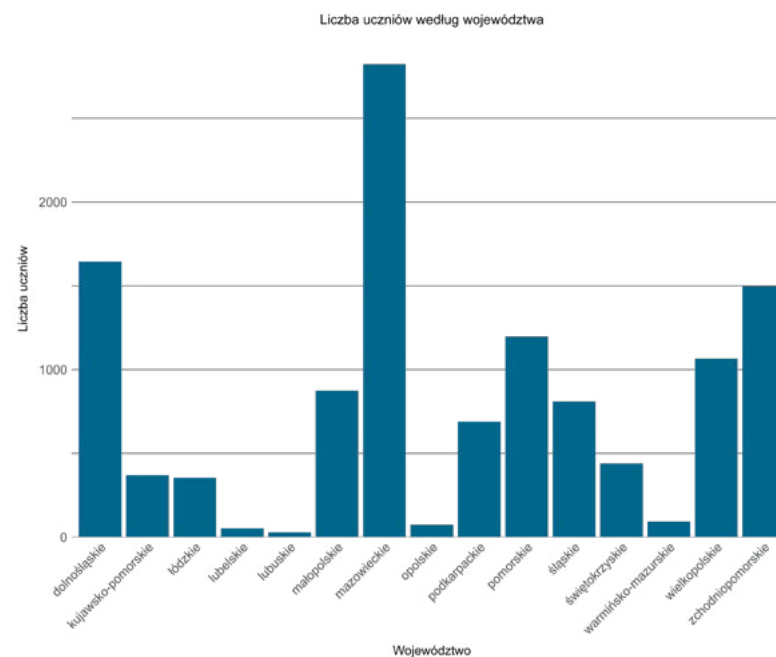
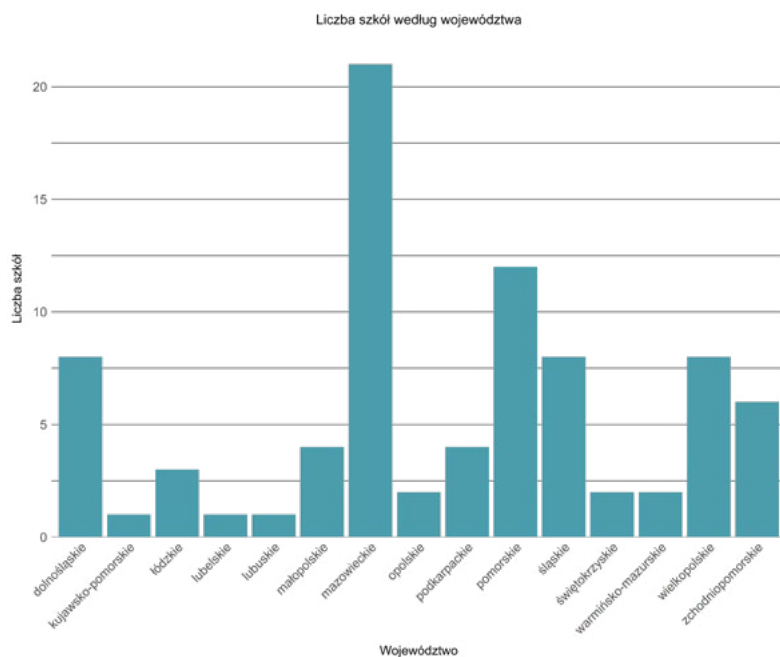
Procentowy rozkład respondentów według wielkości szkół, mierzonych liczbą uczniów



Szkoły biorące udział w badaniu były zróżnicowane pod względem wielkości: najmniejsza miała kilkudziesięciu uczniów, a największa blisko 1500.

Lokalizacja szkół Województwa

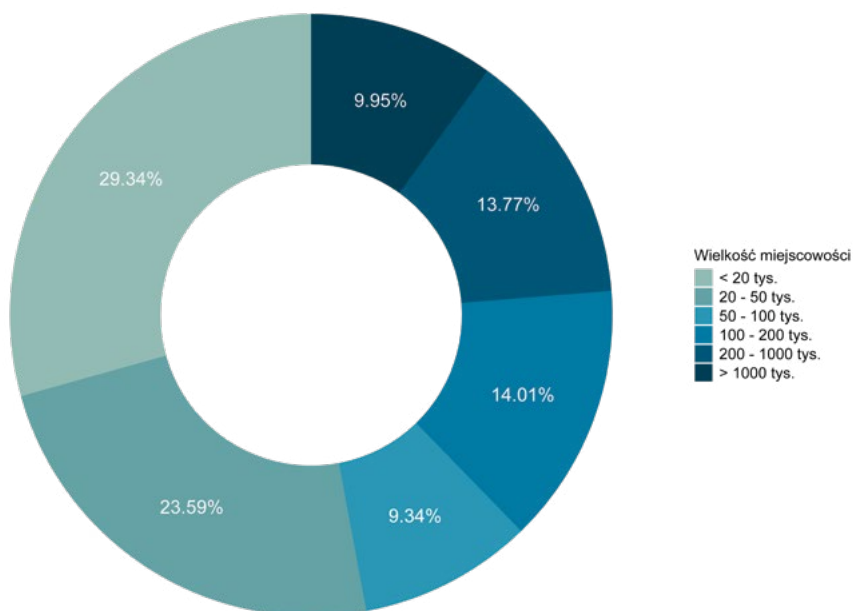
Szkoły uczestniczące w badaniu zlokalizowane były niemal we wszystkich województwach w kraju. Jedynym województwem, które nie miało reprezentacji, było podlaskie.



Lokalizacja szkół

Wielkość miejscowości

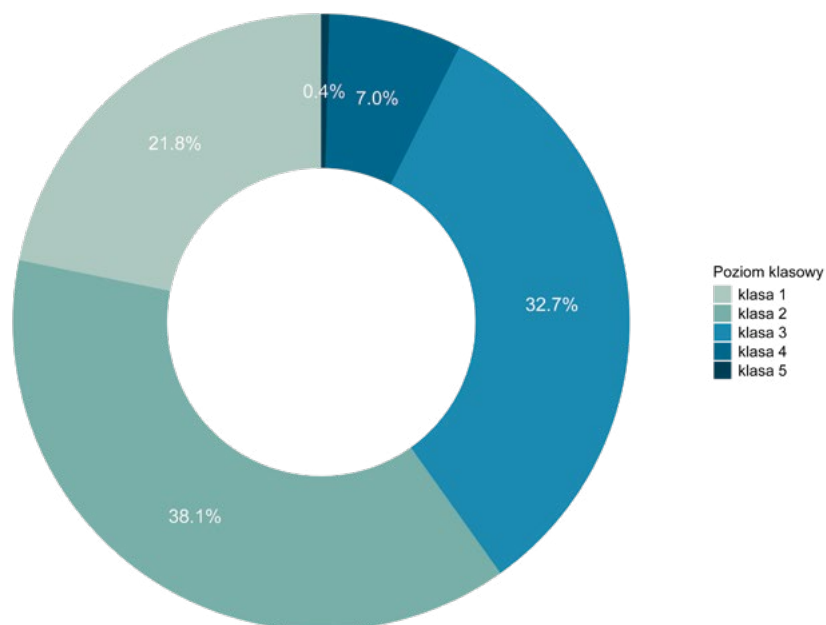
Procentowy podział respondentów ze względu na wielkość miejscowości, w których funkcjonują reprezentowane przez nich szkoły



Respondenci reprezentowali szkoły działające zarówno w ośrodkach wiejskich, małych i średnich miejscowościach oraz dużych miastach.

Poziomy klasowe

Procentowy rozkład respondentów ze względu na poziom klasy, do której uczęszczają

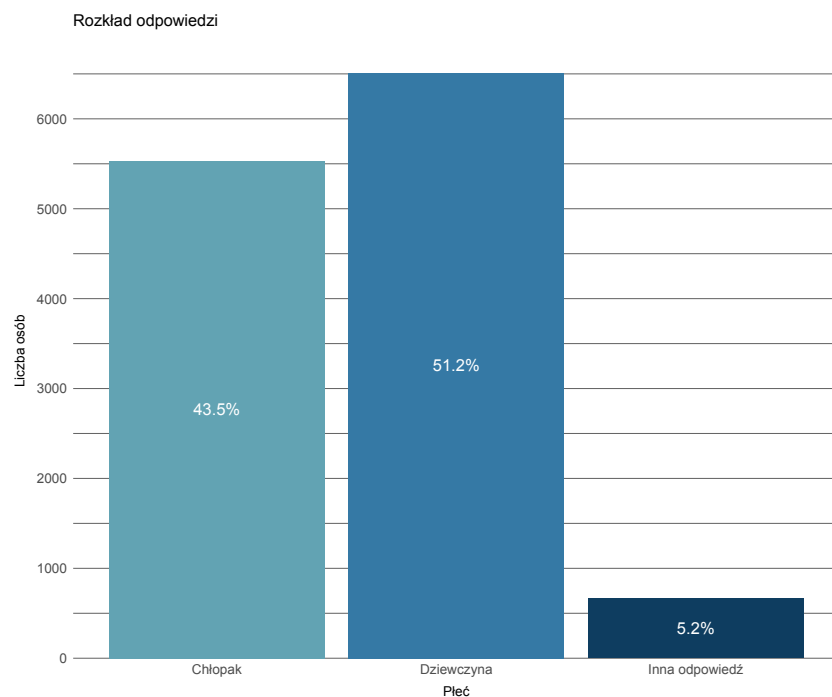


Respondenci byli uczniami wszystkich poziomów klasowych. Największa grupa to uczniowie klas drugich oraz trzecich.

Najmniej respondentów uczęszczało do klasy 5.

(trwająca 5 lat edukacja występuje jedynie w technikach i niektórych specjalnych typach liceów).

Płeć



Grupowanie respondentów ze względu na płeć pokazuje dość naturalny podział, czyli 43,6% określiło płeć jako chłopak, 51,2% jako dziewczyna i aż ponad 5% zaznaczyło płeć inną niż dziewczyna czy chłopak.



”

Widzimy, że dzieci i młodzież, które funkcjonują inaczej niż większość – na przykład poprzez neuroatypowość – częściej spotykają się z przemocą rówieśniczą. Dlatego tak ważne jest, żeby szkoła i bliskie otoczenie nie tylko reagowało, ale przede wszystkim zapobiegało takim sytuacjom. Edukacja i rozmowy pomagają lepiej rozumieć siebie i innych, co daje im większą odporność emocjonalną w trudnych momentach. Zaś wsparcie emocjonalne – pomaga przetrwać trudne chwile. W Fundacji UNIQA wierzymy, że szkoła może być miejscem bezpiecznym i wspierającym dla każdego ucznia, niezależnie od tego, kim i jaki jest. Dlatego prowadzimy programy edukacyjne, warsztaty i działania prewencyjne, które pomagają uczniom, nauczycielom i rodzicom lepiej rozumieć neuroatypowość i wspólnie budować bardziej empatyczne środowisko szkolne.

Piotr Lipa

członek rady Fundacji UNIQA,
członek zarządu UNIQA TU

Główne wskaźniki



Narzędzie badawcze

Badanie zostało przeprowadzone przy użyciu anonimowej ankiety, składającej się z pytań wielokrotnego wyboru oraz pytań otwartych. Ankieta obejmowała szereg obszarów, w tym:

- relacje z rówieśnikami,
- doświadczanie wsparcia,
- przyjaźnie,
- klimat w klasie i szkole,
- poczucie samotności.

W celu zbadania tych obszarów zastosowano:

- skalę do oceny klimatu klasy opartą na kwestionariuszach z badania „Bezpieczeństwo w szkole, klimat szkoły, klimat klasy” [Przewłocka, 2015]¹,
- pomiar samotności – skalę samotności autorstwa De Jong Gierveld w polskiej adaptacji Pawła Grygiela [Grygiel i in., 2013]².

Doświadczenie bullyingu: Perspektywa osoby doświadczającej

W celu zbadania tych obszarów zastosowano: School Bullying Victimization Scale [SBVS]³, w polskim tłumaczeniu zespołu RESQL.

Relacje z nauczycielami

W celu zbadania obszaru zastosowano skalę do oceny relacji z nauczycielami, opartą na kwestionariuszach z badania „Bezpieczeństwo w szkole, klimat szkoły, klimat klasy” [Przewłocka, 2015]¹.

Dręczenie i poszukiwanie pomocy w sytuacji dręczenia

W celu zbadania tych obszarów zastosowano:

- skalę dręczenia, opartą na kwestionariuszach z badania „Bezpieczeństwo w szkole, klimat szkoły, klimat klasy” [Przewłocka, 2015]¹,
- pytania dotyczące działań związanych z szukaniem pomocy i wsparciem klasowym.

Objawy somatyczne

Funkcjonowanie psychologiczne mierzone poprzez:

- objawy depresyjne,
- objawy lękowe,
- poczucie energii do działania.

Skale autorskie oparte na oryginalnych narzędziach pochodzących z badania HBSC⁴.

Ocena lekcji języka polskiego, matematyki, WF-u i lekcji wychowawczych – perspektywa uczniów

Skale oparte na kwestionariuszach z autorskich badań edukacyjnych.

¹ Przewłocka, J. [2015]. Bezpieczeństwo uczniów i klimat społeczny w polskich szkołach: raport z badania. Instytut Badań Edukacyjnych.

² Grygiel, P., Humenry, G., Rebisz, S., Świtaj, P., & Sikorska, J. [2013]. Validating the polish adaptation of the 11-item, De Jong Gierveld loneliness scale. European Journal of Psychological Assessment.

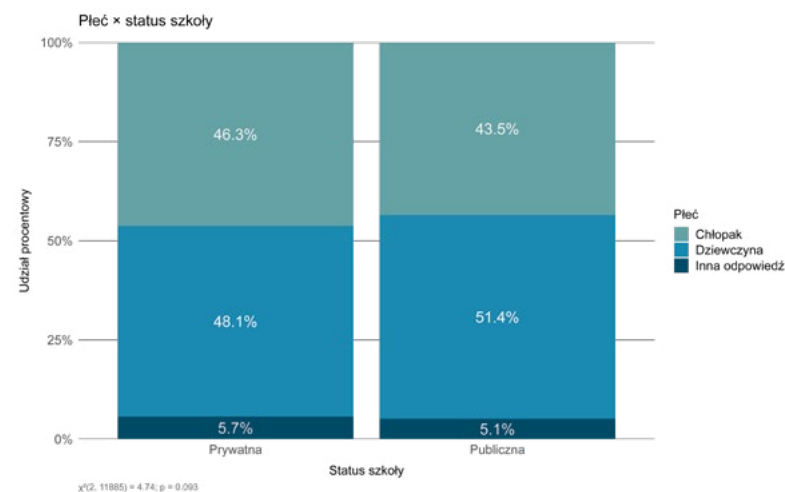
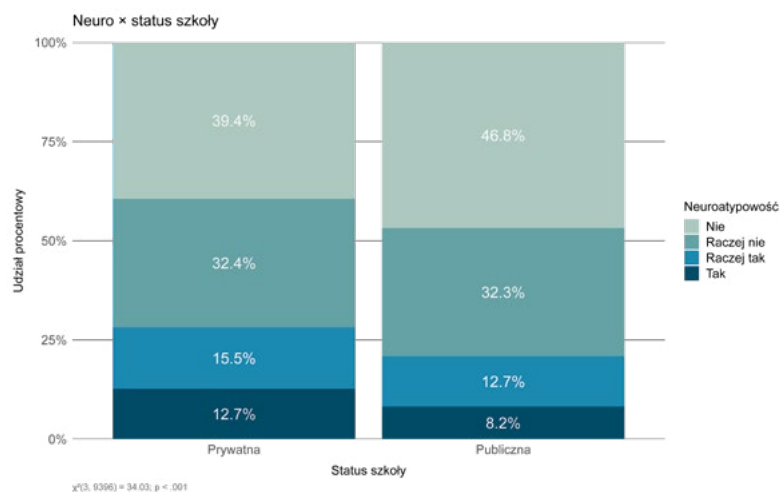
³ Sjögren, B., Bjøreld, Y., Thornberg, R., Hong, J.S., & Espelage, D.L. [2024]. Prevalence Rates of Bullying: A Comparison, Between a Definition-Based Scale and a Behavior-Based Scale. Journal of Interpersonal Violence. <https://doi.org/10.1177/08862605241262216>.

⁴ Mazur, J., & Małkowska-Szkućnik, A. [2010]. Zdrowie i zachowania zdrowotne młodzieży szkolnej na podstawie badań HBSC 2010. Ośrodek Rozwoju Edukacji, 1-15.

Demografia

Ukrywana prawda

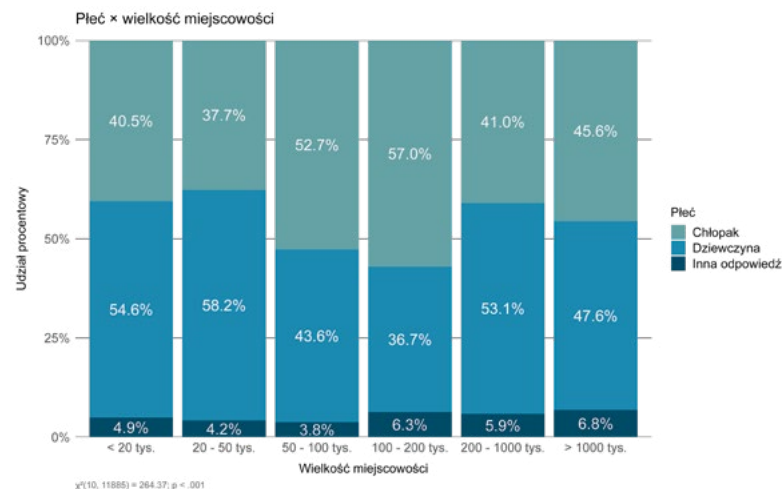
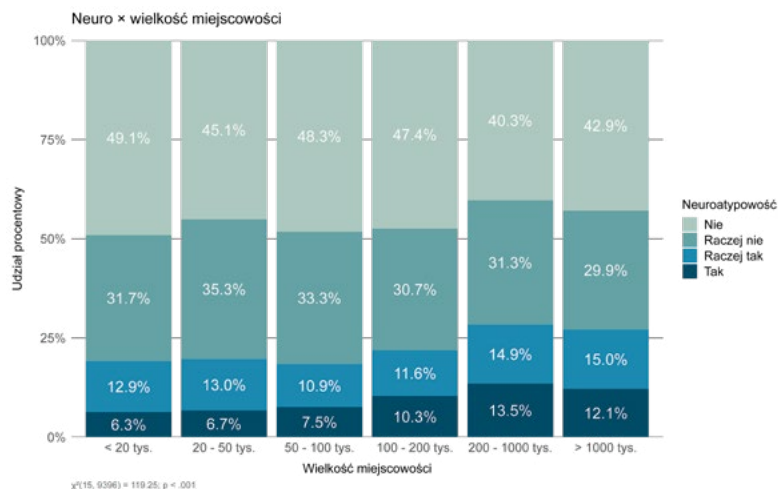
Podczas gdy w mniejszych miejscowościach deklaracje niebinarności i neuroatypowości wśród uczniów są wyraźnie rzadsze niż w miastach powyżej 100 tys. mieszkańców, korelacja taka nie zachodzi w przypadku częstotliwości występowania bullyingu. Jak wynika z naszego poprzedniego raportu, przemoc rówieśnicza występuje wszędzie w kraju w tych samych proporcjach.



Demografia

Wielkomiejska świadomość?

W miastach powyżej 100 tys. mieszkańców uczniowie, zarówno szkół publicznych, jak i prywatnych, deklarują niebinarność prawie dwukrotnie częściej niż uczniowie szkół z mniejszych miejscowości. Podobnie jest w przypadku deklaracji neuroatypowości – z tą różnicą, że w szkołach prywatnych jest dwukrotnie więcej takich osób niż w szkołach publicznych.

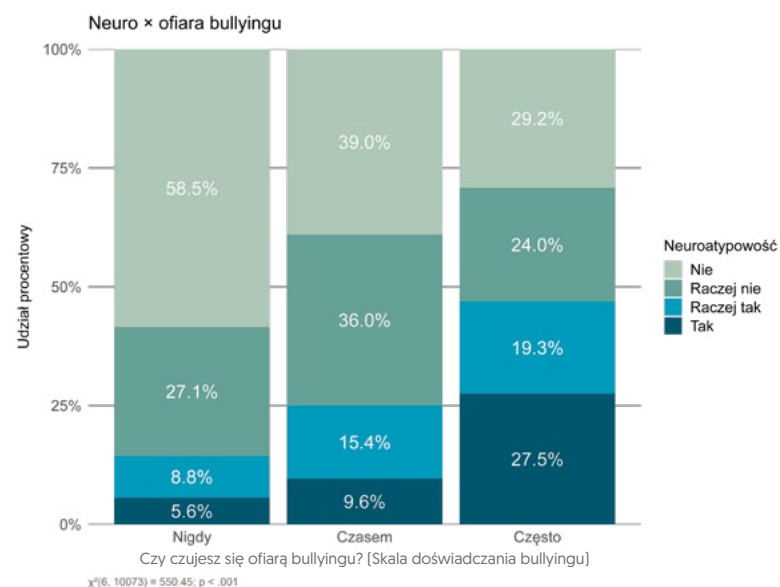


Bullying

To nie jest zjawisko rzadkie!



Jeśli w grupie uczniów jest osoba neuroatypowa, istnieje spora szansa, że ze względu na swoją odmienność będzie ona doświadczać przemocy rówieśniczej. Im większy jest odsetek takich osób w grupie, tym bardziej rośnie prawdopodobieństwo bullyingu.

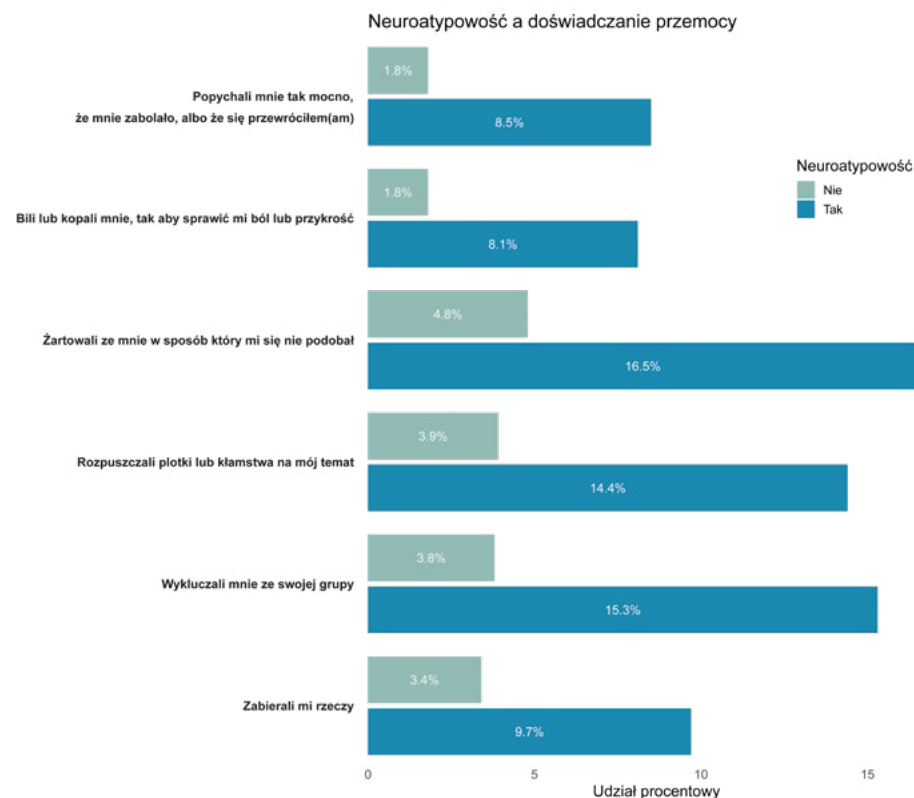




**Doświadczenie
przemocy przez osoby
neuroatypowe jest
kilkukrotnie częstsze.**

Różnice te są widoczne we wszystkich analizowanych formach przemocy i wskazują na wysoką podatność tej grupy na przemoc rówieśniczą.

Przemocy relacyjnej, np. wykluczania z grupy, osoby neuroatypowe doświadczają czterokrotnie częściej, a przemocy fizycznej – prawie pięciokrotnie częściej.



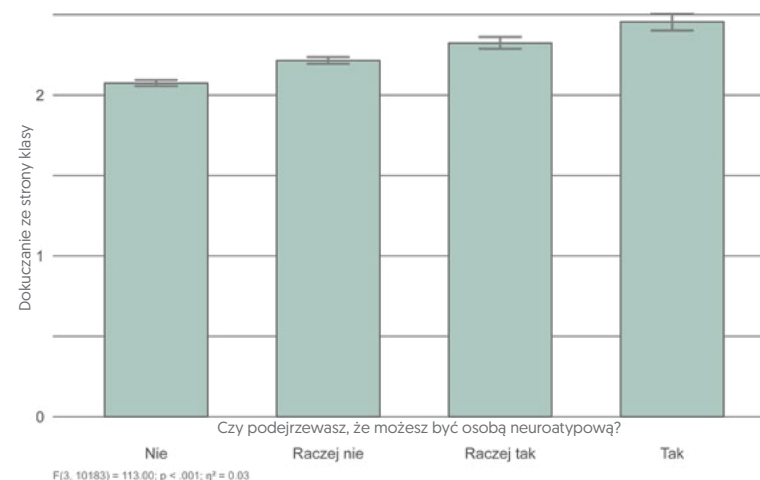
Klimat klasy

Zostawcie mnie!

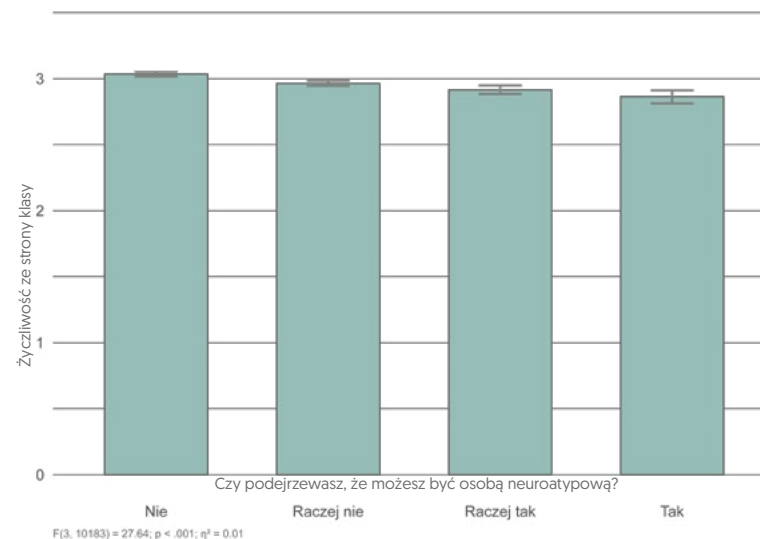
Osoby neuroatypowe częściej doświadczają przykrości ze strony rówieśników, codzienne dokuczanie lub przezywanie deklaruje 14% osób neuroatypowych (vs. 9%).

Mają też mniejszą szansę na wsparcie ze strony klasy – są np. dwa razy częściej izolowane w klasie niż ich rówieśnicy (codzienne lub prawie codzienne doświadczenie izolacji: 15% vs. 8%).

Klimat klasy - dokuczanie a neuroatypowość



Klimat klasy - życzliwość a neuroatypowość





”

Chciałbym szczególnie zwrócić uwagę na problem zdrowia psychicznego i dobrostanu osób neuroatypowych. Ta grupa znacznie częściej doświadcza np. bólów głowy [41% vs. 18,7% u osób w normie] czy bólów pleców [48,7% vs. 26% u osób w normie]. Częściej też deklaruje stany lękowe [45,6% vs. 10%], trudności z zasypianiem [50,7% vs. 22,4%]. Jest to grupa wymagająca pomocy. Psychoedukacja, wsparcie emocjonalne, zasady higieny psychicznej – to pilnie potrzebna „apteczka pierwszej pomocy”.

dr Piotr Rycielski
współautor systemu RESQL



”

*To, co martwi mnie najbardziej, to dojmująca samotność odczuwana przez osoby neuroatypowe. Osoby z populacji w normie, którym zdecydowanie brakuje bliskiego przyjaciela, to jedynie (aż?) 4%, ale w grupie neuroatypowych to już 18,4%! Ponad cztery razy więcej. Przekłada się to na poczucie wyobcowania – nastolatki doświadczające uczucia głębokiej, wewnętrznej pustki to 5%, ale w grupie neuroatypowych to już 27,8% – prawie sześć razy więcej! Podobnie, gdy spojrzymy na poczucie bycia odrzuconym przez grupę – 3,2% w populacji w normie ma takie poczucie, a w populacji neuroatypowych to już 19,5%!
Samotność to drugie oblicze neuroróżnorodności, czas coś z tym zrobić.*

dr Radosław Kaczan
RESQL Sp. z o.o.

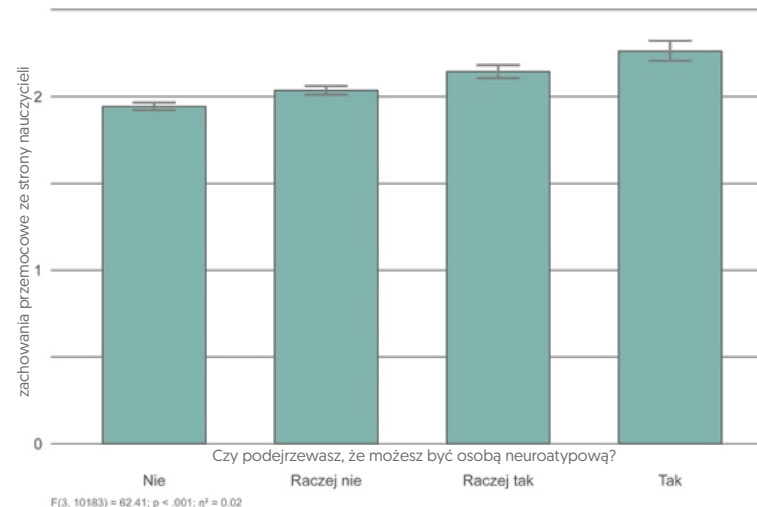
Klimat klasy

Dlaczego znowu ja?

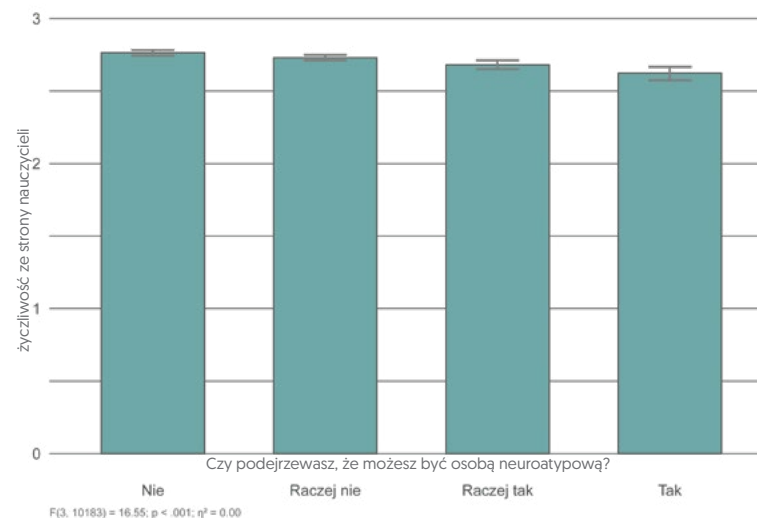
Osoby neuroatypowe są bardziej wyczulone na reakcje nauczycieli i często mają poczucie, że doświadczają z ich strony działań o charakterze przemocowym. Częściej zauważają stosowanie obraźliwych słów ze strony nauczyciela (24% vs. 12%) czy wyśmiewanie na forum grupy (30% vs. 15%).

Osoby neuroatypowe nieco rzadziej mogą liczyć na życzliwość i wsparcie ze strony pedagoga, choć tu różnice nie są już tak znaczące.

Przemocowe zachowania nauczycieli a neuroatypowość



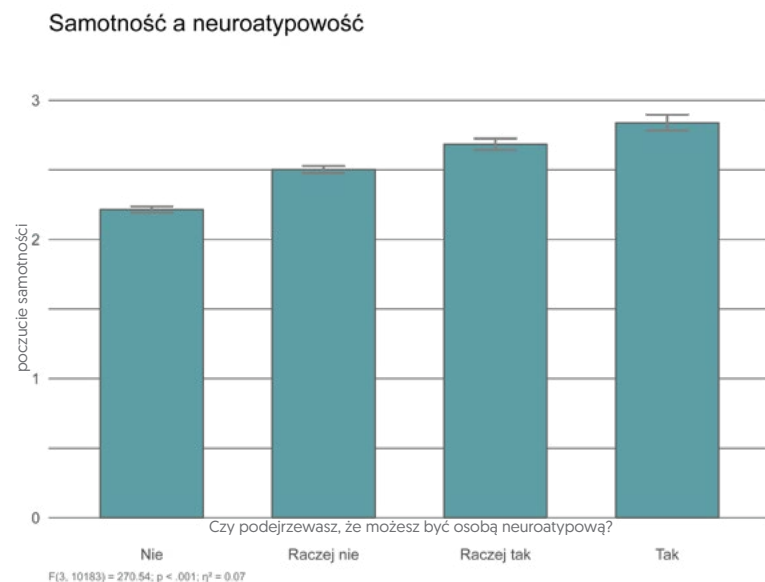
Życzliwość nauczycieli a neuroatypowość



Kondycja psychiczna

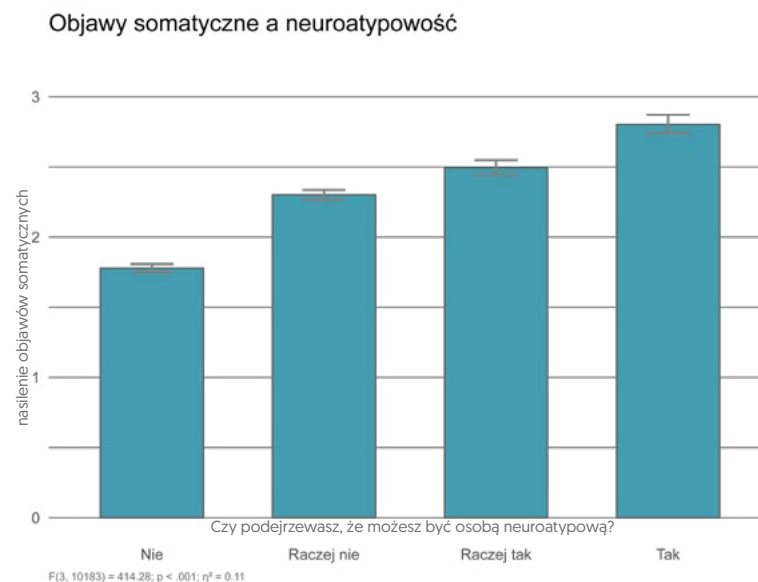
Wy mnie nie rozumiecie!

Osoby neuroatypowe są bardziej wyobcowane, przekonane o swojej wyjątkowości i niedopasowaniu. Trudniej im nawiązywać relacje z rówieśnikami.



Boli mnie brzuch!

U osób neuroatypowych znacznie częściej występują somatyczne objawy stałego napięcia – bóle brzucha, bóle głowy, nudności, drętwienie kończyn.

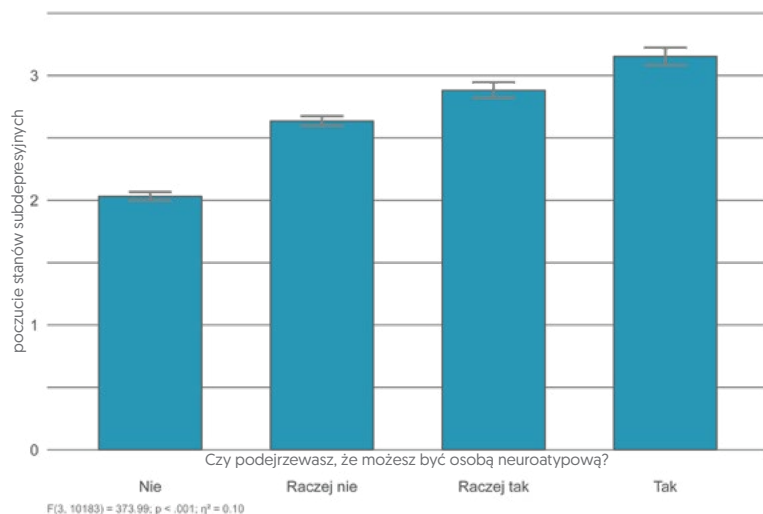


72% osób neuroatypowych czuje niemal codziennie zmęczenie i brak energii do działania, tylko 13% w tej grupie czuje się w pełni sprawna fizycznie.

Mam już dość!

Osoby neuroatypowe znacznie częściej dotknięte są depresją i apatią. Szybciej tracą cel działania, zniechęcając się do dalszej pracy.

Skala stanów subdepresyjnych a neuroatypowość

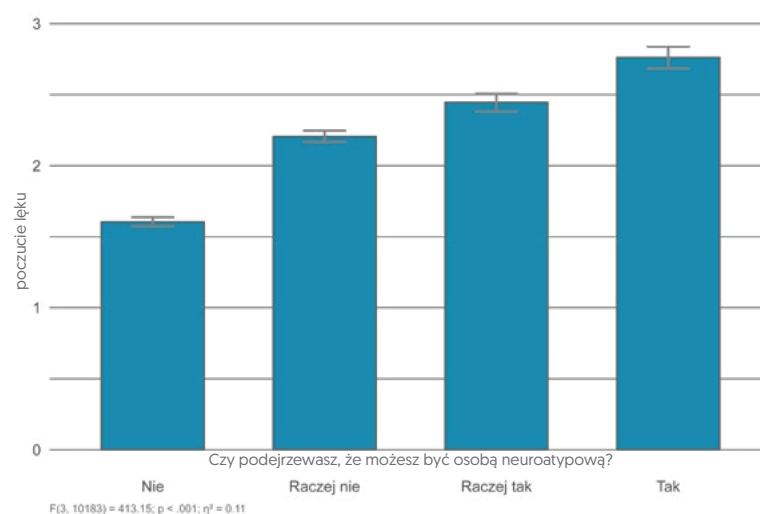


Głęboki smutek niemal stale odczuwa 52% osób deklarujących neuroatypowość, 59% jest w niemal ciągłym stanie zaniepokojenia i zdenerwowania.

Dziwnie na mnie spojrzal!

Osoby neuroatypowe mają tendencję do przejmowania się drobiazgami i rozpamiętywania najdrobniejszych zdarzeń. Utrudnia to codzienne funkcjonowanie i nasila objawy lękowe, związane m.in. z kontaktami z innymi osobami.

Skala lęku a neuroatypowość



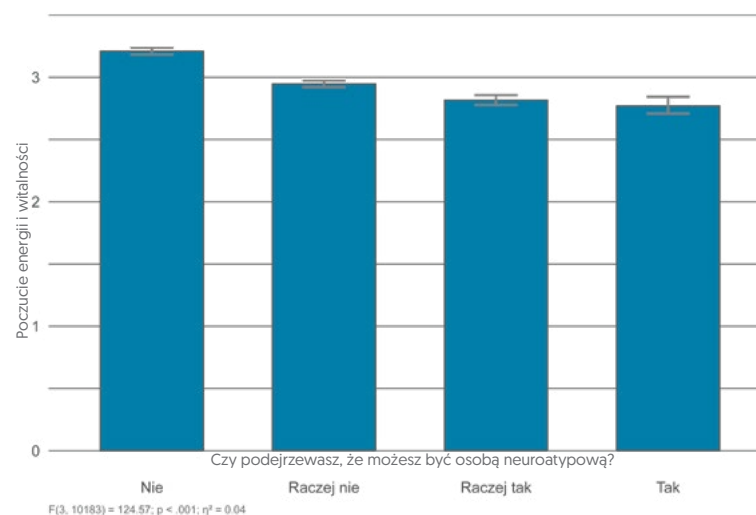
Energia i vitalność

Niezasłużone etykiety



Osoby neuroatypowe mają wyraźnie mniej energii do codziennego funkcjonowania. W oczach rówieśników, a co gorsza również nauczycieli, łatwo mogą dostać etykietę leniwych.

Energia i vitalność a neuroatypowość





”

Neuroatypowość to nie przeszkoda, lecz inny sposób doświadczania świata. Nie powinna prowadzić do wykluczenia, lecz inspirować do większej empatii. W Fundacji UNIQA, wspólnie z naszymi partnerami, aktywnie działamy na rzecz budowania szkół, w których każde dziecko – niezależnie od tego, jak odbiera rzeczywistość – może czuć się bezpieczne, rozumiane i wspierane. Realizujemy programy, które pomagają nauczycielom i rodzicom tworzyć środowisko otwarte na różnorodność i wrażliwość. Wierzymy, że tylko w atmosferze akceptacji i zrozumienia dzieci mają szansę w pełni rozwinąć swój potencjał.

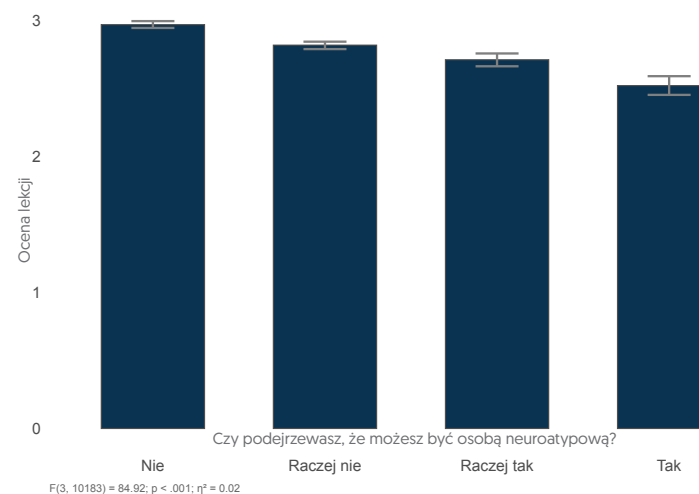
Agnieszka Durst-Wilczyńska
prezeska Fundacji UNIQA

Odbiór lekcji

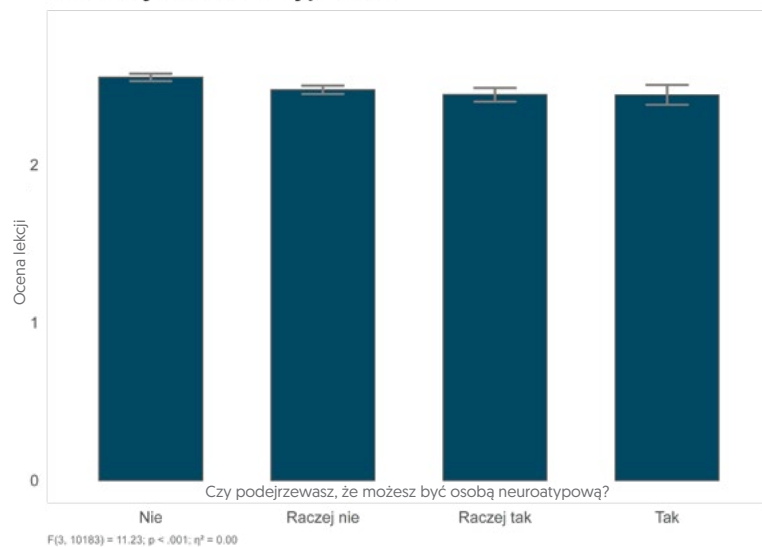
Czy muszę grać w piłkę?

W przeciwieństwie do innych lekcji, WF przysparza osobom neuroatypowym sporo kłopotów i daje niewiele zadowolenia. Wiąże się to m.in. z niższymi zasobami energii czy wyższym poziomem napięcia mięśniowego.

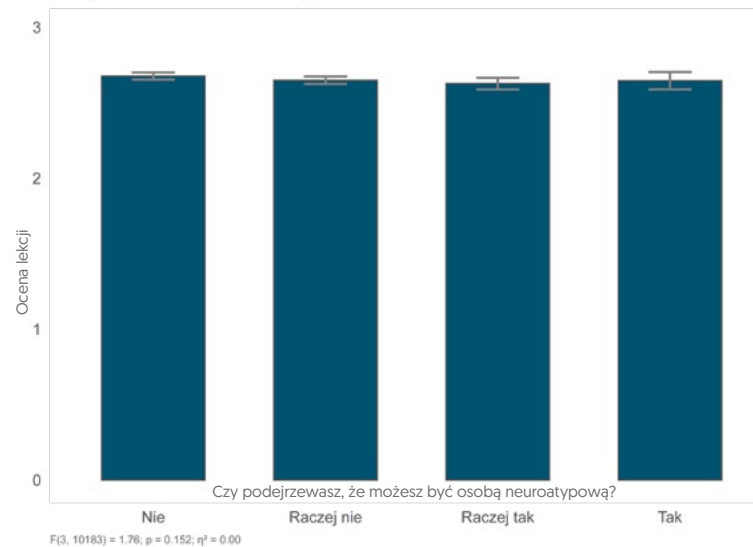
Wychowanie fizyczne a neuroatypowość



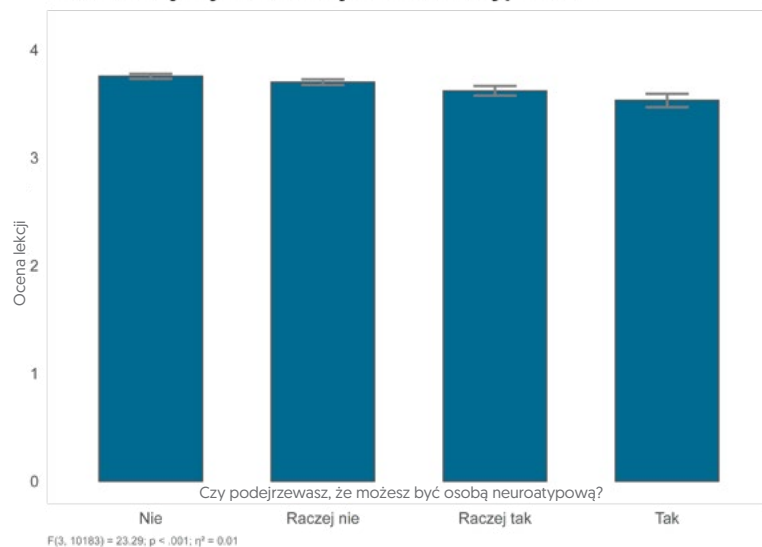
Matematyka a neuroatypowość



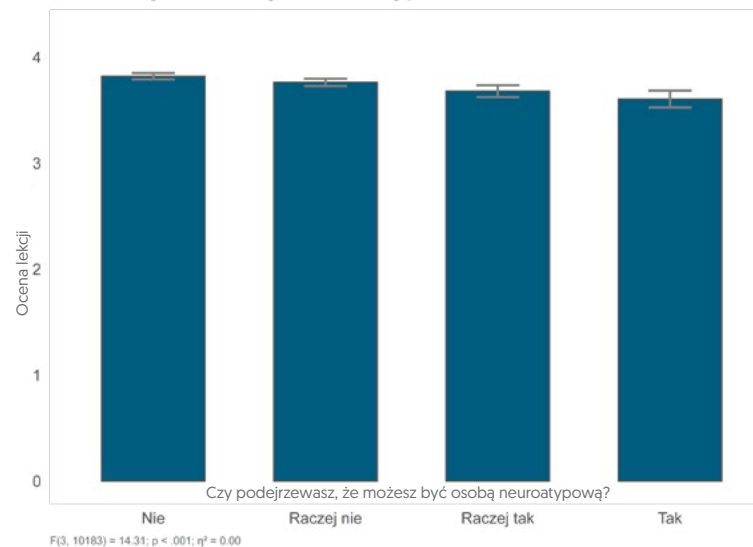
Język polski a neuroatypowość



Ocena lekcji wychowawczych a neuroatypowość



Ocena Wychowawcy a neuroatypowość



Tożsamość płciowa

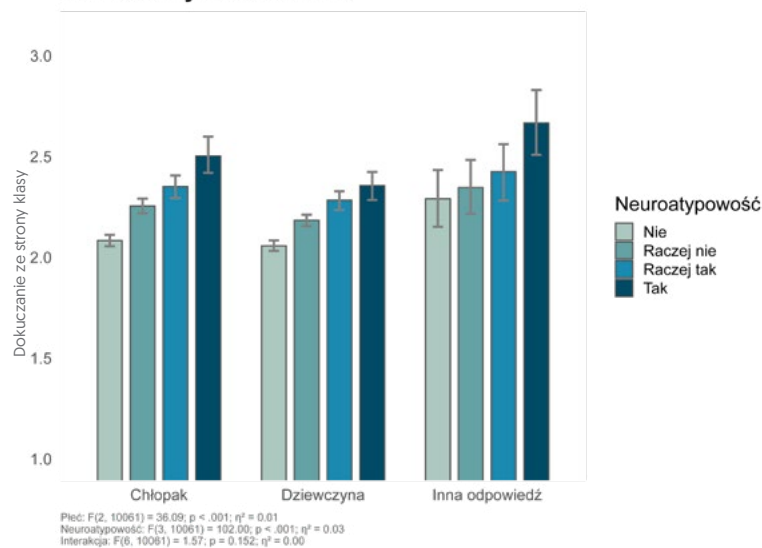
Neuroatypowość w połączeniu z niebinarnością

Intensywność negatywnych zjawisk dotyczących osoby neuroatypowej ulega spotęgowaniu, gdy są one narażone na problemy związane z percepcją własnej tożsamości płciowej.

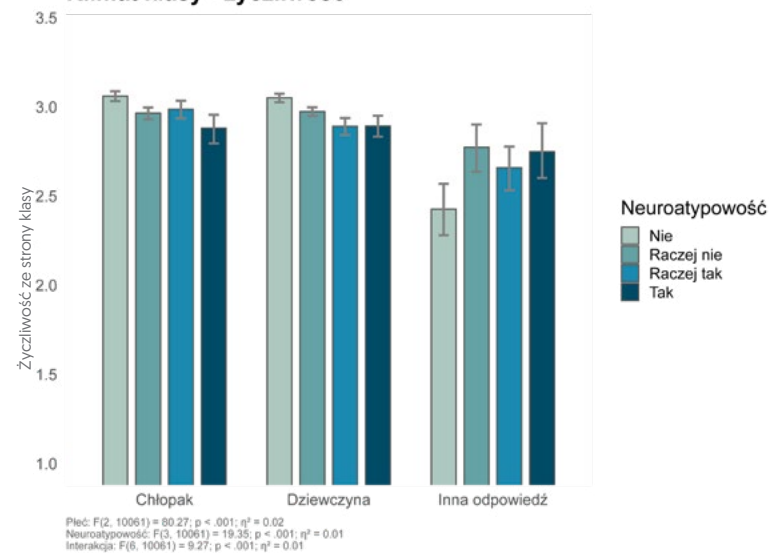
Niebinarność bez neuroatypowości

Kłopoty osoby neuroatypowej niebinarnej są mniejsze w porównaniu z kłopotami osoby mieszczącej się w normie, ale decydującej się na ujawnienie swojej tożsamości płciowej. Osoby neuroatypowe doświadczają różnych trudności, w tym prześladowania rówieśniczego, od dzieciństwa. Dla uczniów niebinarnych może być to czymś nowym, wcześniej rzadko spotykanym, przez co odczuwają je jako bardziej intensywne i krzywdzące.

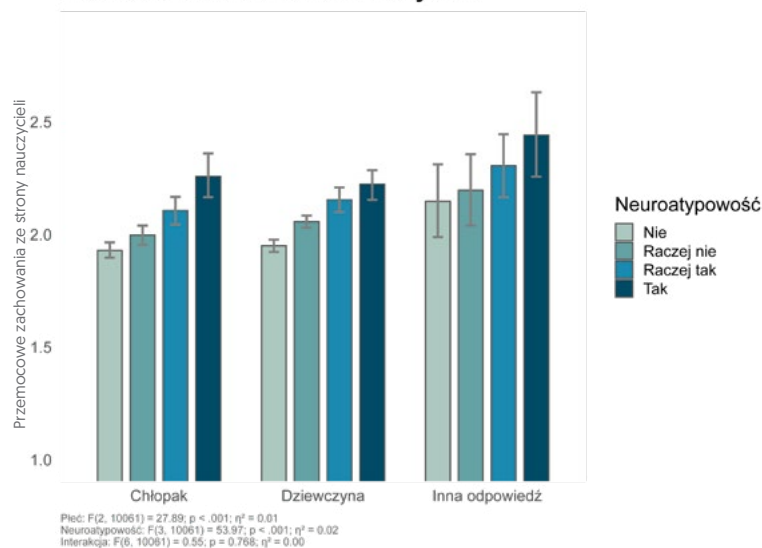
Klimat klasy - dokuczanie



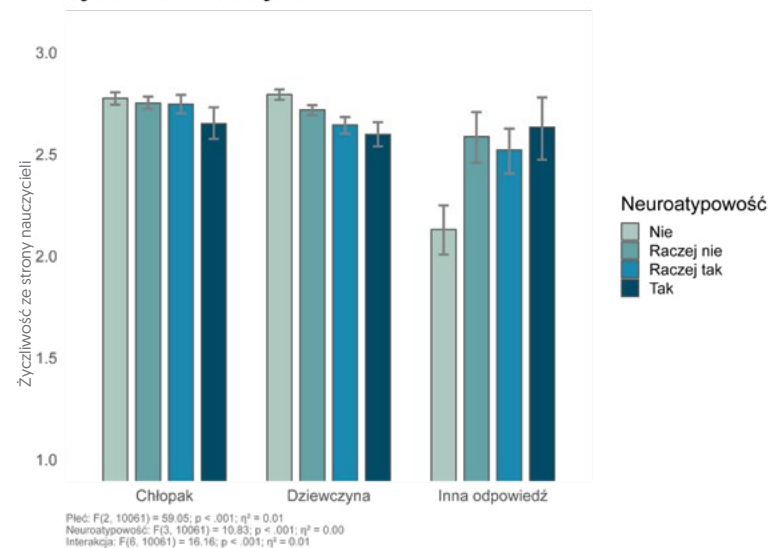
Klimat klasy - życzliwość



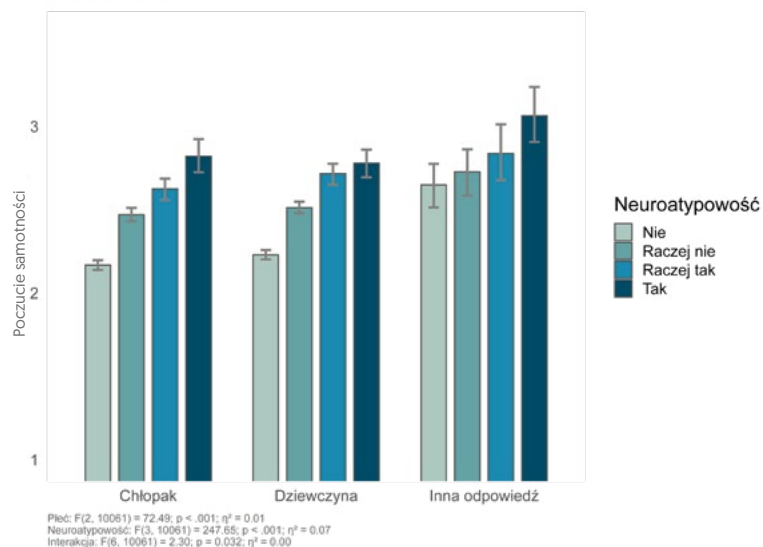
Przemocowe zachowania nauczycieli



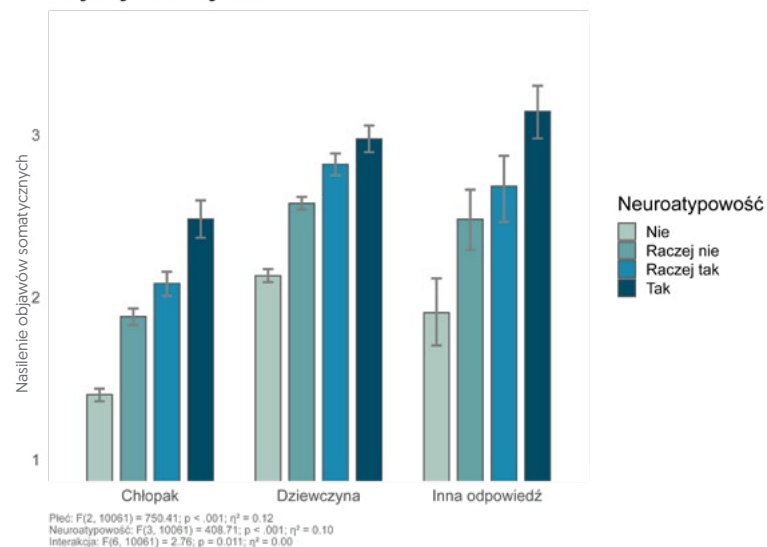
Życzliwość nauczycieli



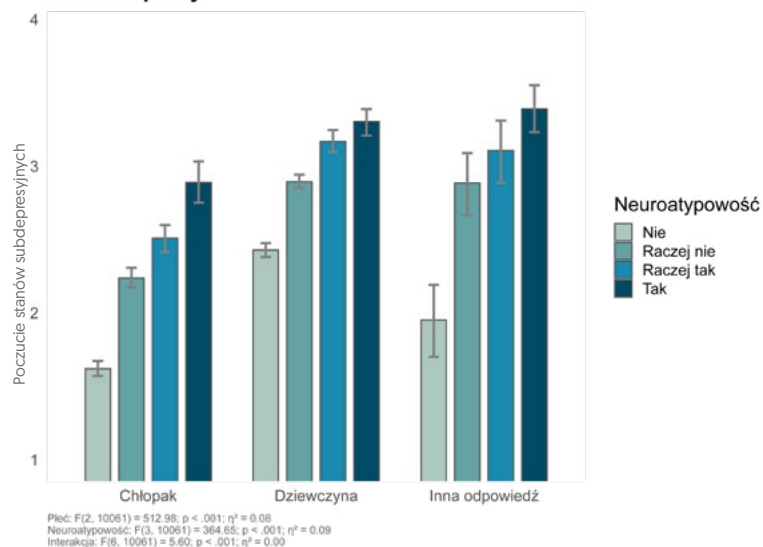
Samotność



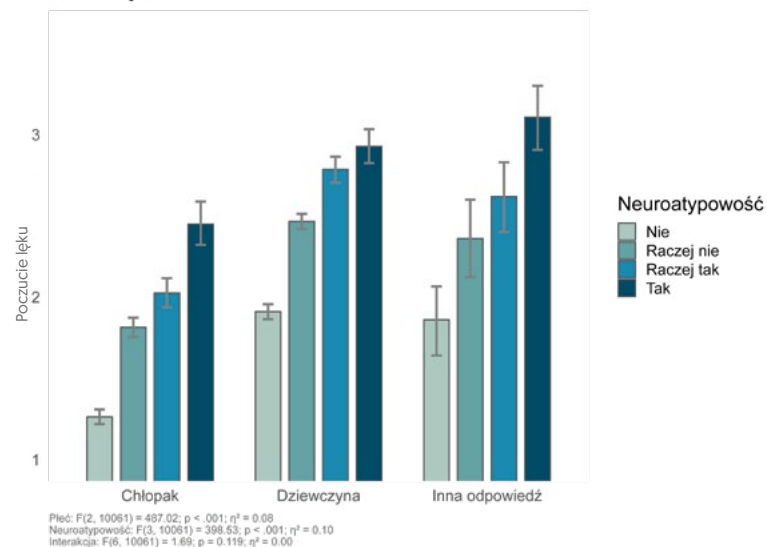
Objawy somatyczne



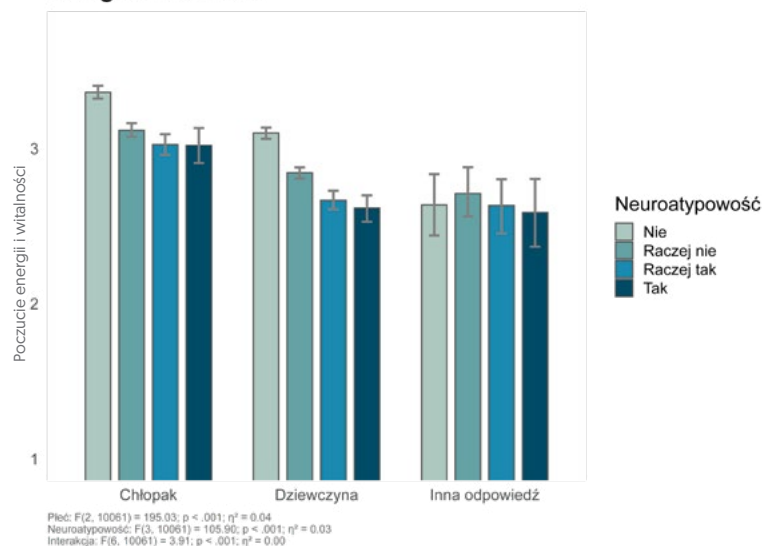
Skala depresji



Skala lęku



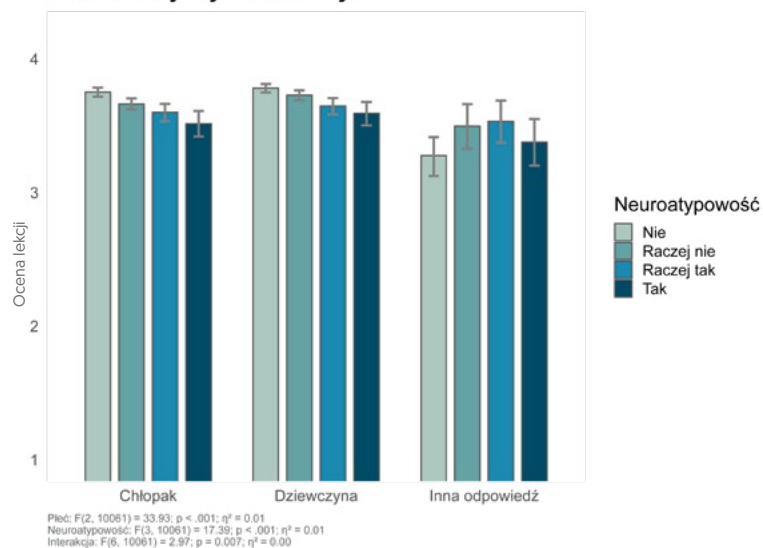
Energia i witalność



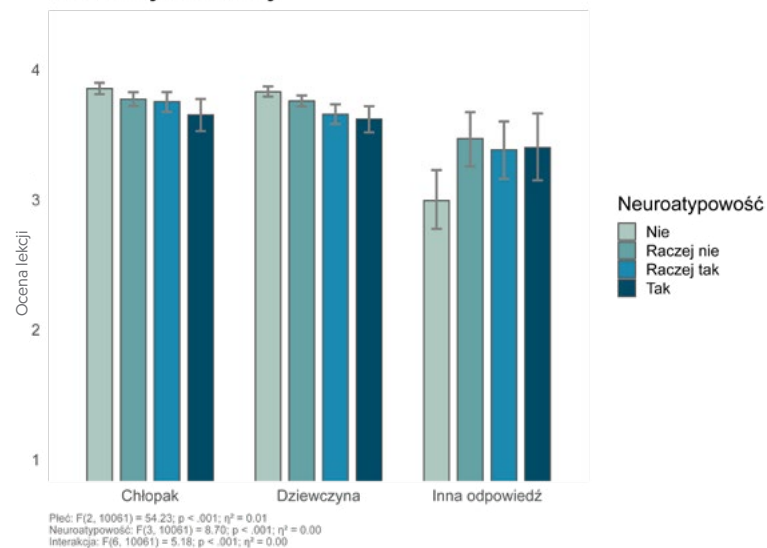
Zestawienie wyników dla osób neuro-różnorodnych i niebinarnych pokazuje, jak te dwa źródła poczucia niedopasowania mogą prowadzić do nasilenia subiektywnie odczuwanych przykrych objawów.

Najwyraźniej widać to na przykładzie skali lęku oraz skali objawów somatycznych. Już samo poczucie przynależności do grupy osób neuroatypowych wiąże się z dużo wyższym poziomem lęku i różnego rodzaju dolegliwości. Gdy dodatkowym elementem tożsamości staje się niebinarność, objawy te są jeszcze silniejsze. To szczególna grupa, która wymaga ponadprzeciętnego wsparcia ze strony szkoły.

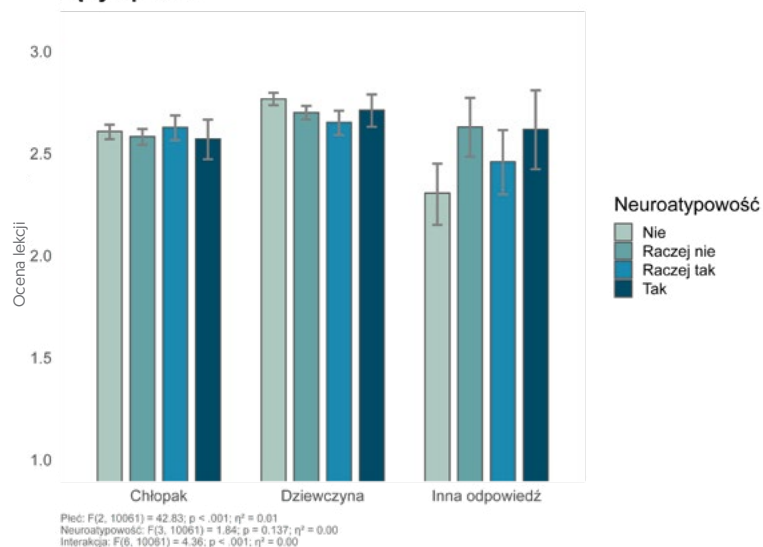
Ocena lekcji wychowawczych



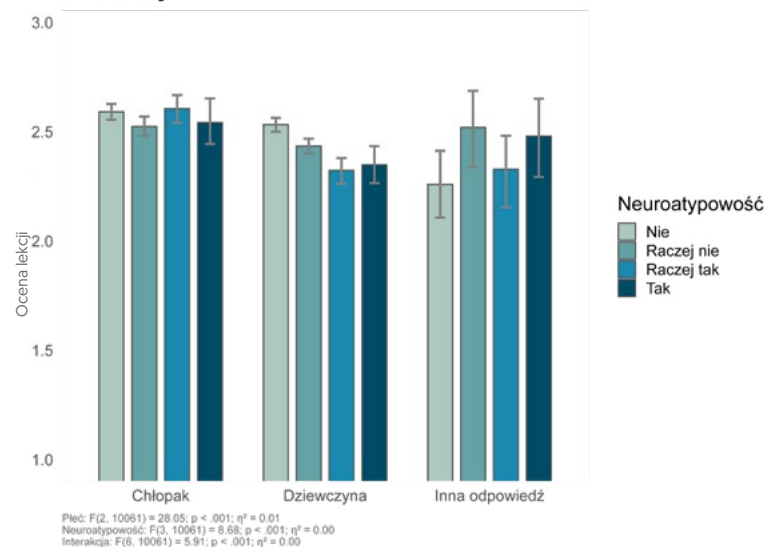
Ocena Wychowawcy



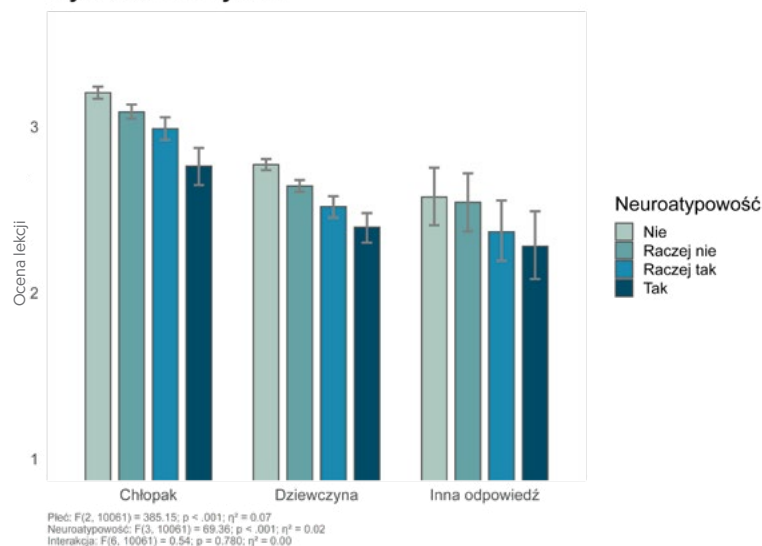
Język polski



Matematyka



Wychowanie fizyczne



W przypadku lekcji przedmiotowych efekt niedopasowania, przejawiający się w poczuciu neuroatypowości bądź niebi-narności, traci na sile.

Lekcje przedmiotowe i nauczyciele są co prawda odbierani nieco gorzej niż w grupie neurotypowej, jednak siła tych różnic jest około 10 razy słabsza w porównaniu do skal dotyczących np. bullyingu czy lęku i depresji. Pojawia się za to niepokojący efekt samej niebi-narności – jako czynnika sugerującego potencjalne konflikty z nauczycielami i wychowawcami.

Rekomendacje

Psychoedukacja

Warto edukować osoby z poczuciem atypowości w działaniu układu nerwowego, jeśli to możliwe, z uwzględnieniem objawów i właściwości szczególnie trudnych czy uciążliwych.

Osoby rozumiejące swoje stany oraz sposób funkcjonowania lepiej radzą sobie z napotkanymi problemami. Wiedza o sobie pozwala na uzyskanie kontroli nad trudnymi sytuacjami i objawami.

Wsparcie emocjonalne

Osoby neuroatypowe doświadczają silnie negatywnych emocji, przykrych objawów i trudności społecznych. Wsparcie emocjonalne to szybki sposób wyciszania tych dolegliwości.

Co prawda nie rozwiązuje ono przyczyn problemu, ale łagodzi odczuwane skutki.

Strategie zastępcze

Strategie zastępcze stosuje się w kontekście zachowań, nawyków, sposobów myślenia. Mogą kompensować braki lub trudności pojawiające się w obszarze kompetencji osób neuroatypowych. Najprostszym przykładem strategii zastępczej jest robienie listy zakupów przed pójściem do sklepu w sytuacji, gdy wiemy, że często o czymś zapominamy.

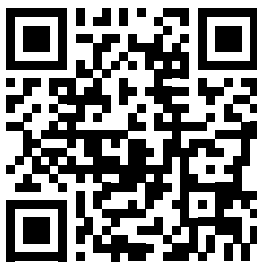
Farmakoterapia

Czasem konieczne jest wdrożenie farmakoterapii. W przypadku dolegliwości ze strony układu nerwowego leki często nie są w stanie usunąć źródła problemu, ale ich przyjmowanie może bardzo ułatwić codzienne życie i zredukować przykre objawy.

Podsumowanie

Wyniki przeprowadzonych badań dowodzą, że osoby neuroatypowe i niebinarne częściej padają w szkole ofiarami rówieśniczych prześladowań. Częściej są też trapiące somatycznymi objawami stałego napięcia, częściej popadają w depresję i apatię, a także dysponują mniejszymi zasobami energii. Mają przy tym świadomość swojej odmienności i są bardziej wyczulone na nieprzyjemne reakcje tak uczniów, jak i nauczycieli.

Uczniowie z dużych ośrodków miejskich i szkół prywatnych mówią bardziej otwarcie o swoich problemach, podczas gdy część uczniów z mniejszych miejscowości, skrępowana wstydem lub obawą o środowiskowy ostracyzm, stara się je ukrywać. Warto uczniom neuroatypowym i niebinarnym większą uwagę oraz okazywać wsparcie. Szkoła jest bowiem dla nich znacznie poważniejszym wyzwaniem niż dla pozostałych uczniów.



www.przerwij-krag-przemocy.pl



Uniwersytet
SWPS



RESQL

UNIQA
FUNDACJA