



TEEMA: AUTISMISPEKTRI HÄIRED

*Materjali koostas: Marianne Kuzemtšenko
Eesti Autismiühingu juhatuse esimees*

1. Autismispektri häired – definitsioon, avaldumine ja tekkepõhjused

Autismispektri häire on kompleksne häire, mis mõjutab ajutegevust, kahjustab inimese sotsiaalseid ja suhtlemisioskusi ning põhjustab ebataavaliste korduvate käitumismustrite esinemist. Autismispektri häire mõjutab inimese toimetulekut kogu elu jooksul. Autistliku inimese käitumine võib varieeruda enesesetõmbumisest ja suhtlemistvältivast kuni äkilise reageerimiseni ootamatutele situatsioonidele. Raskused sotsiaalsel suhtlemisel ja rutiinidesse kaldumine esinevad enamikul autismispektri häirega inimestest. Autismispektri häirete avaldumise põhjuseid võib olla mitmeid – geneetilised tegurid, keskkonnamõjud või mitme teguri koosmõju.

2. Esinemissagedus

Autismispektri häireid diagnoositakse Euroopas ühel lapsel sajast ning see arv suureneb iga aastaga. Paljud vanemaealised on diagnoosimata (eriti Aspergeri sündroomiga inimesed) või muu psüühikahäire diagnoosiga. Eestis kahjuks ei koostata statistikat autismispektri häirete kohta.

3. Kaasnevad erivajadused

Autismispektri häirega kaasneb sageli kõrgem ärevustase või depressioon. Autismispektri häirega inimesed võivad suhtlemiseks vajada abivahendeid, nt piktogrammide, viipekeelt, päevakavad. Kaasnevast intellektipuudest tingituna võivad nad vajada suhtlemist nende vaimsest võimekusest lähtuvalt. Sageli vajavad nad toimetulekuks juhendajat-tugiisikut, kes aitab selgitada ja õppida erinevaid ülesandeid ning abistab suhtlemisel. Ajutegevuse eripärade tõttu vajavad nad sageli paindlikku tööaega ja võimalust teha tihti puhkpause vaikes eraldatud kohas, aga ka võimalust töötada omaette.

4. Takistused tööturul osalemisel

Töökoormuse valik peab vastama inimese pingetaluvusele, autismispektri häiretega vajatakse tihti leebemat koormust, et tulla toime kuhjuvate pingete ja stressiga.

Diagnoosist tingitud suhtlemisomapärade tõttu enamasti ei sobi erialad, mis eeldavad teistega suhtlemist. Tööülesannete selgitamisel vajatakse vahel korduvaid selgitusi ja ka veendumist, et korraldustest saadi aru. Töötingimuste muutumisel tuleb veenduda, et inimene oskab oma ülesanded üle kanda uutesse tingimustesse. Sensorse ülitundlikkuse tõttu ei sobi töö mürrarikastes keskkondades. Erinevate masinate ja tööriistadega töötamisel tuleb enne kindlasti veenduda, et inimesel on vajalik ohutunnetus olemas. Töövormidest võib sobida sageli kaugtöö ja suhtlemine e-posti, Skype'i vm kaudu.

Vajadus juhendamise järele on sageli väga oluline, mõnikord on vaja väga detailset juhendamist nii tööprotsessi kui ka suhtlemise osas. Juhendamine võib olla vajalik kohe töötamise alustamisel, hiljem on inimesel vaja teadmist, kelle poole pöörduda küsimuste korral.

Üldiselt on sobivatel tingimustel/keskkonnas töötamisel autismispektri häirega inimene väga lojaalne ja kohusetundlik töötaja.

5. Takistused igapäevaelus

Suhtlemise omapärade tõttu on suhtlusvõrgustik väga väike ja piirdub sageli perekonnaga. Igapäevategevustega toimetulekul vajavad nad samuti tuge ja juhendamist. Heade vaimsete võimetega autismispektri häirega inimene ei soovi endast ja oma omapäradest rääkida ning seetõttu võib ümbritsevatele olla teadmata tema probleemide olemasolu. Vahel on liikumine ühistranspordiga keeruline ja võib olla vajadus eritranspordi järele. Telefoni kasutades eelistavad nad sõnumeid, e-posti jms, mis ei vaja üks-ühele vahetatut suhtlemist.



6. Probleemid suhtlemisel. Suhtlemissoovitused

Autismispektri häirega inimesel võivad esineda järgmised suhtlemisprobleemid:

- Ta ei reageeri kõnetamisele, sest ei saa aru, et pöörduks tema poole.
- Eelistab olla üks ja ei soovi sotsiaalset läbikäimist teiste inimestega.
- Hääletoon on sageli monotoonne ja emotsioonitu.
- Mõned vastavad küsimusele sama küsimusega – see on nende suhtlemismoodus ja nad ei ole õppinud teisiti mõistma.
- Mõnede pilk võib olla ainiti vaatav, mõned väldivad pilkkontakti.
- Mõnedel võib olla hea rääkimisoskus, aga võib tekkida raskusi arusaamisega.

Suhtlemissoovitused:

- Räägi selgelt ja konkreetselt, veendu, et sinust saadi aru.
- Pöördu vajadusel konkreetse inimese poole nimeliselt.
- Enne inimese füüsilist puudutamist veendu, et inimesele on see vastuvõetav.
- Naljatanise korral veendu, et kaasvestleja saab naljast aru ja ei võta seda isiklikult.
- Enne suhtlemise alustamist võiks uurida tugivõrgustikult inimese suhtlemise omapärade kohta.

7. Vajalikud abivahendid ja teenused töö- ning igapäevaelus

Igal autismispektri häirega inimesel on individuaalsed vajadused abivahenditeks. Enamasti vajatakse suhtlemiseks ja tööoskuste õppimiseks tugisikut, vahel on seda vaja ka igapäevasel töötamisel. Sageli vajatakse ka igapäevaseks toimetulekuks piktogrammide või kirjalike päevakavade kasutamist. Kuulmistundlikkuse korral võib inimene vajada helide summutamiseks kõrvaklappe. Tööl toimetulekuks vajavad autismispektri häirega inimesed neile sobivat struktureeritud keskkonda, mis arvestab nende isiklike omapärade ja vajadustega. Autismispektri häirega inimene vajab tööl ja ka igapäevaelus toimetulekuks teadmist, mida teha, kuidas-kus-millal tegevus toimub ja kes aitab vajaduse korral.

8. Müüdid ja eksiarvamused

Enamlevinud eksiarvamused on:

- Autismispektri häirega inimesed on kõik mingis valdkonnas üliandekad. Tegelikult on nende seas hinnanguliselt sama suhtarv andekaid, nagu inimeste hulgas üldse – autismispektri häirele omaste kitsaste erihuvide tõttu võivad nad tunduda omal alal andekad.
- Autismispektri häire = intellektipuue. Autismispektri häirega inimeste seas on üsna palju vaimselt võimekaid, kuid sageli kaasneb autismina ka intellektipuue, ja siis mõjutab inimese olemust nii autismispektri häire kui ka intellektipuue.
- Autismispektri häirega inimesed ei ole võimelised töötama. Tegelikult on neil olemas võimekus teha kindlaid rutiinseid töötegevusi kindlas järjekorras ja korrektselt ning nende kohusetunne on nende värbamise eeliseks.
- Kõik on tugevad IT-valdkonnas. Oma võime tõttu keskenduda huvipakkuvale ja kindlale teemale on nende seas küllaltki palju võimekaid IT-alal, kuid see pole reegel.

9. Lisainfo ja -lugemine

Eesti Autismiühing

Rahu 8, Tartu

www.autismeesti.ee

autismeesti@gmail.com

Tel 51 19 685