



# ASPERGERJEV SINDROM IN ŠTUDIJ

Gradivo za zaposlene v visokem šolstvu

Pripravila:

**Nina Knaus**

Ljubljana, marec 2021

## Kazalo vsebine

<b>Uvod v Aspergerjev sindrom</b>	<b>2</b>
<b>Značilnosti Aspergerjevega sindroma</b>	<b>4</b>
Težave v socialnih interakcijah	4
Omejeno zanimanje (obsesivni interes)	7
Ponavljajoče se (šablonsko) vedenje	7
Težave s koncentracijo	8
Težave na področju fleksibilnosti mišljenja	8
Potreba po rutini	9
Senzorna občutljivost	9
Telesna nerodnost/izražanje	11
Nenavadna uporaba jezika	12
<b>Močna področja AS</b>	<b>13</b>
<b>Študijske situacije in predlogi za ukrepanje</b>	<b>14</b>
Zmanjšana zmožnost planiranja in organizacije študija	14
Komunikacija	15
Organizacija predavanj in vaj	18
Soočanje s seminarskimi in ostalimi nalogami	21
Soočanje s skupinskim delom	22
Soočanje z omejenimi interesi	26
Soočanje s prekomernimi študijskimi obremenitvami	27
Manjša zmožnost za razumevanja kompleksnih navodil/pravil	28
Praktične vaje v laboratoriju	28
Organizacija preverjanja znanja	30
Bivanje v študentskih domovih	35
Delovna praksa	35
Anksioznost in študij	35
<b>Splošna priporočila za prilagoditve na ravni fakultete</b>	<b>39</b>
<b>Študent z AS in študij na daljavo na primeru Covid-19 študijske situacije</b>	<b>42</b>
<b>V razmislek</b>	<b>44</b>
<b>Viri</b>	<b>45</b>

## Uvod v Aspergerjev sindrom

Aspergerjev sindrom (AS) je na zunaj običajno neopazna prirojena motnja na področju zaznavanja, vzpostavljanja socialnih odnosov in komunikacije, ki lahko močno vpliva na posameznikovo vključevanje in uresničevanje njegovih potencialov v družbi. Gre za motnjo znotraj avtističnega spektra, ki jo mnogi avtorji pojmujejo kot **visoko funkcionalni avtizem**.

### Prvi zaznani pojavi AS

Sindrom se imenuje po avstrijskem pediatru **Hansu Aspergerju**, ki je leta 1944 opisal značilnosti štirih fantov, od katerih sta bila dva nadpovprečno nadarjena za matematiko, druga dva pa imela za svojo starost nenavadno zmožnost govornega izražanja. Po drugi strani so se vsi štirje soočali s težavami v socialnih interakcijah, razumevanju in vklapljanju v vsakodnevno življenje. Med drugim je verjel, da je AS genetsko in spolno pogojen. Zapisal je : »Avtistična osebnost je ekstremna oblika moške inteligence«. Slednje je sodobna znanost ovrгла. Kljub temu, da je danes znano, da je stanje pristno pri obeh spolih, je še vedno večina diagnosticiranih oseb moškega spola, saj so zmožne deklice preko odraščanja s prilagajanjem in posnemanjem okolice svoje težave in stisko učinkovito prikriti. Posledica tega je, da so pogosto diagnosticirane šele v pozni najstniški ali odrasli dobi.

Osebe z AS se običajno soočajo s **primanjkljaji na področju kognitivnega razvoja**, ki se izražajo v težavah pri:

- verbalni komunikaciji (sporočanju in prejemanju sporočil)
- neverbalni komunikaciji (zaznavanje in uporaba mimike, gest, čustvovanja)
- senzornem zaznavanju,
- abstraktnem mišljenju (sklepanje in presojanje, razumevanje situacij/skritih pomenov/pojmov/ugank/metafor, uporaba domišljija, iskanje skritih vzrokov, reševanje problemov, zmožnost refleksije)
- razumevanju odprtih vprašanj,
- reševanju sestavljenih nalog in večopravnosti.

Po drugi strani imajo lahko na nekaterih področjih kognicije izredno **visoko razvite sposobnosti**:

- govorno izražanje z zavidljivo rabo izrazoslovja
- odličen spomin, ki jim omogoča pomnjenje velike količine podatkov

Običajno imajo **povprečne do nadpovprečne intelektualne sposobnosti**, ki jih usmerjajo na ozko omejena področja zanimanja, zato je študij zanje ob ustreznih prilagoditvah odlično okolje za samouresničitev.

Kljub v nadaljevanju naštetim težavam, s katerimi se posamezniki z AS in njihovo okolje lahko soočajo, se moramo zavedati, da imajo z ustrezno podporo **potencial za samostojno življenje in uspešno zaposlitev**.

Aspergerjev sindrom lahko **spremljajo ostale motnje**, ki se sicer pojavljajo v samostojni obliki, kot so:

- primanjkljaji na različnih področjih učenja (npr. disleksija)
- težave s pozornostjo in hiperaktivnost ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder)
- kompulzivno-obsesivna motnja (OCD)
- epilepsija

V tem gradivu bo predstavljen spekter različnih značilnosti, ki jih povezujemo z AS, čeprav še zdaleč niso prisotne oz. **niso prisotne v enaki meri** pri vseh osebah, ki se soočajo s to diagnozo. Posledično ne smemo brez utemeljenega razloga splošnih značilnosti AS pripisovati kar vsem študentom, diagnosticiranim z AS.

#### **PRIMER:**

Pred seboj imamo lahko dva na prvi pogled povsem običajna študenta. Kasneje opazimo, da je en izmed njiju zelo ekstrovertiran, med predavanjem zelo glasen, pogosto postavlja vprašanja, kar postaja moteče. Po drugi strani drugega študenta skoraj ne opazimo, saj se nikoli ne oglašaja in kaže na popolno introvertiranost.

Prvi izmed njiju vzpostavlja direkten očesni kontakt, brez mežikanja, kar deluje neprijetno, med tem ko drugi študent očesnega kontakta nikoli ne vzpostavi.

Prvi izmed njiju se vedno usede na sredino kroga študentov, ker si želi biti del socialne interakcije, medtem ko drugi vedno sedi v najbolj oddaljenem kotu, sam.

Kljub veliki razliki v njunem obnašanju, se oba študenta soočata z AS.

Pomembno je, da smo z značilnostmi AS seznanjeni in nanje pozorni. To nam pomaga pri **pravočasnem ukrepanju** oz. čim bolj učinkovitem vključevanju študenta z AS v študijski proces.

#### **POMEMBNO:**

Četudi se morda težave, povezane z AS, pri dveh študentih izražajo podobno, se vsak izmed njiju z njimi sooča na svoj način, s pomočjo **individualnih strategij**, ki jih je razvil oz. osvojil tekom odraščanja. Zaradi različnih strategij soočanja s težavami imajo lahko različne študijske prilagoditve različen učinek na uspešno vključevanje posameznih študentov z AS v študijski proces.

## Značilnosti Aspergerjevega sindroma

1. Težave v socialnih interakcijah
2. Omejeno zanimanje (obsesivni interes)
3. Ponavljajoče se (šablonsko) vedenje
4. Težave s koncentracijo
5. Težave na področju fleksibilnosti mišljenja
6. Potreba po rutini
7. Senzorna občutljivost
8. Telesna nerodnost/izražanje
9. Nenavadna uporaba jezika

### Težave v socialnih interakcijah

Socialna interakcija ter soočanje z zahtevami vsakdana za študente z AS običajno predstavljajo **stalen izziv**, kar lahko vodi v izgorelost in različne psiho-socialne motnje (anksioznost, samopoškodba, depresija, motnje hranjenja, duševni zlom...).

V nadaljevanju sledi nekaj glavnih značilnosti oz. težav na tem področju:

- **Težave z vzpostavljanjem medosebnega prostora**

Vzpostavljanje **fizičnega kontakta ali gibanje v množici** lahko za študente z AS predstavlja hud stresor, zaradi česar je v primeru, da oseba kaže tovrsten odpor oz. fobijo, potrebno aktivnosti načrtovati tako, da se izognemo neželenim situacijam.

Po drugi strani lahko študenti z AS morda nimajo najboljšega občutka glede ohranjanja primerne fizične razdalje in delujejo vsiljivo.

- **težave pri razumevanju komunikacijskega procesa**

Težave se izražajo na naslednjih področjih:

- **kako in kdaj** pričeti ali končati pogovor

Situacijo lahko rešujejo tako, da se naučijo določene stalne fraze, ki jih uporabljajo v ta namen. V kolikor te fraze niso dobro preišljene in splošno uporabne, lahko v določenih situacijah izpadejo zelo čudaško.

- kako vzdrževati **vzajemnost** v pogovoru
- kako **primerno izraziti**, kar mislijo

- **nizka zmožnost za vzpostavljanje in ohranjanje komunikacije**

Težave pri vzdrževanju vzajemnosti v pogovoru so neposredno povezane omejenim zanimanjem, ki je značilno za osebe z AS. Posledica tega so **omejene teme pogovora**. Vljudnega vztrajanja v nezanimivi temi oz. temi, ki je morda ključna le za sogovornika, v takem primeru ni mogoče pričakovati.

- **usmerjenost vase**

Študenti z AS morda niso zmožni razumevanja izraženih misli in občutkov drugih. Zaradi **nezmožnosti vživljanja** v čustva in misli sogovornika lahko delujejo nevljudno. Pogosto se niso zmožni soočiti niti z lastnimi čustvi in doživljanjem ter jih primerno izraziti. Ta motnja se strokovno imenuje alexthymia.

Pogosto sledijo izključno lastnim željam in interesom (egocentričnost).

- **neprimerna čustva in vedenje**

Vedenje študenta z AS lahko variira od popolne introvertiranosti (umaknjenosti vase) do ekstremne ekstrovertiranosti (podajanje mnenj in spraševanje brez samokontrole).

**Popolna introvertiranost** oz. zapiranje vase je pogosto posledica nerazumevanja s strani okolice. Posledično svojega doživljanja ne izražajo navzven, kar se kaže v togosti izražanja čustev, z izjemo nenadne jeze ali razburjenja, ki sta običajno povezana s določeno stresno situacijo, ki je študent z AS ne more obvladati.

**Ekstremna ekstrovertiranost** je običajno neposredno povezana s pomanjkljivo samokontrolo, kjer študent z AS lastnih misli ne more zadržati zase, temveč jih stalno in brez premisleka deli z okolico.

- **slaba samokontrola**

Študenti z AS imajo lahko težave z razumevanjem, kdaj je primerno, da govorijo, kdaj pa se pričakuje, da so tiho. Z **nenadzorovanimi** in **ponavljajočimi se** reakcijami lahko na neprimeren način **prekinjajo** pogovor ali organizirane skupinske študijske aktivnosti.

Zaradi omejenih zmožnosti komunikacije lahko pogosto delujejo arogantni oz. nespoštljivi, česar pa **ne delajo namenoma**.

- **neposrednost pri odzivanju**

Poleg dobesednega odzivanja, je za študenta z AS pogosto značilna direktnost oz. **odkrito izražanje misli**, brez predvidevanja morebitnih negativnih posledic. Rezultat so lahko netaktne opazke oz. nespoštljivost v odnosu do sogovornika.

- **nezmožnost vzpostaviti očesni kontakt**

Študenti z AS lahko dajejo občutek, da **govorijo mimo tebe** ali strmijo v določeno točko. To je pogosto posledica strategije, s katero si pomagajo za lažje osredotočanje ter izražanje misli.

Še zdaleč pa to ne pomeni namerne ignorance sogovornika. Vzrok je lahko tudi socialna anksioznost.

- **nezmožnost razumevanja/izražanja mimike, gest in intonacije glasu**

Slabša zmožnost razumevanja mimike, gest in intonacije glasu prispeva k motnjam v komunikacijskem kanalu, zaradi česar študenti z AS v pogovoru **podano informacijo lahko interpretirajo narobe**. Poleg težav pri razumevanju, imajo lahko težave tudi pri izražanju mimike in uporabi gest. Možna je celo odsotnost mimike (slabo razvita neverbalna komunikacija).

- **nezmožnost razumevanja sarkazma, šal, metafor**

Študenti z AS lahko tisto, kar je izrečeno, razumejo **dobesedno**. To pomeni, da si dobesedno razlagajo pregovore, metafore, šale, sarkazem, zaradi česar sporočila ne razumejo ali ne razumejo pravilno. Hkrati tudi reagirajo oz. odgovarjajo dobesedno, kar lahko deluje kot sarkazem, norčevanje ali neslana šala.

**PRIMER:** Na izjavo »Jasno je, kot beli dan, da...« bi tako študent z AS lahko odgovoril »Danes je oblačno«.

Študenti z AS imajo lahko, tudi če v pogovor na vključujemo sarkazma ali metafor, precej težav z razumevanjem, **kaj določene izgovorjene ali zapisane besede dejansko sporočajo**. Običajno namreč ljudje za popestritev oz. boljšo ponazoritev sporočila nevede uporabljamo različne primerjalne opise, ki za osebe z AS lahko pomenijo nepremostljiv komunikacijski problem.

**PRIMER:** »Ne zaletavaj se, kot oven v ogrado.«

- **naivnost**

Ker pogosto ne razumejo laži ali prevare s strani drugih, so lahka tarča za različne vrste zlorab oz. sledijo slabim zgledom, brez da bi razumeli posledice svojih dejanj.

- **težave pri soočanju z zahtevami skupinskega dela**

Skupinsko delo lahko za študente z AS ter njihove mentorje pomeni ogromen izziv. Vzroki za težje funkcioniranje in prilagajanje skupini so:

- nerazumevanje pravil obnašanja in skupinske dinamike,
- nefleksibilnost oz. neprilagodljivost na spremembe, ki so pri skupinskem delu zelo verjetne,
- usmerjenost vase,
- težko soočanje z drugačnimi pogledi/mnenji in slogi komunikacije sogovornikov.

- **nenavadna govorica telesa**

Študenti z AS imajo lahko nenavadno držo telesa ali kompulzivne gibe prstov, dlani, rok, ki so pogosto način kompenziranja oz. soočanja s stresno situacijo.

- osamljenost

Zaradi ekscentričnega vedenja, nenavadnega načina govora ter pomanjkanja socialnih veščin so lahko nerazumljeni s strani okolice, posledično pa zelo osamljeni. Običajno si želijo, da bi se vključili v socialno življenje, vendar pa je njihovo vedenje neprimerno, zaradi česar so zavrtnjeni. Ob tem ne razumejo, da je k temu prispevalo njihovo obnašanje. Po več neuspešnih poskusih se lahko umaknejo v samoizolacijo, ki dodatno prispeva k razvoju depresije ali oblike obsesivno-kompulzivne motnje.

### Omejeno zanimanje (obsesivni interes)

Omejeno obsesivno zanimanje se izraža s **preokupacijo z izbranimi aktivnostmi**.

Lahko gre za zelo nenavadne interese in zanimanja (npr. na pamet se naučijo zemljevid z vsemi linijami in postajališči LPP) ali pa posvečanje določenim podrobnostim, ki jih naštudirajo do potankosti.

Izražanje v študijskem procesu:

- obsedeno posvečanje študijskim vsebinam,
- obsedenost s tem, da se določena naloga dokonča, čeprav to morda sploh ni več relevantno,
- neprilagodljivost,
- sledenje lastnim interesom, ne glede na zunanje zahteve ali navodila,
- zavračanje učenja vsega, kar je izven njihovega področja zanimanja.

#### **POMEMBNO:**

Zavračanje določene aktivnosti ni enoznačno. Včasih lahko študenti z AS zavračajo učenje oz. sodelovanje pri določeni nalogi, ker je sodelovanje zanje tak izziv, da jim pomeni **prekomerno frustracijo oz. stisko**.

### Ponavljajoče se (šablonsko) vedenje

Ponavljajoče vedenje je posledica obsesivnega interesa z izbranimi aktivnostmi ali določeno rutino in se pogosto izraža kot **nekontrolirano prekinjanje** obstoječe tematike pogovora:

- s postavljanjem **ponavljajočih se** vprašanj v zvezi z vsebino, ki jih zanima,
- z nekontroliranimi komentarji,
- z izražanjem **irelevantnih** mnenj,
- s **poudarjanjem tematike** s področja njihovega interesa,
- s ponavljanjem določene fraze ali stavka.



## Težave s koncentracijo

V skupino težav s koncentracijo se uvrščajo:

- težave pri ohranjanju **celovite osredotočenosti** na aktivnosti študijskega procesa,
- težave z **razločevanjem** pomembnih podatkov od nepomembnih.

Zaradi težav s prilagajanjem osredotočenosti na skupinske aktivnosti, se težje vključujejo v **skupinski študijski proces**.

Pogosto se umikajo v kompleksnost svojega notranjega sveta, zato **zgubijo stik** s sledenjem aktualnemu dogajanju. **Učenje z opazovanjem** brez dodatne razlage za študente z AS lahko predstavlja problem.

## Težave na področju fleksibilnosti mišljenja

Zaradi **dobesednega** razumevanja in **osredotočanja na podrobnosti** imajo lahko težave pri razumevanju in povezovanju kompleksnejših oz. abstraktnih vsebin.

Če se študenti z AS soočajo z **hiperleksijo**, odlično berejo in pomnijo prebrano, vendar prebranega besedila pogosto ne razumejo. Uporaba izbornega izrazoslovja (zapletenih besed in besednih zvez) daje lažni vtis, da vsebino, o kateri govorijo, dejansko tudi razumejo. V resnici običajno le ponavljajo, kar so prebrali ali slišali. To je posledica tega, da so se njihovi možgani zmožni do potankosti naučiti vsa pravopisna pravila in besedišče z dobesednim pomenom besed. Težava nastane, če ima ena beseda več različnih pomenov, če se uporablja v stavku s prenesenim pomenom ali je del kompleksnega besedila, ki zahteva abstraktno razmišljanje in interpretacijo.

Študenti z AS imajo pogosto **odličen dolgoročen spomin** v smislu pomnjenja podatkov. To jim omogoča, da si zapomnijo vse predmete, besede, znake na sliki in jih lahko tudi naštejejo, **niso pa zmožni podatkov povezati v celoto in razumsko interpretirati**. Njihova interpretacija je v takem primeru lahko zgolj mehanska.

Po drugi strani imajo študenti AS lahko **težave s kratkoročnim oz. delovnim spominom**, kar se zlasti izkaže ob povečani zahtevi po procesiranju informacij (pri pomnjenju večjega števila sočasno podanih podatkov) in večopravnosti.

Običajno se ljudje učimo in delujemo na podlagi preteklih izkušenj in si tako predstavljamo tudi situacije, ki jih še nismo doživeli. Na tak način na podlagi izkušenj uporabljamo preverjene rešitve za soočanje z novimi problemi. Študenti z AS si običajno zaradi drugačnega načina razmišljanja zapomnijo zlasti podrobnosti in to do potankosti, medtem ko imajo težave z vzročno-posledičnim dojetjem določene doživete situacije. Tako lahko vsak problem vedno znova doživljajo, kot popolnoma novo situacijo, za katero niso opremljeni z ustrežno strategijo soočanja. Posledično imajo lahko **težave pri reševanju**

**problemov** (iskanje rešitev za problem, s katerim se soočajo), **presojanju** in **oblikovanju sklepov**.

Reagiranje študentov z AS je lahko zapoznelo. To pomeni, da lahko preteče **precej časa med dogodkom in reakcijo**, saj študenti z AS lahko potrebujejo več časa za razumevanje določene situacije in oblikovanje ustreznega odziva.

Ker so študenti z AS pogosto podvrženi **perfekcionizmu**, imajo lahko velike **težave pri sprejemanju neuspeha** ter **negativne kritike**.

### Potreba po rutini

Študenti z AS najboljše delujejo v okolju, kjer so vse **stvari natančno določene**, vse morebitne **spremembe pa predvidljive**. Že manjše nepričakovane spremembe v študijskem procesu, navodilih, urniku so lahko zanje zelo velik izziv.

Rutina zanje predstavlja varnost in predvidljivost v kaotičnem okolju, ki jih obdaja. To značilnost lahko **razvijejo do perfekcionizma**, v smislu sledenja določenemu redu v vsem. To pomeni postavljanje pravil oz. časovno determiniranih opravil na vseh področjih življenja.

Sledenje določeni rutini in v naprej določenem zaporedju opravil se ne sklada z zahtevo po večopravilnosti. Študenti z AS so lahko določeni nalogi tako globoko posvečeni, da **izredno težko preklaplajo med različnimi opravili oz. vsebinami**.

**Izpitno obdobje** je lahko huda motnja, saj po eni strani močno poseže v rutino študijskega vsakdana. Za študenta z AS lahko hkrati pomeni neobvladljivo stisko ob soočanju z zahtevo po organizaciji izpitnih obveznosti in postavljanju prioritet, zlati če ni zmožen razumeti posledic svojih napačnih odločitev.

### Senzorna občutljivost

Težave na področju senzornega zaznavanja niso prisotne pri vseh študentih z AS. Pri tistih, ki se s tovrstnimi odstopanji soočajo, pa se motnje v senzorni občutljivosti lahko kažejo v obliki hiper/hiposenzitivnost na dražljaje in spremembe v okolju. Občutljivost na dražljaje lahko tudi variira od dneva do dneva.

**HIPERsenzitivnost** se lahko izraža kot **preobčutljivost** na:

- zvok (promet zunaj stavbe, klima naprava, brenčanje elektrike, škripanje vrat),
- svetlobo (luči v prostoru, sončni žarki, osvetlitev ekranov),
- vonjave (parfumi, vonj mehčalca, vonj ostalih ljudi),
- določene teksture oz. drgnjenje tkanine ob kožo,
- fizični dotik ali bližina ostalih ljudi.

Hipersenzitivnost lahko povzroči fizične bolečine, anksiozne motnje ali motnje vizualnega zaznavanja in lahko preraste v panični napad.

En od načinov soočanja s senzorno preobremenitvijo je **odklop**, kar pomeni izključitev pozornosti oz. delna izključitev določenih čutov (npr. vidijo, a ne slišijo), zaradi česar lahko izgubijo nit pri sledenju razlagi ali preslišijo pomembna navodila.

Pomembno je vedeti, da gre pri hipersenzitivnosti za preobčutljivost na senzorne **dražljaje, ki jih ostali ljudje komaj opazimo**.

**Različni na zunaj vidni znaki**, s katerimi študenti z AS lahko kompenzirajo prekomerne senzorne obremenitve, in ki po njihovem prispevajo k zmanjšanju stresorja, so:

- **prekrivanje obraza** z lasmi, oblačili ali sončnimi očali,
- pokrivanje **ušes** z naušniki, slušalke, z rokami,
- **kompulzivni** gibi (npr. mahanje z dlanmi),
- **nemirno** sedenje (npr. zibanje),
- **intenzivno osredotočanje** na določen predmet.

Če stresor preseže določeno mejo zmogljivosti, lahko pri študentu z AS povzroči tudi **nenaden izbruh** ali **panični napad**.

Ker so študenti z AS običajno v svojem razmišljanju zelo togi in neprilagodljivi, jih že najmanjša motnja lahko spravi iz tira, zato so **redko sproščeni**.

Prekomerne senzorne obremenitve lahko delujejo **podobno, kot študijske preobremenitve**.

Z reakcijami, ki jih povzročijo senzorne preobremenitve, lahko študenti z AS povzročijo **večje motnje in prekinitve študijskega procesa**. To je zlasti moteče pri skupinskih študijskih aktivnostih.

Občutljivost na senzorne motnje je pri vsakem posamezniku z AS specifična, zato je zelo pomembno, da **identificiramo vire tovrstnih preobremenitev** za posameznega študenta ter ustrezno ukrepamo v smeri minimiziranja stresorjev.

Senzorna preobčutljivost lahko vodi tudi v **spremenjene spalne navade** ali motnje nočnega počitka. Študent z AS lahko zamenja noč za dan in študijsko delo zavleče pozno v noč, ko so zaradi nočnega miru pogoji za učenje veliko boljši. Posledično je čez dan preutrujen, na predavanjih težje sledi ali celo zaspi. Enake posledice lahko pusti bivanje v živahnem okolju študentskega doma, kjer zaradi nočnega direndaja študent z AS ne more spati. Seveda pa to niso edini vzroki za dnevno preutrujenost. Botruje ji lahko tudi podvrženost digitalni odvisnosti, ki se izraža v nočnem posedanju pred računalnikom ob igranju različnih iger ipd. Najpogosteje je moten nočno-dnevni ritem posledica kombinacije različnih dejavnikov, zaradi česar bi tovrsten študent potreboval posebno oz. strokovno obravnavo.

**HIPOsenzitivnost** je nasprotje senzorni preobčutljivosti. V takem primeru imajo študenti z AS prekomerno toleranco do različnih senzornih stimulansov (glasni zvoki, vročina, mraz, bleščanje,...). To postane za študijski proces moteče le v primeru, če začne študent z AS sam ustvarjati **ponavljajoče efekte** oz. **zvoke neprimerne jakosti** (npr. brcanje z nogo, tolčenje s pisalom, glasno govorjenje), ki postanejo moteči za ostale študente. Običajno študenti z AS tega **ne delajo namenoma**, saj zaradi svoje hiposenzitivnosti ne zaznavajo motnje in se tako ne zavedajo, da bi lahko bila moteča za okolico. Pogosto ponavljajoče se gibanje ali aktivnost **pripomore k umirjanju** in sprostitvi določene napetosti, s katero se soočajo. Običajno je dovolj, da v takem primeru študentu **jasno sporočimo**, naj preneha z motečo aktivnostjo.

Študenti z AS se lahko soočajo tudi s posebno motnjo vizualnega zaznavanja, ki je posledica neustreznega delovanja možganov. Motnja se imenuje **Irlen sindrom** in se izraža kot:

- preobčutljivost na bleščanje, fluorescentno in sončno svetlobo (izčrpanost zaradi uporabe računalnika)
- težave pri branju (plavajoče ali motne črke, zaradi česar posledično pride do napak, izgube orientacije v tekstu in preskakovanja)
- težave pri razumevanju prebranega
- težave z zapisovanjem (neenaki razmiki in velikosti črk, napačno črkovanje, poševne vrstice ali stolpci)
- prisotnost »površnih« napak
- glavobol in zaspanost
- težave s ohranjanjem osredotočenosti
- nerodnost pri gibanju (lovljenje letečih predmetov, težave pri oceni razdalj)

## Telesna nerodnost/izražanje

Motnje na področju senzorne občutljivosti so lahko izražajo tudi s **pomanjkljivim delovanjem proprioceptorjev**. Čutila za propriocepcijo se nahajajo v sklepih, kitah, mišicah in poskrbijo za usklajeno koordinacijo telesa (zavedanje gibanja, drže, ohranjanje ravnotežja).

Pri osebah z AS je zaradi slabšega zaznavanja na področju propriocepcije lahko prisotno nenavadno telesno izražanje in telesna nerodnost, ki se kaže na naslednje načine:

- neobičajna **drža** telesa in gibi rok
- slabša **koordinacija** gibov (nenamerno zaletavanje v soljudi ali predmete, spotikanje)
- slabše razvita **fin motorika** (težave pri ročnem pisanju)
- težave z ravnotežjem

Težave z ravnotežjem in nadzorom gibanja se zlasti izražajo pri vključevanju v **skupinske športne aktivnosti**, kjer situacijo dodatno poslabšajo ostale značilnosti AS, ki posamezniku otežujejo sledenje skupinski dinamiki in pravilom.

### Nenavadna uporaba jezika

Nenavadna uporaba jezika vključuje:

- **neobičajno naglaševanje** besed, kar lahko privede do različnega pomena stavkov
- nezmožnost preklapljanja med različnimi stili komunikacije, kar se izraža v **zelo togem in monotonem govoru**
- uporaba **neprimerne jakosti** glasu glede na situacijo v komunikaciji
- **nenavaden način izražanja** (govor v tretji osebi, uporaba zapletenih besed in besednih zvez)
- nagnjenost k **ponavljanju** stalnih besednih zvez oz. določenih fraz

## Močna področja AS

Običajno ob Aspergerjevem sindromu oz. kakršnikoli drugi diagnozi najprej pomislimo na pomanjkljivosti oz. težave, ki iz njih izhajajo. Zanimivo je, da določene značilnosti, ki so po eni strani lahko zelo omejujoče, po drugi strani prinašajo tudi prednosti, če jih le znamo prepoznati, posameznike pa pravilno usmeriti oz. podpreti.

V nadaljevanju so navedena potencialna močna področja študentov z AS, ki pa niso v enakem obsegu prisotna pri vseh posameznikih. Pomembno je, da se jih zavedamo, ustrezno delujemo ter študentom z AS v čim večji meri pomagamo pri uresničevanju njihovih potencialov.

Potencialna močna področja oseb z AS so:

- Izrazita **talentiranost** za določeno področje. Če imajo možnost, da jo odkrijejo, ji sledijo in jo razvijajo, lahko razvijejo **specifična strokovna znanja**.
- Izrazito dober **dolgoročni spomin** za podatke.
- Zaradi omejenega zanimanja oz. interesa, se zelo posvetijo določenemu področju, posledično pa imajo izredno **bogato (enciklopedično) znanje**, premorejo **specifične informacije** in se na izbranem področju razvijejo v prave strokovnjake.
- Zmožni so se osredotočati na **podrobnosti**, zlasti odkriti in v neskončnost slediti določenim **vzorcem**, kar omogoča vzdrževanje ravnotežja na področju raziskovanja, hkrati pa vodi v nepričakovana **odkritja**.
- Običajno se popolnoma posvetijo svojemu delu in na tem področju **trdo delajo**. Lahko se zanesemo, da bodo dodeljeno nalogo kvalitetno opravili.
- Zvesti so svojim prepričanjem o **pravilnem** in **pravičnem ravnanju** ter jim sledijo tudi na lastno škodo.
- Njihovo specifično znanje in **kreativnost** sta lahko odlična podlaga za delo na **področju inovacij**.
- Glede na pogosto nadpovprečne govorne sposobnosti so lahko zelo kreativni pri **uporabi jezika**, zato so lahko odlični pisatelji ali govorniki.
- Pogosto imajo smisel za **umetnost** in glasbo.

## Študijske situacije in predlogi za ukrepanje

Težave v povezavi z Aspergerjevim sindromom se lahko izražajo na zelo različne načine. Vrsta in stopnja potrebnih prilagoditev tako variirajo od študenta do študenta.

**Posebnost Aspergerjevega sindroma** je, da ima lahko en študent s to diagnozo primanjkljaje na področju pisanja, matematike ali naravoslovja, medtem ko drugi študent z enako diagnozo lahko na nekaterih izmed omenjenih področij briljira.

V nadaljevanju sledijo opisi problematičnih študijskih okoliščin s priporočili za preventivno ravnanje in navedbo predlogov za prilagoditve študijskega procesa, s katerimi se lahko izognemo neljubim študijskim situacijam.

### Zmanjšana zmožnost planiranja in organizacije študija

Številčnost **različnih prostorov, raznolik urnik** in zahteva po **visoki stopnji samoorganizacije** ter odgovornosti za lastni učni napredek je za študente z AS zelo težek zalogaj.

Ker imajo študenti z AS **težave s procesiranjem informacij**, lahko posledično nastopijo zapleti pri sledenju študijskemu urniku, izpolnjevanju rokov za oddajo študijskih obveznosti ter prijavah na preverjanje znanja.

#### PRIMERI:

- Namesto, da bi študent uredil tako, da se mu študijske (in ostale) obveznosti ne bi prekrivale, se lahko zgodi, da bo zaradi določenih časovno vzporednih dejavnosti na določeni aktivnosti brez vnaprejšnjega opozorila manjkal, ali bo na sredi izvajanja brez obrazložitve ali z ne najbolj jasnim pojasnilom zapustil prostor.
- Če študent z AS ne bo prejel zelo jasnih informacij o tem, **KAJ, KAKO** in **KDAJ** mora narediti in zastavljena naloga ne bo strukturirana **PO** posameznih **KORAKIH**, je zelo verjetno, da se ne bo zmož lotiti izbrane naloge. Nejasnost bo povzročila preveliko zmedo in posledično stisko.
- Lahko se tudi zgodi, da študent z AS ne bo oddal seminarske naloge do roka za oddajo, čeprav bo s pisanjem zaključil že pred rokom.

#### PRIPOROČILA:

Za podporo pri planiranju in organizaciji študija **oblikujemo** strukturirane urnike in pregledne sezname.

**Ko pripravljamo urnik**, upoštevamo morebitne težave, ki bi jih lahko imel študent z AS v primeru zelo natrpanega urnika z vsebinami, ki se zaporedno izvajajo na različnih lokacijah. Če je mogoče urnik organiziramo tako, da vključuje **čim manj lokacijskih premikov v enem dnevu**. V kolikor to ni mogoče, je priporočljivo študentu zagotoviti **asistenco oz. spremstvo**, ki zmanjša možnosti psihičnih preobremenitev.

Študenta z AS **v naprej obvestimo** o spremembah urnika oz. postopkov, obravnavane vsebine ali uporabljenih metod in materiala.

Pri podajanju informacij je priporočljivo, da študentu z AS pripravimo individualno prilagojene informacije in sicer tako v **ustni**, kot tudi v **pisni** obliki z **vizualnimi** poudarki.

Po objavi novih, kompleksnejših informacij pri študentu z AS **preverimo**, če je vse podane informacije ustrezno razumel.

Študentu z AS po potrebi zagotovimo okrepljeno **podporo s strani tutorja** za študente s posebnimi potrebami. Tutor študentu z AS lahko pomaga pri oblikovanju dnevnih in tedenskih planov dela, ki študenta opremijo s strukturo, ki jo običajno najbolj potrebuje.

Študentu z AS po potrebi pomagamo pri **urejanju inštrukcij**.

Organiziramo **redne sestanke**, na katerih se s študentom pogovorimo in preverimo, kaj v študijskem procesu zanj deluje in s čim pa ima težave. Študenta vprašamo, **kako se sooča s težavami in kako bi mu lahko pomagali**.

Bodimo pripravljeni, da študentu **vedno znova odgovarjamo** na vprašanja oz. **razlagamo** zadeve, ki se nam zdijo povsem razumljive.

Naj nas ne preseneti, če se študent z AS ne bo znašel med objavljenimi informacijami ali ne bo reagiral na elektronska in ostala sporočila. Mnogo študentov z AS **potrebuje podporo pri spoznavanju** novega sistema in **potrebuje čas**, da ga osvoji.

## Komunikacija

Pri komuniciranju s študentom z AS imejmo v mislih raznolike možne spremljajoče dejavnike, ki vplivajo na komunikacijski proces:

- pogosto prisotne težave na področju socialne interakcije,
- neposrednost pri odzivanju oz. slaba samokontrola,
- dobesedno razumevanje povedanega,
- omejeno zanimanje, neprilagodljivost in šablonsko vedenje,
- prisotnost senzorne preobčutljivosti,
- pristnost hiperleksije in nenavadne rabe jezika,
- težave z osredotočenostjo.

Pri uspešnosti komunikacije s študentom z AS je zelo pomembno, ali je študent **seznanjen** oz. se zaveda svoje diagnoze, in ali je o tem z nami **pripravljen odprto govoriti**.



## PRIPOROČILA:

Bodimo odprti za komunikacijo. **Vzemimo si čas, da spoznamo študenta**, njegove težave in njegove močne strani, pri razvoju katerih ga lahko tako bolj učinkovito podpremo.

Imejmo v mislih, da se študent z AS morda sploh ne bo spomnil, da bi prosil za pomoč, dodatno razlago ali informacije, ki ih je zgrešil, pa čeprav bi bila to najboljša rešitev. Ker se tega zavedamo, je pomembno, da **študentu sami ponudimo pomoč**.

Ko komuniciramo s študentom z AS, izberimo **prostor brez motečih senzornih stresorjev**. Bodimo **umirjeni in vztrajni**, a tudi **prilagodljivi**, če ugotovimo, da njegovi predlogi, četudi drugačni od naših, ne bi pomenili večjega odstopanja od zelene situacije. Pri komunikaciji **se ne spuščajmo v konfrontacijo**, saj bo študent v tem primeru še bolj prepričan v svoj prav in ne bo sposoben videti nobene druge perspektive, kot svojo.

Študenti z AS se med komunikacijo pogosto **izogibajo očesnemu kontaktu**, lahko pa pogled osredotočajo na določeno točko izven komunikacijskega polja. Ob tovrstni situaciji ne delajmo prenapljenih zaključkov, da nas študent ne posluša oz. ne upošteva. Vzrok za opisan način usmerjanja pogleda je pogosto **boljša koncentracija** ter posledično boljše razumevanje prejetega sporočila. Možna je tudi prisotnost **socialne anksioznosti**.

Pri komunikaciji uporabljamo čim bolj **natančen in jasen način izražanja**. Ko podajamo sporočilo, ne uporabljamo metafor, pregovorov, sarkazma ali sporočanja z obrazno mimiko. Stavki naj bodo jasni in jedrnat. Čeprav bi z uporabo določenih primerov v prenesenem pomenu izbrano situacijo lahko bolj živo ali učinkoviteje ponazorili, je lahko učinek za študenta z AS ravno nasproten, saj tako posredovanega sporočila zelo verjetno ne bo razumel.

Pri komunikaciji je pomembno, da smo **pozorni na moteče dejavnike**, ki bi morda negativno vplivali na učinkovitost komunikacije (glasnost in hitrost govora, morebitne moteče vonjave ali osvetlitev ipd.).

Pustimo, da študent **sam izbere mesto**, kjer bo stal ali sedel.

Ne ozirajmo se na to, če ima študent na ušesih **slušalke** ali nosi **sončna očala**, saj so to najverjetneje njegovi pripomočki za učinkovito soočanje s senzornimi stresorji.

Ko želimo posredovati pomembno informacijo ali navodila za delo, ki se neposredno tičejo študenta z AS, pred tem študenta opozorimo na to, da je sporočilo namenjeno njemu s tem, da ga **pokličemo po imenu**. Lahko se namreč zgodi, da študent ne bo razumel, da je sporočilo namenjeno (tudi) njemu in ga bo zato zgrešil. To je tudi razlog, da je dobro, da **vsa pomembna sporočila študentu z AS predamo osebno**.

Bodimo **razumevajoči glede načina komuniciranja** oz. posameznih izjav s strani študenta z AS.

Vzrok je lahko:

- v posebnem načinu dojemanja

Študent morda deluje jezno in nespoštljivo, ker naš način komunikacije dojema kot nasilen in **se morda počuti ogroženega**. Nek drug študent z AS bi ob enakem dojemljanju lahko reagiral z odsotnostjo z naših predavanj.

- **osebna stiska**, s katero se študent sooča

Stiska je lahko posledica nepričakovanih sprememb, senzornih preobremenitev, odstopanj od specifičnih pričakovanj samega študenta ipd.

V primeru resnično žaljivih in neprimernih izjav je študenta z AS smiselno opozoriti, da njegovo ravnanje ni ustrezno. To sporočimo **na jasen in miren način**. Ne uporabljamo sarkazma, metafor, temveč sporočilo podamo dobesedno. Ne glede na študentovo reakcijo, **ohranjamo mirnost**. Svoje avtoritete ne izražamo s silo, saj to lahko povzroči dodaten odpor in razburjenje. Pomembno je, da zagotovimo, da je študent razumel, kaj od njega pričakujemo, hkrati pa se lahko, kljub svoji vznemirjenosti, opre na mirnost in stalnost v našem pristopu. V kolikor je **študent preveč vznemirjen**, kar onemogoča učinkovito nadaljevanje komunikacije, je bolje pogovor prekiniti, o odprti temi pa se na primeren način pogovoriti ob drugi priložnosti.

V kolikor s študentom z AS ne uspemo ustvariti pravega stika in komunikacija ni ustrezna, je smiselno, da se v določenih primerih obrnemo na **starše ali skrbnike**, ki so morda edine osebe, ki študenta in njegov način komunikacije resnično razumejo. Po drugi strani je tudi možno, da so starši zaradi skrbi lahko prekomerno zaščitniški in svojega otroka pri usvajanju samostojnega življenja lahko tudi ovirajo.

Študentom z AS se lahko zagotovi **podpora pri komunikaciji** o njihovih potrebah s **pomočjo kartic**, ki jim dovoljujejo določene prilagoditve (kartica za obisk knjižnice ali referata izven uradnih ur, kartica za izhod iz obveznih vaj zaradi stresne situacije). Študentom v tem primeru ni potrebno podajati dodatnih obrazložitvev, ki utemeljujejo njihovo pravico do določene izjeme. S tem se izognemo dodatni psihični obremenitvi posameznega študenta in morebitnemu nerazumevanju situacije s strani sogovornikov.

#### **POMEMBNO:**

- Najbolje bi bilo, če bi imel študent z AS na fakulteti osebo, ki bi redno spremljala njegov napredek (pooblaščen oseba za študente s posebnimi potrebami, profesor tutor, mentor, svetovalni delavec). To pomeni, da bi **prejemala kopijo vseh pomembnih sporočil**, ki bi jih bil študent deležen tekom študijskega procesa in bi bila tako bolj seznanjena s tem, kdaj bi študent potreboval **okrepljeno podporo**.
- Ko pri študentu preverjamo razumevanje prejetega sporočila, **se izogibamo vprašanju: »Ste razumeli?«**. Bolje je, da uporabimo vprašanja, ki študenta spodbudijo k razmišljanju in hkrati opremijo za nadaljnje korake, na primer:

- Lahko prosim povzamete / glavne točke najinega pogovora / o čem sva se pogovarjala?
- Kako se boste te naloge lotili? S čim boste začeli?
- Kaj bodo vključevale priprave na to nalogo?
- Rekli ste, da boste naredili ..., na kakšen način boste to izvedli? Kakšen bo postopek?
- Kako vam lahko pomagam, da boste pri svojem delu uspešni?
- Pomembno je, da študentu z AS **natančno pojasnimo, kaj in na kakšen način** od njega **pričakujemo**. Če pojasnila ne bodo dovolj jasna in bomo študenta le spodbujali z besedami, da je sposoben pripraviti kvalitetno nalogo, si bo študent z AS v svoji **tendenci k perfekcionizmu** lahko ustvaril **sliko nekega ideala**, ki bo daleč nad našimi pričakovanju, vendar bo študent domneval, da je to tisto, kar pričakujemo. Posledično si bo naložil **izredno zahtevno nalogo**, zaradi česar bo **preobremenjen** z delom in skrbjo, kako jo bo izpolnil. To je lahko pot v **čustveni zlom** oz. lahko pripelje v nezmožnost, da bi sploh karkoli pripravil.

## Organizacija predavanj in vaj

Prisostvovanje pri predavanjih, vajah, seminarjih in ostalih skupinskih aktivnostih je za študenta z AS lahko velik, včasih pa tudi neobvladljiv, izziv. Razlogi so različni:

- zahteva po vključevanju v socialno interakcijo,
- težave pri soočanju s senzorno preobčutljivostjo,
- komunikacijske prepreke,
- organizacijske težave,
- preutrujenost.

Od posameznika do posameznika, njegovega značaja, genov, individualnih strategij oz. zmožnosti soočanja s stresorji je odvisno, kako se bo med navedenimi izzivi znašel. Včasih so težave tako intenzivne, da študent rešitev najde v **odsotnosti s študijskih aktivnosti**. Ob tem, ko se izogiba neprijetnim situacijam, ne razume možnih posledic svojih dejanj. Če tega ne zaznamo pravočasno in študenta ne podpremo ustrezno, lahko zaradi tega izgubi cel letnik študija. Prvi korak je vsekakor, da ob večkratni odsotnosti s predavanj ali vaj, študentu z AS napišemo sporočilo, v katerem preverimo razlog odsotnosti in mu ponudimo podporo. Podporo lahko izvede posamezni profesor ali o tem obvesti izbrano osebo na fakulteti, ki je odgovorna za spremljanje študenta z AS.

**PRIMER** sporočila:

»Ker ste bili že nekajkrat odsotni s predavanj (vaj), želim preveriti vzrok vaše odsotnosti. Ste seznanjeni s tem, kje in kdaj se predavanja (vaje) izvajajo? Obstaja morda kakšen drug razlog

za vašo odsotnost? V kolikor obstaja razlog in je mogoče, sem vam pripravljen/a pomagati pri iskanju ustrezne rešitve. Udeležba na predavanjih (vajah) je namreč ključna za vaše napredovanje pri študiju. V kolikor želite, se lahko dogovoriva za individualni pogovor...«

Če študent z AS ne reagira na naša sporočila, se lahko obrnemo na študenta tutorja ali sošolca, ki študenta z AS dobro pozna.

#### **PRIPOROČILA:**

Pri izvajanju predavanj in vaj uporabljamo čim bolj **jasno oz. dobesedno razlago**, brez vključevanja zabavnih dovtipov ali besednih iger, **brez poudarka na sporočanju z intonacijo glasu, uporabo mimike in številnih, neizrazitih gest**. Če želimo namreč sporočilo podkrepiti z uporabo glasovnega poudarjanja določenih besed, z intonacijo glasu, z obrazno mimiko oz. z govornico telesa, se zavedajmo, da je velika verjetnost, da študent z AS sporočila, podanega na tak način, ne bo razumel.

Študentu z AS brez vprašanj dovolimo, da se študijski aktivnosti diskretno **prikluči po začetku**, če tako želi.

Študentu z AS omogočimo, da si v predavalnici **izbere sedež**, kjer je najmanj motečih senzornih dejavnikov. Študentu je vsekakor smiselno omogočiti prostor stran od okna, če tako želi.

Študentu z AS dovolimo, da **zapusti prostor med izvajanjem** predavanj ali vaj, če je to potrebno. Kasneje mu omogočimo, da nadoknadi zamujene informacije.

Študentu z AS omogočimo, da **zapusti prostor pred zaključkom** predavanj ali vaj, da se lahko izogne gneči in hrupu množice na hodnikih.

Ko izvajamo predavanja ali vaje, je priporočljivo, da:

- smo s telesom in obrazom **obrnjeni proti študentom**,
- se ne sprehajamo po prostoru,
- **ne uporabljamo številnih gest**, s katerimi bi želeli ponazoriti povedano (Če že uporabljamo geste, naj jih bo malo in naj bodo zelo **nazorne**)

Študenti z AS bolje razumejo **vizualno prikazane informacije** (slike, sheme, grafične prikaze), kot informacije, podane s tekstom. S tega razloga je primerno, da se ustna razlaga podpre z vizualnim prikazom. Po drugi strani **učenje, ki temelji le na opazovanju, lahko predstavlja problem**, zato je jasna in natančna razlaga ključna za razumevanje prikazanega.

Če študent z AS predavani snovi težje sledi, je priporočljivo, da:

- predavatelj študentu **pred izvedbo predavanja posreduje gradivo**, ki ga bo uporabil na predavanju (npr. Powerpoint prezentacijo). Tako se študent lahko pripravi in lažje sledi predavani snovi.

- predavatelj študentu ponudi **možnost individualnih konzultacij** po predavanju. Ob tem je zelo pomembno, da se s študentom dogovori, **kdaj in koliko časa** bo na voljo za konzultacije. Če konzultacije potekajo tudi preko e-pošte in študent dnevno pošilja več sporočil, se je smiselno dogovoriti glede **števila sporočil**, ki jih študent tedensko lahko pošlje predavatelju, hkrati pa študenta seznaniti s **časom, v katerem lahko pričakuje odgovor**.

Konzultacije so primerne v primeru manjših primanjkljajev pri razumevanju snovi. V primeru nerazumevanja večjega dela snovi je smiselno poskrbeti za ustrezne **instrukcije** in hkrati preveriti, kaj botruje temu primanjkljaju.

Zaradi **omejenega zanimanja** za ožjo tematiko so lahko študenti z AS med skupinskimi dogodki zelo moteči s ponavljajočimi se vprašanji ali neumestnimi komentarji. Situacijo s ponavljajočimi se vprašanji lahko rešimo tako, da študenta prosimo, da **vprašanja zapisuje**, odgovore pa zastavi in prejme naknadno. Druga možnost je, da študenta pred predavanjem individualno **seznamo s tem, kdaj in na kakšen način** lahko postavlja vprašanja. Obenem lahko določimo **omejeno število vprašanj**, ki jih lahko zastavi tekom izvedbe dogodka. Najbolj enostavno in najmanj izstopajoče je, če **pravilo določimo za vse prisotne študente** (npr. na predavanju lahko postavite največ 2 vprašanja).

V kolikor je potrebno, se s študentom z AS dogovorimo za **individualni sestanek** in mu jasno podajmo pravila obnašanja na predavanjih oz. vajah.

Če na študenta z AS med izvajanjem študijske aktivnosti **naslovite vprašanje** ali pripombo, je priporočljivo, da ga pred vprašanjem **pokličete po imenu**. Bodite **potrpežljivi** in študentu omogočite nekaj dodatnega časa, da se pripravi na odgovor.

V primeru, da je študent z AS med predavanjem moteč zaradi stalnih komentarjev in vprašanj, ni dovolj, da mu rečemo »**Zdaj pa dovolj!**«, saj študent ne bo razumel, kaj pričakujemo od njega. **Bolje je, da rečemo:** »Trenutno vam na vprašanje ne morem odgovoriti. Oglasite se pri meni po zaključku predavanja.«

Če študent ne pride sam, ga **po predavanju pokličemo na kratek pogovor**, kjer mu opišemo neustrezno obnašanje in podamo jasna navodila za naprej.

**PRIMER POJASNILA:** »Tudi ostali študenti imajo vprašanja, na vsakem predavanju pa moramo predelati zastavljeno učno snov. Če porabim ves čas za odgovarjanje na vaša vprašanja, mi zmanjka časa za razlago in odgovarjanje na vprašanja ostalih študentov. Dogovoriva se, da imate možnost na vsakem predavanju dvakrat dvigniti roko in zastaviti dve vprašanji. Odgovoril bom največ na dve vprašanji. V primeru, da imate dodatna vprašanja, pridite do mene po zaključku predavanja, na govorilne ure,...«

Če damo študentu z AS **jasno vedeti, kakšna so pravila obnašanja**, ve kaj lahko pričakuje in se temu lažje prilagodi.

Študenta z AS **v naprej obvestimo** o nenačrtovanih spremembah izvajanja predavanj in vaj.

V primeru izrednih in vsebinsko ali časovno manj strukturiranih dogodkov, študentu z AS nudimo **dodatno vodenje oz. podporo**.

Oblika take podpore je **predhodna seznanitev študenta** z namenom, načinom izvajanja dogodka, lokacijo in posebnostmi nove lokacije, ki na študenta z AS v primeru senzorne preobčutljivosti lahko vplivajo obremenilno.

Študentu z AS, če je potrebno, omogočimo **spremistvo zanesljive osebe**, ki ji zaupa. Ustrezno spremitvo študenta močno razbremeni, hkrati pa mu nudi oporo v primeru soočenja s stresnimi situacijami.

Če študent z AS zaradi okvare fine motorike med predavanjem ne uspe ustvarjati lastnih zapiskov, mu **pomagamo pri pridobivanju zapiskov** s strani ostalih študentov.

**Snemanje predavanj ali vaj**, z možnostjo naknadnega ponovnega ogleda, študentu z AS omogoči, da si v miru ponovno ogleda posnetke in **lažje identificira nerazumljive dele snovi**, pri katerih potrebuje dodatno razlago.

V primeru, da želimo študentom sporočiti pomembno študijsko informacijo (npr. spremembo ure pričetka naslednjega predavanja, navodilo za pripravo in rok za oddajo seminarske naloge), je pomembno, da **informacije podamo jasno in glasno**, ključne podatke pa potrebi **večkrat ponovimo**. Najbolj priporočljivo je, da informacije zapišemo in študentom posredujemo **v strukturirani, pisni obliki**.

Če je potrebno, študentom z AS ponudimo **dodatno, njim prilagojeno razlago** navodil za seminarske naloge ali vaje.

Ko pripravljamo študijsko gradivo, je zelo priporočljivo, da snov razdelimo na **krajša, logična poglavja**, znotraj poglavij pa daljše razlage organiziramo v obliki **alinej, naštevanj, poudarjenega teksta**.

Študenti z AS morda ne razumejo, da se lahko obrnejo po dodatno pomoč na profesorja, zato je pomembno, da **sami preverimo**, če je to potrebno oz. jih spodbujamo k aktivnem sodelovanju.

### Soočanje s seminarskimi in ostalimi nalogami

Študenti z AS potrebujejo za to, da si ustvarijo sliko o pričakovanem izdelku in sploh začnejo z izdelavo, **zelo natančna navodila** in pojasnila. V kolikor navodila niso dovolj nazorna, se lahko zgodi, da bo študent zaradi napačnega razumevanja nalogo zastavil narobe in ne bo dosegel pričakovanega oz. zelenega rezultata. To se lahko izkaže problematično zlasti v situaciji, ko študent z AS tekom predhodnega šolanja ni dosegel potrebne **stopnje samostojnosti pri delu**. Posledično pri delu potrebuje veliko več vodenja in pojasnil.

Ko je študent z AS sredi določenega dela, ga **nepričakovana prekinitev**, ki zahteva, da se osredotoči na drugo stvar, lahko tako zmede in miselno oddalji, da je ponovno soočenje s prvotnim delom na mestu prekinitve zelo težko. Za uspešen povratek k nalogi potrebujejo dodatno podporo. Včasih se morajo po prekinitvi vrniti na sam začetek in ponovno pričeti z delom od tam. Zaradi različnih izzivov oz. obremenitev, s katerimi se soočajo, so pogosto izčrpani, kar še dodatno prispeva k motnjam v delovanju kratkoročnega (delovnega) spomina.

Ko študenti z AS zaključijo z nekim projektom oz. nalogo, se **izredno težko vračajo v predhodne faze** dela in **vnašajo kakršnekoli spremembe**. Ko je določena naloga oz. izdelek zaključen, je zaključen, zato od študentov z AS težje pričakujemo popravke obstoječe tematike. To bo zanje lahko pomenilo ponovno soočenje z nalogo od začetka, neodvisno od že opravljenega dela.

Nekateri študenti z AS nimajo težav z **javnimi predstavitvami** seminarskih nalog, zlasti če gre za tematiko, ki jih zanima in jo dobro poznajo. Za druge to lahko pomeni zelo velik problem, zato je smiselno, da imamo za tak primer pripravljen rezervni načrt.

**PRIMERI** alternativnih možnosti predstavljanja seminarske naloge:

- Študent z AS ali skupina, v katero je vključen, lahko predstavitev opravi v odsotnosti ostalih študentov.
- Dogovorite se s skupino, da študent z AS opravi vsebinsko delo, medtem ko njegov del predstavitve opravi eden od preostalih članov skupine.
- Dovolite študentu z AS, da se posname in na predstavitvi predvaja posnetek.
- Dovolite študentu, da svojo predstavitev opravi z izdelavo plakata, brez osebne nastopa.

## Soočanje s skupinskim delom

Študenti z AS zaradi primanjkljajev na področju razumevanja pravil **socialne interakcije** najbolje funkcionirajo pri delu, ki je organizirano **individualno** ali **v paru**.

Zaradi pogosto slabe samopodobe, samokritičnosti oz. **netolerantnosti do lastnih napak** so lahko čustveno zelo ranljivi. Po drugi strani se **težko soočajo z negativno kritiko**, na katero lahko neprimerno reagirajo.

**Če skupina ni dobro izbrana** in bi ostali člani do rezultata radi prišli na čim lažji način, s čim manj dela, to lahko študenta z AS, ki je običajno visoko delovno a ngažiran, zelo vznemiri. Odvisno od značaja in ostalih dejavnikov bo v tem primeru študent z AS lahko **reagirjal na dva načina**:

- prevzel bo večji del ali celo vse zadolžitve in delo opravil sam

- zapadel bo pod vpliv manj vestnih sošolcev, brez da bi se zavedal posledic slabo opravljenega dela

Pri skupinskem delu je velika verjetnost, da študent z AS ne **bo uspel slediti dinamiki** skupinskega dela. Zaradi svojega perfekcionizma oz. delovne angažiranosti, neprilagodljivosti, nerazumevanja pogledov ostalih članov skupine in nezmožnosti za iskanje skupnih rešitev, se bo težje vklapljal in sodeloval. S svojimi reakcijami in motečimi mnenji bo lahko oviral skupino pri delu, zaradi česar ga ostali člani lahko začno zavračati ali celo izločijo. V nobeni od situacij študent z AS ne bo razumel, zakaj se mu to dogaja. Z lastnega zornega kota namreč ni naredil nič takega, kar bi vzpodbudilo tako reakcijo s strani okolice.

Po drugi strani je lahko skupinsko delo za študenta z AS in ostale člane skupine tudi **pozitivna izkušnja**. Študent z AS v skupino običajno prinese visoko delovno angažiranost, s katero lahko »okuži« tudi ostale. Če je delo dobro organizirano, pravila jasno določena in upoštevana, ostali člani pa razumevajoči do vedenjskih posebnosti študenta z AS, lahko prednosti celo presežejo slabosti. Seveda pa je to v veliki meri odvisno od stopnje težav, s katerimi se sooča študent z AS ter naborom strategij za blaženje kritičnih stanj, ki jih je posameznik usvojil tekom odraščanja.

#### PRIPOROČILA:

Pred odločitvijo za skupinsko delo **preverimo, ali je študent z AS pripravljen na tak način dela**. V kolikor ni, preverimo, kakšno podporo mu lahko ponudimo, da bo sodelovanje mogoče.

S študentom z AS komuniciramo na tak način, da ga **ne izpostavljamo** pred ostalimi sošolci.

Ko se odločamo za skupinsko delo, **skupine določimo v naprej**. S tem se bomo izognili možnosti, da bi ostali študenti posameznika z AS izločili. Hkrati na tak način študenta lahko dodelimo skupini študentov:

- ki jih študent z AS **dobro pozna** (prednost je, če člani skupine vedo za njegovo diagnozo),
- ki vključuje visoko **delovno angažirane** posameznike,
- kjer ocenjujemo, da bodo njegove posebnosti boljše **sprejete** in procesirane tekom skupinskega dela.

Pri organizaciji skupinskega dela upoštevamo dejstvo, da velikost skupine pomembno vpliva na učinkovitost vključevanja študenta z AS v skupinsko delo. **Maksimalna** priporočena velikost skupine je **4-5 študentov**. Za nekatere študent z AS je že to prevelik izziv.

Pri skupinskem delu študentu z AS omogočimo, da **ostane na istem sedežu**, kot med individualnim delom.



Če so senzorne obremenitve med skupinskim delom v predavalnici previsoke, omogočite skupini, ki vključuje študenta z AS, da **uporabi za delo drug prostor**.

Pomembno je, da **pred začetkom** skupinskega dela **jasno definiramo cilje**:

- vsebino naloge in pričakovane rezultate,
- **časovni načrt** dela z rokom oddaje,
- **jasna pravila** skupinskega dela

Vse pomembne informacije, ki se tičejo naloge in pravil skupinskega dela, podajmo tako **v ustni, kot urejeni in strukturirani pisni obliki!**

#### **PRIMER PRAVIL:**

1. (stalni) **termini sestajanja** skupine (dan, ura, trajanje)
2. **čas odmorov** (če skupinsko delo poteka kot del učnega procesa v prostorih fakultete)
3. **razdelitev** nalog in zadolžitev

Delo v skupini s študentom z AS lahko že na začetku **organiziramo bolj strukturirano**. Primer tega je, da za vsakega člana skupine v naprej določimo funkcijo oz. zadolžitev. Študentu z AS omogočimo, da pri skupinskem delu **izbere področje dela**, ki ga zanima.

4. določitev **vrstnega reda** za oglašanje oz. načina podajanja mnenj.

Tako omogočimo bolj strukturirano in umirjeno komunikacijo, aktivno vključenost in slišnost vseh članov skupine, študenta z AS pa dodatno opremimo z informacijo, kdaj je zaželeno, da podaja svoje predloge.

5. Študente pri skupinske delu opozorimo na pomen **aktivnega poslušanja**.
6. Določimo **način oblikovanja zapiskov**, ki bo omogočal učinkovit pregled nad delom skupine med aktivnostjo in naknadno.
7. Če študent z AS za učinkovito delo od doma potrebuje posnetke dela v skupini, **omogočimo snemanje**. V tem primeru je smiselno, da študent z AS za tovrstne potrebe **podpiše soglasje**, da bo vse posnetke uporabljal zgolj za individualne študijske potrebe.
8. V kolikor skupinsko delo poteka v samoorganizaciji študentov, **izven predavalnice**, študente opozorimo, da naj upoštevajo enaka pravila, kot pri delu na fakulteti, pri izbiri lokacije oz. delovnih prostorov pa naj upoštevajo **želje in potrebe vseh članov** skupine. Izberejo naj **miren prostor**, kjer bo čim manj motečih zunanjih dejavnikov.
9. Poudarimo **pomen pozitivnih odnosov** v skupini ter medsebojne **vzpodbude**.

Če je smiselno oz. situacija to dopušča, predlagamo **alternativne načine komunikacije** med udeleženci skupine. Poleg dela v živo in neposredne komunikacije lahko skupina

uporablja tudi pisne oblike komunikacije, ki poleg e-pošte, vključujejo uporabo družabnih medijev in spletne učilnice. Pri tem je seveda potrebno biti pozoren, da imajo vsi udeleženci dostop do izbranih orodij.

Skupini, ki vključuje študenta z AS **nudimo dodatno podporo** (pomoč pri organizaciji, preverjanje napredka pri izvajanju naloge, reševanje konfliktov,...).

Med izvajanjem skupinskega dela **preverjamo napredovanje skupine**, po zaključku pa preverimo, s kakšnimi problemi pri skupinskem delu se je skupina soočala in kako jih je reševala.

Pred pričetkom dela v skupini se s študentom z AS dogovorimo za **individualni sestanek**, kjer študenta seznanimo z nalogo, načinom izvedbe, pričakovanimi rezultati, pravili in časovnimi okvirji skupinskega dela. Upravljanje s časom je namreč pogosto šibka točka študentov z AS.

Če je potrebno študentu dodatno razložimo **pravila** obnašanja za čim bolj učinkovito skupinsko delo (način in čas postavljanja vprašanj in podajanja mnenj tekom skupinskega dela).

S študentom se pogovorimo o možnih **strategijah soočanja s težavami pri skupinskem delu**. Ena izmed strategij je umik iz skupine ali delovnega prostora, ko študent zazna, da se s povečano obremenitvijo (senzorno ali izhajajočo iz skupinske interakcije) ne zmore več soočiti. **Umik** prispeva k izločitvi stresorja oz. pomiritvi, hkrati pa zmanjšuje možnost za razvoj konfliktnih situacij, poslabšanje odnosa s člani skupine ter zdravstvenih posledic za študenta z AS.

Priporočljivo je, da na koncu **dodatno preverimo**, če je študent vse podane informacije pravilno razumel.

Če je mogoče, **delo v skupini v razumnih okvirjih prilagodimo potrebam študenta z AS**. Če bo sodelovanje ustrezalo posameznikovim (učnim) potrebam, bo to pozitivno vplivalo na delo celotne skupine.

**Po zaključku skupinskega** dela študenta z AS zopet povabimo na individualni pogovor, kjer preverimo, kako se je počutil pri skupinskem delu, s katerimi težavami se je soočal in kako bi ga pri izvajanju dela v skupini v prihodnje lahko bolje podprli.

Pozorni moramo biti na možnost, da bi ostali člani skupine **izkoristili delavnost** študenta z AS. V tem primeru se lahko zgodi, da bo celotno delo opravil študent z AS sam, medtem ko bodo ostali koristili plod njegovega dela. Po drugi strani visoka delovna zavzetost študenta z AS lahko pozitivno pripomore k angažiranosti celotne skupine.

Skupinsko delo je težavno okolje za študenta z AS, vendar je z veliko mero razumevanja in potrpežljivosti, jasnimi pravili in strukturo, **v manjši skupini znanih oseb** sodelovanje mogoče. Pogoj za to je pripravljenost ostalih študentov za sodelovanje. Če so odklonilni do sodelovanja, skupinsko delo študentu z AS ne bo prineslo ustreznih učnih in socialnih

izkušenj. V tem primeru je boljše organizirati **delo v paru**. Nekateri študenti z AS niti niso sposobni sodelovati z več kot eno osebo.

Organizacija študijskega procesa, ki vključuje **delo v večjih skupinah študentov** (več od 5) za študente z AS običajno **ni priporočljiva**.

Če je vključevanje študentov v **skupinsko delo ključni del študijskega programa**, ki se mu ne moremo izogniti, lahko študenta z AS zlasti **pri delu v večjih skupinah** podpremo tako, da skupini dodelimo tako imenovanega »nadzornika oz. spremljevalca«, ki je primerno usposobljen za soočanje s potrebami študentov z AS.

**Nadzornik ali spremljevalec** lahko opravlja naslednje naloge:

- poskrbi za dobro delovno klimo in vključevanje študenta z AS v skupinsko delo,
- pazi, da skupina upošteva dogovorjena pravila,
- na kratko povzema in zapisuje ideje, predloge in dogovore,
- če je potrebno, študentu z AS razloži poglede oz. predloge ostalih članov skupine,
- skrbi, da skupina sledi zastavljenim ciljem,
- če pride do odstopanj od dogovorjenega, študentu z AS predstavi spremembe in vzroke zanje,
- pravočasno posreduje v primeru nesporazumov oz. nastajajočih konfliktov.

### Soočanje z omejenimi interesi

Študenti z AS se težje soočajo z zahtevami študijskega programa ter raznolikim naborom predmetov in vsebin, ki so pogoj za napredovanje in uspešen zaključek študija.

Pogosto so osredotočeni na **ozko področje zanimanja**, ki se mu popolnoma posvetijo in naštudirajo do podrobnosti. Kljub splošnim težavam z ohranjanjem osredotočenosti, je zmožnost koncentracije pri obravnavi izbrane tematike izjemna. Posledično lahko na svojih področjih zanimanja razvijejo zelo **napredna znanja**.

Problem pri obsesivnem zanimanju nastane, če **študent z AS zanemara ostale študijske vsebine**, kar negativno vpliva na splošen študijski uspeh in odnose na fakulteti. Stereotipen primer je študent z odličnimi ocenami na določenem področju in negativnimi pri ostalih predmetih.

#### **PRIPOROČILA:**

Nikoli **ne poskušajmo študenta z AS odvrniti od njegovih interesnih točk**, saj bo to povzročilo le konflikt in vodilo k neželenim posledicam. Poleg tega so to njegova potencialno močna področja, na katerih ima priložnost za uspeh.

Raje razmišljajmo, kako bi lahko njegov interes od izbranega predmeta razširili in povezali z ostalimi študijskimi predmeti. Morda lahko študenta stimuliramo k usmeritvi na ostale predmete preko **delegiranja različnih nalog pri izbranem predmetu, ki vključujejo razvoj veščin na ostalih področjih** oz. »interdisciplinarno povezovanje«.

Pri tem je potrebno biti **kreativen, prilagodljiv in pozoren** na to, kako in na kaj se študent z AS odziva.

Študenta z AS **spodbujajte pri študiju** predmetov ali tematike, ki se izkaže za njegovo močno področje. S tem omogočite razvoj veščin, ki za študenta ob zaključku študija pomenijo pomembno **konkurenčno prednost pri zaposlovanju**.

### Soočanje s prekomernimi študijskimi obremenitvami

Prekomerne študijske obremenitve lahko predstavljajo tako hud stres, da študenti z AS izgubijo samokontrolo, kar se izraža v napadih anksioznosti oz. v drugih oblikah duševnih stisk.

Prekomerno obremenitev za študenta z AS lahko predstavlja tudi **skupinsko delo**, kjer lahko pride zaradi nerazumevanja pravil, nepričakovanih sprememb in težav pri komunikaciji do slabih odnosov ter zavračanja študenta z AS s strani ostalih članov skupine.

Nekateri študenti z AS imajo lahko velike težave tudi z **javnim nastopanjem**, zlasti v primeru, če nastop poteka brez pisne podpore.

#### PRIPOROČILA:

Na fakulteti naj ima študent z AS **osebo, ki ji zaupa** in na katero se lahko v primeru težav in stiske vedno obrne. Zaželeno je, da ima ta oseba vsaj osnovno znanje o Aspergerjevem sindromu, da lažje razume situacije, v katerih se študent nahaja, in ga podpre pri umirjanju oz. iskanju rešitve.

Študenta z AS na fakulteti seznanimo z **varnim prostorom**, kamor se lahko umakne v primeru stiske. To je prostor, ki študentu omogoča, da se umiri.

Študentu z AS ugodimo izjeme oz. **prilagodimo načine opravljanja študijskih obveznosti** pri določenih problematičnih predmetih, če je to mogoče oz. v skladu z zahtevanimi minimalnimi standardi študijskega programa. En izmed načinov je, da študentu ponudimo **alternativne možnosti** opravljanja študijskih obveznosti.

## Manjša zmožnost za razumevanja kompleksnih navodil/pravil

Študenti z AS imajo lahko težave z razumevanjem navodil in se nanje odzivajo odklonilno, zlasti če so ta **večplastna** ali **ne dovolj konkretna**.

Če ne razumejo navodil in poteka določene aktivnosti, se njihova zaskrbljenost lahko izraža v obliki **anksiozne motnje**, ki onemogoči zbrano in učinkovito reševanje nalog.

Pri preverjanju znanja imajo študenti z AS lahko težave tako s **kompleksnimi vprašanji** kot tudi tipom **odprtih vprašanj**. V obeh primerih je rezultat ta, da ne vedo, kaj točno se od njih pričakuje in kako bi strukturirali odgovor.

Podobno imajo študenti z AS lahko konkretne **težave pri razumevanju oz. povezovanju informacij kompleksnejših študijskih vsebin**. S poglobljanjem v posamezne podrobnosti lahko spregledajo glavno poanto oz. skupno nit besedil in se popolnoma oddaljijo od bistva.

### PRIPOROČILA:

Kompleksna navodila razstavimo z **razčlenitvijo nalog** na več manjših delov.

Ko oblikujemo navodila ali vprašanja se izražamo čim bolj **dobesedno in jasno**.

**Ne pozabimo preveriti**, če je študent sporočilo oz. vprašanje razumel.

## Praktične vaje v laboratoriju

V kolikor se študent z AS med drugim sooča s **preobčutljivostjo na senzorne dražljaje**, je lahko delo v laboratoriju zelo stresno. Težave lahko povzročajo neprijetne, dražeče vonjave, brneči zvoki, močna osvetlitev, laboratorijska zaščitna oprema ali prenatrpan prostor. Ti dražljaji lahko prispevajo k manjšim motnjam v osredotočenosti, lahko pa osredotočenost onemogočijo, povzročijo fizično bolečino in slabost ali panični napad.

Dogajanje na laboratorijskih vajah je veliko bolj **nepredvidljivo**, kot izvajanje predavanj. Nepredvidljivim situacijam se lahko v veliki meri izognemo s kvalitetnim **načrtovanjem**, **predvidevanjem** morebitnih težav ter z **natančno in jasno podanimi navodili**.

Delo običajno poteka **v parih** ali **v skupini**, kar vključuje souporabo orodij in materialov ter sodelovanje pri izvajanju nalog (več v poglavju Soočanje s skupinskim delom).

Če ima študent z AS šibko telesno koordinacijo ali fino motoriko, lahko nastopijo **težave pri rokovanju z laboratorijsko opremo**.

Zaradi slabše zmožnosti učenja na podlagi izkušenj je pri študentih z AS lahko prisotno **nižje zavedanje o morebitnih nevarnih okoliščinah**, posledično pa tudi slabša preventiva v smislu **preprečevanja potencialne nevarnosti**.

## PRIPOROČILA:

Študentu z AS omogočimo **sedež v svoji bližini**, da lahko spremljamo njegovo delo in odzive. Okoli sedeža naj bo **dovolj prostora**, da se študent ne bo počutil utesnjeno. To naj bo študentov **stalni sedež**.

Delovne površine naj bodo **urejene**, delovni materiali pa **shranjeni na stalnem mestu**.

Bodimo **prilagodljivi**. Če študent izrazi željo in je to mogoče, mu omogočimo individualno delo, uporabo računalnika ali zvočnega/video snemalnika. V zadnjem primeru je smiselno, da študent za ta namen podpiše **soglasje o individualni uporabi posnetkov** izključno za študijske namene.

**Struktura izvajanja** laboratorijskih vaj naj bo **stalna** (rutina na začetku z opisom programa posamezne vaje, zaključek s stalnim vprašanjem v stilu »Naštejte 5 glavnih stvari, ki ste se jih danes naučili.«).

Na začetku določimo jasna **pravila dela in obnašanja** v laboratoriju.

Bolje, kot da študentom dodelimo cel sklop nalog v kosu, je, da **delo razdelimo na krajše vaje**, ki jih ob uvodu pospremimo z jasno predstavljenimi in natančnimi **navodili**, ob zaključku pa s **povzetki** opravljenega dela s poudarkom na osvojenih veščinah pri posamezni vaji.

Vsako nalogo časovno omejimo in **študente seznanimo s časovnico**. Če je mogoče in smiselno, čas izvajanja posamezne naloge zapišimo na vidno mesto. V kolikor je potrebno, študenta z AS med izvajanjem laboratorijskega dela **opomnimo, kdaj je čas**, da se loti naslednje naloge.

Če morajo študenti rezultate poskusov zapisovati, je priporočljivo, da za ta namen **pripravimo izročke s predoblikovanimi praznimi tabelami** in jih na začetku vaj razdelimo med študente. Struktura v obliki tabel bo omogočila boljšo preglednost rezultatov, zaradi česar se bo študent z AS pri delu lažje organiziral, hkrati pa bo urejenost prispevala k njegovi umirjenosti.

V primeru, da načrtujemo **spremembo v obstoječi rutini**, o tem študente predhodno opozorimo.

Za delo v parih ali v skupini **študente razporedimo po lastni presoji**. Študenta z AS razporedimo v skupino, kjer dobro pozna vsaj enega člana skupine in predvidevamo, da bo delo potekalo najbolj učinkovito.

Ko izvajamo demonstracije poskusov, študente **opozorimo na pričakovane senzorne pojave** (pokanje, svetlobni bliski, neprijetne vonjave ipd.). V primeru neprijetnih vonjav bo

študentu z AS pri soočanju z neželenim dražljajem morda v pomoč takojšnji stik s prijetnim vonjem, ki ga pomirja in ga hrani v žepu ali torbi.

Študentu z AS v primeru znakov preobremenitve omogočimo, da zapusti zanj problematično okolje. V bližini laboratorija naj bo **prostor za umik**, kamor se lahko umakne v primeru prevelike vznemirjenosti, razdražljivosti oz. senzorne preobremenjenosti. Študent se bo počutil veliko bolj varno, če ga bomo s tem prostorom in možnostjo umika že v naprej seznanili.

V primeru preobremenitvenih reakcij s strani AS **delujemo pomirjujoče**. Ne govorimo veliko, zgolj toliko, da študenta usmerimo stran od stresne situacije. Izogibamo se neposrednemu očesnemu kontaktu.

**Ko naslavljamo študenta z AS**, najprej izgovorimo njegovo ime, šele nato naj sledi navodilo, opozorilo ali vprašanje.

V kolikor študent z AS uporablja neprimerne opazke, ga na to **opozorimo na miren in jasen način**.

Spremljamo študentovo delo. **Ne poudarjamo napak**, ampak opozarjamo na to, kar bi lahko naredil drugače. Študenta pri delu **spodbujamo** in pohvalimo, ko zaznamo napredek.

Študenti z AS so običajno zelo uspešni pri delu:

- ki zahteva natančnost in osredotočanje na podrobnosti
- je osnovano na natančno strukturiranem postopku
- kjer je rezultat oz. končni produkt natančno določen

## Organizacija preverjanja znanja

Četudi študenti z AS nimajo težav z osvajanjem znanja, se težave lahko pojavijo ob pristopu k preverjanju znanja in sicer v naslednjih oblikah:

- **Napetost oz. strah pred izpitom**, pred neznano novo situacijo, lahko preraste v nekontrolirano anksiozno stanje, ki študentu onemogoči učinkovito reševanje izpita.
- Če študent z **izpitnim postopkom ni bil seznanjen v naprej** ali pa so v samem postopku **večja odstopanja** od pričakovanega, se študent novemu stanju ni sposoben prilagoditi, kar povzroča tako hud stres, da je opravljanje izpita moteno.
- Če so izpitna vprašanja **odprtega tipa**, **preveč zapletena** ali vključujejo **fraze**, ki študentu onemogočajo pravilno razumevanje vprašanja, je zelo verjetno, da bo študent podal napačen odgovor.
- Pri vprašanjih odprtega tipa imajo študenti z AS lahko težave pri oceni, kakšna je **prava mera informacij**, ki naj jih podajo v odgovoru.

- Če izpitno okolje vključuje **veliko senzornih stresorjev** (prevelik prostor, ki ga študent ni vajen, hoja nadzornika po predavalnici, moteči zvoki, veliko število ljudi, svetlobni dražljaji, dražeci parfumi), to lahko povzroča precejšnje težave z vzdrževanjem osredotočenosti na izpitna vprašanja.
- Študenti z AS imajo lahko probleme s **časovno orientacijo**, kar povzroči izgubo občutka za čas in predolgo posvečanje posameznim izpitnim vprašanjem, zaradi česar jim posledično zmanjka časa za preostali del izpitne pole.
- Enaka težava s časovno orientacijo, prisotna med pripravami na izpit, lahko povzroči, da študent izgubi občutek za čas in **tik pred izpitom misli, da ima še teden dni za pripravo**. Ker je mislil, da ima še dovolj časa, se je preveč posvečal podrobnostim in določenega dela snovi sploh še ni predelal. Ko izve, da časa ni več, je stiska lahko zelo velika.
- Če je del preverjanja znanja seminarska naloga, določeni študenti z AS ne bodo mogli pričeti z delom, dokler jim ne bo popolnoma jasno kaj, kdaj in na kakšen način morajo narediti. Lahko se zgodi, da **zaradi nejasnosti čakajo vse do roka oddaje oz. prijave na izpit**, brez da bi se obrnili na nas za dodatna pojasnila. Ker pa je seminarska naloga pogoj pristop k izpitu, se ne morejo prijaviti na izpit.
- Če del preverjanja znanja predstavlja seminarska naloga, ki je rezultat skupinskega dela in študent z AS ugotovi, da nekateri drugi člani skupine niso opravili dela v skladu z njegovimi standardi, morda naloge ne bo želel oddati. Namesto tega se bo lotil popravkov in se **nalogi posvečal toliko časa, dokler ne bo po njegovem ustrezna**.
- Študenti z AS se težje soočajo z večopravilnostjo, kamor spada tudi **organizacija priprav na celoten sklop izpitov posameznega semestra naenkrat**. To je v neposredni povezavi s težavami pri časovnem načrtovanju učenja ter nezmožnostjo osredotočenja na več različnih izpitnih vsebin ob istem času.

Če je med izpitom preveč motečih faktorjev, ki študentu z AS onemogočajo osredotočenost na izpolnjevanje izpitnih nalog, se lahko zgodi, da študent izpita, kljub znanju, ne bo opravil.

#### **PRIPOROČILA:**

Priporočljivo je, da so študenti z AS **seznanjeni s postopkom in zahtevami** preverjanja znanja. S tem, ko vedo, kaj lahko pričakujejo, se lažje pripravijo in soočajo z novimi izzivi.

Študentu z AS omogočimo **mentorsko podporo** pri pripravah na izpit. To vlogo lahko prevzame pooblaščen oseba za študente s posebnimi potrebami, profesor tutor oz. druga ustrezno usposobljena oseba.

Dovolj časa **pred prvim izpitnim obdobjem oz. prvim pisnim preverjanjem znanja** pri študentu z AS **preverimo**:

1. kako se soočajo z delom **pod (časovnim) pritiskom**?
2. kako **organizirajo** svoje delo, da opravijo vse načrtovane naloge, če so **časovno omejeni**?



3. Ali uporabljajo za pisanje samo določen **tip in barvo pisala**?

V primeru, da sta tip in barva pisala za študenta ključna dejavnika za nemoteno reševanje testa, je priporočljivo, da študenta opozorimo, da s seboj prinese **rezervno pisalo**.

4. Ali se reševanja izpitne pole vedno lotijo **strogo po vrstnem redu** vprašanj?

5. Ali čutijo potrebo, da na vsako posamezno vprašanje **popolno odgovorijo**, preden se pomaknejo dalje?

**PRIMER:**

- **Oštevilčen vrstni red vprašanj na izpitni poli** lahko študentu z AS onemogoča, da bi sam izbral vprašanja, na katera bi želel najprej odgovarjati. Številčenje ali določen vrstni red ga sili, da mu sledi. To pomeni, da lahko že pri prvi točki naleti na vprašanje, na katero ne zna odgovoriti ali s svojim odgovorom ni zadovoljen. Posledično se lahko pri vprašanju zadrži tako dolgo, da ne uspe odgovoriti na preostala vprašanja. Če ne bi bil »prisiljen« v sledenje v naprej načrtanemu vrstnemu redu vprašanj, bi morda izpit opravil celo zelo uspešno, tako pa bo zaradi napačnega dojetja pravil oz. postopka pri izpitu neuspešen.
- Rešitev je morda v tem, da študentu ponudimo **vprašanja na ločenih listih, ki niso oštevilčeni**. Študentu svetujemo, da si najprej ogleda vsa vprašanja, nato pa si sam izbere vrstni red. Če ni števil, tudi ni neke miselne omejitve, ki bi študenta ovirala pri oblikovanju lastnega prioritetejnega reda.

Če je izpit pri določenem predmetu pogojevan z opravljenimi kolokviji, seminarскими nalogami in podobno, bodimo pozorni, da **preverimo, ali študent z AS sproti opravlja delne izpitne obveznosti**. V kolikor se to ne dogaja, preverimo vzrok. Lahko se zgodi, da je vzrok v nerazumevanju navodil, zgrešenih informacijah in podobno. Poskrbimo za to, da bo študent **ustrezno obveščen**.

Med pisnim preverjanjem znanja je primerno, da se študentu z AS, v kolikor to potrebuje in želi, omogoči **miren prostor**, s čim manj motečimi dejavniki. To je lahko sedež, okoli katerega je dovolj prostora in je **umaknjen** od glavnih prehodov ter tako zagotavlja čim manjše motnje med opravljanjem izpita. Še bolje je, če se študentu z AS omogoči pisanje v **manjši, ločeni sobi**. Motečim dejavnikom se lahko izognemo tudi z **individualnim rokom** za opravljanje izpita.

Ker imajo študenti z AS pogosto težave z večopravnostjo, se med izpitnim obdobjem lahko popolnoma zgubijo. Zanje je priporočljivo **zaporedno opravljanje izpitov** ter dovolj vmesnega časa za preklon in pripravo. K lažji samoorganizaciji lahko pripomorejo **individualni izpitni roki**.

Če tako želi, študentu z AS omogočimo prihod in namestitev v izpitnem prostoru **pred prihodom ostalih študentom**, s čemer se izogne gneči in hrupu natrpanega hodnika pred prostorom.

Zlasti če študent z AS k izpitu pristopa prvič, je priporočljivo, da **pravočasno preverimo**, če je študent seznanjen z lokacijo in časom opravljanja izpita. Hkrati je pomembno, da študentu z AS pred preverjanjem znanja **jasno predstavimo izpitni postopek**. Če je mogoče, študenta s pomočjo starega vzorca izpita **seznamo s strukturo izpitne pole**. S tem bomo omogočili, da se ustrezno psihično pripravi, predvsem pa med samim preverjanjem znanja počuti bolj suvereno.

Za podporo pri opravljanju izpita se obrnemo na tutorje za študente s posebnimi potrebami, ki študentu z AS predstavijo **učinkovite načine priprave na izpit**.

Pred izpitom pri študentu z AS preverimo, če morda potrebuje **prilagojeno izpitno gradivo**. To pomeni izpitno polo v specifičnem **formatu** (tiskana ali digitalna oblika, podpora asistenta pri branju in pisanju) ali izpitno polo s specifičnim **oblikovanjem** (ustrezni razmiki med vrsticami, vrsta in velikost pisave, specifično obarvano ozadje,...).

Med priporočljivimi prilagoditvami preverjanja znanja za študente z AS je **podaljšan čas opravljanja** izpita. Vzroki za podaljšan čas pisanja so naslednji:

- Ob uvodu v izpit študent morda potrebuje dodaten čas za **obrazložitev postopka** opravljanja izpita.
- Če študent določenih **vprašanj ne razume**, potrebuje tekom izpita dodaten čas ter podporo pri obrazložitvi vprašanj.
- Ker so študenti z AS bolj občutljivi na stresne situacije, delo pod **časovnim pritiskom** zanje predstavlja hudo težavo in motnjo osredotočenosti, zaradi česar napredujejo počasneje.
- Zaradi **težav s fino motoriko** lahko študenti z AS pišejo počasneje, zato potrebujejo več časa, zlasti v primeru esejsko zastavljenih vprašanj.

Če študentu z AS tako bolj ustreza, je ena od rešitev **uporaba prenosnega računalnika**, ki nadomesti ročno pisanje izpita. Hkrati računalnik nudi možnost individualnih nastavitvev ter podpornih programov. Možni prilagoditvi sta tudi **asistenca pisca**, ki zapisuje po študentovem nareku ali možnost **ustnega opravljanja** izpita, če se študent s tem strinja.

Študenti z AS imajo lahko težave s časovno orientacijo, zaradi česar niso sposobni časovno planirati in se pri posameznih vprašanjih predlogo zadržijo. Posledično jim zmanjka časa za ostali del izpitne pole. Če je potrebno, študentu omogočimo **podporo s časovnim opozorilom**, kdaj je čas za premik na naslednje vprašanje.

Pomembno je, da se zavedamo možnosti, da študent z AS med izpitom morda **ne bo zaznal potrebe, da bi samodejno vprašal za pomoč**, čeprav bi jo potreboval.

Pri opravljanju ustnega izpita je smiselno, da študentu z AS ponudimo **vprašanja tako v ustni kot pisni obliki**. Na tak način študentu omogočimo, da se lažje osredotoči in si ustvari sliko o pričakovanem odgovoru. Pomembno je, da smo **potrpežljivi** in damo študentu čas za razmislek.

V kolikor je potrebno, postavimo **podvprašanja**, s katerimi študentu pomagamo razčleniti vprašanje, zlasti če gre za bolj kompleksno tematiko. Da bi se izognili morebitnemu nerazumevanju, je priporočljivo, da tudi odprtim vprašanjem vedno dodamo podvprašanja oz. navodila, ki študenta usmerjajo glede želene vsebine in obsega odgovora.

Pri ustnem opravljanju izpita lahko preverimo, **ali študent tisto, kar je povedal, dejansko razume**. Študenti z AS so namreč pogosto mojstri besede, hkrati pa imajo odličen spomin za podrobnosti, zato je verjetno, da bodo odlično kopirali in posredovali študijsko snov, brez da bi razumeli njen dejanski pomen (hiperleksija).

Pri določenih študentih z AS se lahko zgodi, da ne bodo motivirani za pristopanje k izpitu, saj ne bodo razumeli pomena opravljanja izpitov oz. se jim bo tovrstna aktivnost zdela nesmiselna. To je lahko posledica pomanjkljive sposobnosti vzročno-posledičnega povezovanja oz. **nezmožnosti predvidevanja posledic** neizpolnjevanja študijskih obveznosti na njihovo prihodnje življenje.

V takih primerih je smiselno študentu **razložiti pomen opravljanja izpitov**, kot način za dokazovanje znanja, ki je osnova za pridobitev pisnega potrdila o doseženih kvalifikacijah ter s tem za dokončanje študija. Potrdilo o dokončanem študiju je tudi osnova za dokazovanje ustreznih kompetenc pri zaposlovanju.

V primeru časovno zelo obsežnega izpita, je smiselno študentu z AS zagotoviti **nadzorovan odmor**.

**Preden objavimo rezultate pisnega izpita**, preverimo rezultat, ki ga je dosegel študent z AS. V primeru, da je bil neuspešen, o tem predhodno **obvestimo študentovega »skrbnika« na fakulteti**. Študenti z AS se zelo težko soočajo z neuspehom, zato bi lahko na objavljene rezultate zelo slabo reagirali. Priporočljivo je, da so o slabih rezultatih obveščeni **osebno**, ob čemer **preverimo, kaj je vzrok** za tak rezultat. Študenta tako lahko dodatno podpremo, predvsem pa se z njim pogovorimo in ga **vzpodbudimo** pri nadaljnjem delu in študiju.

Bodimo odprti za to, da študentu po potrebi ponudimo **alternativni pristop** k preverjanju znanja. Tako lahko prezentacijo z nastopom pred ostalimi študenti nadomestimo s pogovorom ena na ena, skupinsko seminarsko nalogo pa nadomestimo z individualnim delom.

Potrebno je opozoriti, da **spremembe oz. prilagoditve uvajamo, če je to resnično potrebno** in pomeni za študenta rešitev pred neobvladljivo stisko. Če v primeru študenta z AS npr. rutinsko izključujemo možnost skupinskega dela ali javnega nastopanja, ne delujemo v njegovo korist. Nenazadnje je za študenta koristno, da krepí svoje veščine socialne interakcije, če to seveda zmore.

## Bivanje v študentskih domovih

### PRIPOROČILO:

Za bivanje v študentskih domovih se priporoča, da imajo študenti z AS **enoposteljno sobo**, v kateri so lahko sami, saj za študij izrecno potrebujejo mirno okolje, brez motečih dejavnikov, med katerimi je tudi vzpostavljanje odnosa s sostanovalci.

## Delovna praksa

### PRIPOROČILA:

Za učinkovito izvedbo prakse je ključna **pravočasna in kvalitetna priprava**, ki vključuje urejanje potrebnih prilagoditev delovnega okolja. Gre namreč za večjo spremembo v rutini, ki za študenta z AS lahko pomeni velik stres, če na to ni ustrezno pripravljen.

V kolikor delovno prakso organizira matična visokošolska institucija, je pomembno, da vodjo delovne organizacije in študentovega delovnega mentorja **seznanimo s študentovimi »posebnimi potrebami«**, potrebnimi prilagoditvami delovnega okolja ter odzivanjem oz. ravnanjem v primeru nepričakovanih kriznih situacij.

Če je potrebno, se dogovorimo za možnost opravljanja dela v **samostojnem prostoru**.

Če študent na praksi sodeluje v skupini, je pomembno, da v delovni organizaciji zagotovijo **sobo za umik**.

Študent z AS se bo bolje znašel na delovnem mestu, ki ne zahteva močno razvitega kratkoročnega spomina oz. večopravnosti ob istem času.

## Anksioznost in študij

### Povzročitelji anksioznosti:

- nekontrolirane skrbi zaradi nezmožnosti nadzora nad življenjskimi situacijami,
- težave v socialnih interakcijah,
- preobčutljivost na zunanje okoljske dejavnike,
- nepričakovane spremembe,
- strah pred neznanim,
- prizadevanje za prilagajanje okolju in s tem zatiranje svojih doživetij ipd.

### Možne oblike anksioznih motenj:

- generalna anksiozna motnja (stalne skrbi onemogočajo normalno funkcioniranje),
- socialna anksioznost (pretiran strah pred ocenjevanjem in kritiko drugih ljudi),

- kompulzivno-obsesivna motnja (nekontrolirane in ponavljajoče se misli in dejanja),
- agorafobija (strah pred odprtimi prostori in množico),
- panični napad (nepričakovani napadi neobvladljivega strahu).

**Telesni simptomi** anksioznosti:

- prekomerno potenje
- hiperventilacija (prehitro in/ali pregloboko dihanje)
- vrtoglavica in glavobol
- močan utrip srca
- napetost mišic in tresenje
- pogosto uriniranje
- težave s prebavo

**Duševni simptomi** anksioznosti:

- nemir
- težave s koncentracijo
- občutek »prazne glave«
- razdražljivost
- negativne misli
- nespečnost in nenavadna utrujenost

**Možne posledice** prisotnosti stalne visoke anksioznosti:

- izogibanje stresnim situacijam (izostajanje od predavanj, vaj oz. ostalih študijskih aktivnosti)
- izogibanje socialnim stikom (ne vprašajo za podporo ali pomoč, ko bi bilo potrebno)
- padec osredotočenosti
- sproščanje z igranjem digitalnih igranic (telefon, računalnik)
- zatiranje izražanja stiske na fakulteti in sproščanje nakopičene negativne energije doma
- razvoj ekstremne introvertiranosti (posameznik deluje nezainteresirano in nekomunikativno)
- depresija
- samopoškodbe
- motnje hranjenja (značilno zlasti za ženske)
- duševni zlom

## PRIPOROČILA:

Tekom študija je lahko študent z AS, zaradi različni zdravstvenih zapletov, ki so pogosto posledica nerešenih težav in stalno prisotnih napadov anksioznosti, večkrat in za različna obdobja **nenačrtovano odsoten**.

Med študijskimi programi, pa tudi samimi predmeti znotraj posameznega študijskega programa, so lahko velike razlike, kar se tiče pogojev za pristop k izpitu. En izmed pogojev je normirano št. ur prisotnosti na predavanjih in/ali vajah, ki velja za vse študente. Tovrstni bonus lahko študent z AS ob večjih zdravstvenih težavah hitro prekorači, zato je smiselno razmisliti o možnostih **odobritve višjega števila dopustnih ur odsotnosti**. Odločitev o tem mora biti seveda skladna z oceno minimalnega potrebnega števila ur prisotnosti, ki zadosti akademskim standardom z vidika doseganja potrebnih kompetenc, izhajajočih iz študijskega programa.

Študentu z AS je po bolniški odsotnosti priporočljivo zagotoviti ustrezno **podporo pri ponovnem uvajanju v študijski proces**, pomoč pri organizaciji študijskega gradiva in nadaljnjega študija.

Mnoge zdravstvene zaplete študentov z AS lahko preprečimo s pravočasnim ukrepanjem, zato je zelo pomembno, da **dovolj zgodaj identificiramo** vse dejavnike, ki povzročajo duševne preobremenitve in jih korak za korakom z ustreznim postopanjem **zmanjšamo na minimum**.

**V primeru paničnega napada**, ohranimo **mirnost** in zbranost. Ne trudimo si na vsak način pridobiti študentove pozornosti s prekomernim številom besed, v želji, da bi ga pomirili. Ne zrimo vanj, zlasti se **izogibamo direktnemu pogledu v oči**. Pustimo, da **sproti napetost** z vpitjem, zmerjanjem ali besnenjem. Medtem ga z minimalno uporabo jasnih besed poskušamo **umakniti iz neprijetne situacije** oz. dopustimo, da se umakne sam. Šele **kasneje**, ko se študent z AS umiri, se lahko o dogodku pogovorimo. Med pogovorom se **pogovarjamo o dejstvih** in vzrokih, ki so pripeljali do situacije in se ne posvečamo opisom študentove neprimerne reakcije. Predvsem je pomembno, da študentovega ravnanja **ne obsojamo**, študentu pa omogočimo, da na situacijo lahko pogleda z distance, brez osebnega vpletanja.

Pri pripravi na potencialno stresno situacijo ali ob obravnavi pretekle neprijetne situacije so lahko zelo uporabne tako imenovane »**Socialne zgodbe**«. Iznašla jih je Carol Gray kot zgodbe, ki opisujejo določene življenjske ali družabne situacije. Namen je prikaz ustreznega ravnanja v določeni situaciji na primeru, do katerega se študent z AS lahko distancira in ga neobremenjeno spremlja. S tem mu pomagamo izboljšati razumevanje, kaj se je v določeni situaciji zgodilo in kakšno ravnanje bi lahko privedlo do bolj učinkovitega oz. primernega odziva. Študentu tako tudi pomagamo, da prepozna morebitne rešitve, ki

bi mu omogočile lažje soočanje s situacijo. Primer take socialne zgodbe je na primer Priprava na učinkovit intervju za službo (weebly.com).

Ker imajo študenti z AS lahko težave z dojetjem in opisovanjem situacije, ki jim povzroča prekomeren stres, jim pri ocenjevanju nivoja stresa, ki ga doživljajo, lahko pomagamo z **jakostno lestvico stresa**. Tako študent na lestvici od 1 do 10 veliko lažje identificira in izrazi stanje, s katerim se zaradi določenega stresorja sooča.

Če ugotovimo, da je študijsko okolje v predavalnici za študenta z AS preveč stresno, mu zagotovimo **spremljanje predavanj od doma** preko digitalnega posnetka predavanj in posredovanih Powerpoint prosojnic.

### PRIMER: Zakaj študentov z AS ne smemo obravnavati stereotipno?

Kljub temu, da je socialna anksioznost lastnost, ki jo pogosto pripisujemo osebam z AS, to ni pravilo. Študent z AS ima morda težave na področju razumevanja pravil socialne interakcije in prepoznavanja čustev sogovornikov, vendar se ne sooča s socialno anksioznostjo.

Njegove značilnosti so naslednje:

- netaktnost in nevljudnost
- težave z branjem neverbalne komunikacije
- težave z razumevanjem šal, fraz in nejasnih namigov
- preglasen govor
- nespoštovanje osebnega prostora

Značilnosti študenta s socialno anksioznostjo pa bi med drugim bile:

- zmedenost
- tih govor
- ohranjanje večje telesne razdalje
- prekomerno odzivanje na telesno govorico sogovornikov

### POMEMBNO:

1. Aspergerjev sindrom se lahko pri posameznikih **izraža na zelo različne načine**.
2. V določenih značilnostih je **lahko zelo podoben** različnim duševnim motnjam.
3. Četudi se pri dveh študentih značilnosti AS izražajo na enak način, so **načini soočanja sicer enakimi težavami** pri vsakem posamezniku **individualni**, zato imajo enake prilagoditve študijskega procesa na omenjena študenta lahko različne učinke.

## Splošna priporočila za prilagoditve na ravni fakultete

Študente in zaposlene **osveščamo** o različnih oblikah posebnih potreb, med drugim tudi o težavah, s katerimi se soočajo študenti z AS ter ustrezno podporo, ki lahko tovrstne težave zmanjša na minimum. Pomembno je, da ostali študenti razumejo vzroke za posebno vedenje in odzivanje študentov z AS, zaradi česar njihove posebnosti tudi lažje sprejemajo oz. tolerirajo.

Zaposlene, zlasti pedagoške delavce, koordinatorje in tutorje za študente s posebnimi potrebami **spodbujamo k udeležbi na različnih usposabljanjih** in koriščenju ostalih priložnosti za širitev znanj o posebnih potrebah, vključno z AS. Priporočljivo je, da bi bila praktična izobraževanja o komunikaciji in podpori specifičnim skupinam študentov **obvezna** za vse zaposlene v visokem šolstvu in zunanje sodelavce, ki prihajajo v stik s študenti.

Zagotovimo, da so vsi pedagoški in ostali delavci, ki bodo prihajali v stik s študentom z AS **obveščeni o potrebnih prilagoditvah in primernem načinu komunikacije** z dotičnim študentom. Ne pričakujemo in zahtevamo od študenta, da bo vsakemu profesorju razlagal o potrebnih prilagoditvah, težavah s senzorno občutljivostjo ipd.

Upoštevamo varstvo osebnih podatkov, hkrati pa študenta seznanimo s pomenom odprtosti pri komunikaciji, zlasti kadar so določene **informacije ključne za razumevanje** njegovih potreb ter odobritev ustreznih prilagoditev oz. podpore.

Študentom z AS **dodelimo tutorje**, ki so ustrezno usposobljeni za podporo in usmerjanje tovrstnih študentov. Poleg nudenja podpore pri študiju so ključni zlasti pri uvajanju v novo okolje in študentsko življenje na splošno.

Poskrbimo, da **koordinatorja za študente s posebnimi potrebami**, ali drugo izbrano osebo, dodatno izobrazimo, da bo jasno razumela različne posebne potrebe in pravilneje ukrepala pri usmerjanju in podpori študentom.

Če na fakulteti študira več oseb z AS, posameznemu študentu, ki izrazi to željo, **omogočimo stik z ostalimi študenti z AS**. Medsebojna **podpora** študentov in **izmenjava izkušenj** je lahko ključna pri soočanju z izzivi študija.

V okviru informativnih dni kandidatu z AS omogočimo **ločen posvet glede študija** na izbrani fakulteti.

**Študenta prvega letnika** z AS povabimo, da obiše fakulteto **pred pričetkom študijskega leta**, ko je fakulteta še prazna in ni motečih elementov pri uvajanju v novo okolje. Tekom obiska študentu nudimo osebni pogovor, v okviru katerega:

- študenta **seznanimo s koordinatorjem** za študente s posebnimi potrebami oz. drugo osebo, na katero se bo tekom študijskega leta lahko obrnil po pomoč.



- s študentom se **pogovorimo o težavah**, s katerimi se sooča in bi lahko vplivale na študijski proces ter **kako jih zmanjšati** na minimum oz. **kako učinkovito ukrepati** v težavnih situacijah.
- Po potrebi v pogovore in tudi nadaljnjo podporo vključimo starše ali skrbnike študenta z AS. V tem primeru je smiselno, da izročimo študentu v podpis **soglasje o obveščanju tretjih oseb**.
- izvedemo **orientacijsko vodenje** s predstavitvijo lokacije in namena različnih študijskih prostorov.
- študentu z AS **pokažemo miren prostor** v okviru fakultete ali zunanjih lokacij izvajanja študijskega programa, kamor se lahko umakne v času izvajanja študijskega procesa, če bo to potrebno. Idealen prostor za umik je lahko **knjižnica**.

Pomembno je, da oseba, ki je zadolžena za spremljanje študenta z AS, tekom študijskega leta z njim ohranja **reden kontakt**, sproti preverja njegovo študijsko situacijo in po potrebi ustrezno ukrepa oz. poskrbi za podporo pri študiju. Priporočljivo je, da po vsakem sestanku pripravi **zapisnik** dogovorov, ki jih nato **v pisni obliki posreduje** študentu.

Z **zagotovitvijo ustreznih prilagoditev** bomo študentu omogočili bolj dostopen in učinkovit študij, hkrati pa bomo zmanjšali možnost konfliktnih situacij in izbruhov, ki bi izvirali iz preobremenitev študenta.

**Smisel prilagoditev** je v tem, da študentu z AS omogočijo doseganje določenega akademskega standarda znanja, ki je predpisan s programom. Prilagoditve niso smiselne, v kolikor z olajšavami zmanjšujemo študentove možnosti za doseganje potrebnih kompetenc. Ustrezna prilagoditev ni doseganje 70% minimalnega števila točk pri izpitu, temveč je potrebno razmisliti, kako študentu zagotoviti pogoje, s pomočjo katerih bo dosegel 100% minimalnega števila točka ali več.

Najkasneje ob pričetku zadnjega letnika študija, študenta z AS povabimo na **poglobljeno karierno svetovanje**, ki mu omogoči:

- identifikacijo možnih zaposlitev in kvalifikacij, potrebnih za opravljanje izbranega dela,
- pomoč pri pisanju vlog za zaposlitev (kako se predstaviti in vzbuditi interes delodajalca),
- pomoč pri pripravi na zaposlitvene intervjuje.

Študentu z AS ponudimo tudi **podporo pri organizaciji in zasnovi diplomske naloge**, na primer:

- podporo pri izbiri teme,
- pomoč pri izbiri ustreznega mentorja za izbrano temo, ki bo hkrati znal študenta ustrezno podpreti,
- kako večjo količino dela razdeliti na manjše sklope,
- kako in kje poiskati vire, literaturo in ostale reference,

- kako oceniti, kdaj je podpornega gradiva dovolj,
- kako strukturirati diplomsko nalogo glede na pripravljen osnutek,...

Če ste v dvomih, kako nuditi podporo in prilagoditve študentu z AS, ga **vprašajte** ali se po potrebi obrnite po **podporo strokovnjakov z izbranega področja**.

Priporočljivo bi bilo tudi, če bi bila na ravni fakultete ali univerze za zaposlene v visokem šolstvu organizirana **posvetovanja**, na katerih bi lahko izmenjali izkušnje in znanja na področju podpore študentom. V kolikor visokošolska institucija nima lastnih virov za izvedbo tovrstnih dogodkov, naj poišče zunanje izvajalce.

Poleg izobraževanj in posvetovanj je uporabna rešitev za soočanje z izzivi pri delu tudi kvalitetna interna storitev skupinske ali individualne **supervizije**.

## Študent z AS in študij na daljavo na primeru Covid-19 študijske situacije

Študij na daljavo je poseben izziv za vse študente, študentom z AS pa lahko prinaša dodatne težave, ki so posebej izrazite v primeru, da študij na daljavo nastopi **nepričakovano**.

Katere okoliščine so za študente z AS lahko obremenilne?

- **Soočanje z (nepričakovano) spremembo**

Kot je bilo že večkrat omenjeno, se študenti z AS pogosto najboljše počutijo, če njihovo življenje poteka po v naprej določenem in s tem predvidljivem urniku. Rutina je v tem primeru opora, ki se je lahko oprimejo in jim nudi varnost. S spremembami se zato težko soočajo in za prilagajanje nanje potrebujejo več časa. V kolikor ta čas ni na razpolago, ker je sprememba nastopila nepričakovano, je situacija za študenta z AS lahko izjemno stresna. Zlasti, če ne ve, koliko časa bo spremenjeno stanje v veljavi in kaj lahko pričakuje naslednji dan, teden ali mesec.

Pomembno je, da ob prehodu na spletni študij študentu z AS ponudimo **podporo pri privajanju** na novo okolje. To vključuje dodatna pojasnila glede navodil o uporabi spletnih programov za predavanja in vaje, uporabi spletne učilnice, protokolu objavljanja in dostopu do študijske literature, nazorne napotke o učinkoviti spletni komunikaciji, govornih urah profesorjev, kontaktih na katerih so dosegljivi ter predvidenem času čakanja na e-odgovor.

- **Pomanjkanje strukture**

Pri študiju na daljavo je študent veliko bolj odvisen od **lastne motivacije in organizacije študija**. Dokler obiskuje fakulteto mora namreč slediti določenemu urniku in pravilom, hkrati pa je deležen tudi zunanje podpore in spodbude. Urnik določa čas njegove študijske angažiranosti, njegova odsotnost in s tem neaktivnost pa je zaradi pravil dela oz. obvezne udeležbe opažena in tudi sankcionirana. Ko ostane doma, vse postane odvisno od njega samega, njegove samoorganizacije, zmožnosti planiranja, izvajanja študijskih nalog ipd.

Študentu je v pomoč, če ob nepričakovanem nastopu študija na daljavo **urnik** izvajanj predavanj in vaj **ostane enak** tistemu, ki je veljal tekom izvajanja študijskega procesa v živo. To pomeni, da se ohrani vsaj delček rutine, ki je je vaje od prej.

- **Digitalna odvisnost**

Z izvajanjem študijskega procesa preko spleta, so študenti prisiljeni presedeti velik del časa pred računalniškimi ekrani, preko katerih spremljajo predavanja in vaje, temu pa sledi še naknadno samostojno delo, ki **uporabo računalnika lahko raztegne preko celega dne**. Situacija je še bolj izrazita v času karantene, ko je gibanje omejeno, dan podoben dnevu, edino okno »v svet« pa ekran. To je lahko zlasti problematično za študente z AS, ki imajo **težave s časovnim upravljanjem**. To pomeni, da med delom za računalnikom pozabijo na to, da bi si vzeli odmor, stran od ekrana, ali da bi si vzeli čas za obrok hrane. Lahko so celo tako

poglobljeni v svoje digitalne opravke, da pozabijo spati. Na daljši rok lahko taka situacija vodi v resno odvisnost.

- **Socialni vidik**

Spletno okolje je lahko za študenta z AS z vidika vpliva socialne interakcije na njegovo duševnost **razbremenilno**. Komunikacija preko spleta namreč poteka veliko bolj **brezosebno**.

Spletno orodje pri zagotavljanju učinkovite komunikacije uvaja določeno **strukturo**. Na spletnih dogodkih namreč obstaja dogovor o **načinu aktivnega vključevanja udeležencev v samo dogajanje**. To je lahko vrstni red, delegiranje besede naslednjemu govorniku ali moderirane debate s strani gostitelja dogodka ipd.

Spletno okolje običajno vključuje tudi **manj senzornih stresorjev**, s katerimi bi imel študent z AS sicer lahko težave, ni pa to nujno.

Po drugi strani lahko ravno omejena možnost komunikacije in odsotnost medosebnega stika hitreje pripelje do **nesporazumov**. S tega vidika je zelo pomembno, da je spletni dogodek **skrbno organiziran**, pravila sodelovanja oz. vključevanja pa jasno predstavljena vsem udeležencem. Priporočljivo je, da so **pravila sodelovanja** udeležencem že pred dogodkom na voljo v pisni obliki, ob začetku dogodka pa jih gostitelj dogodka na kratko in v jasnem jeziku povzame.

- **Preverjanje znanja**

Pred preverjanjem znanja je priporočljivo študentu z AS **jasno predstaviti postopek**, še bolje, če mu dodatno ponudimo **testno preverjanje znanja**, ki omogoči, da se študent z načinom opravljanja izpita seznanji v praksi.

Če je potrebno se študentu omogoči **individualen rok** za preverjanje znanja.

V primeru pisnega preverjanja znanja študentu, ki ima težave z uporabo novih spletnih orodij, omogočimo, da preverjanje znanja opravlja na alternativen način.:

- Prva možnost je **ustno** opravljanje preverjanja znanja.
- Druga možnost je **pisanje na roko**, če je tako najbolj praktično, ob zaključku pisanja pa študent profesorju pošlje optično prebran ali slikan izpitni material.
- Tretja možnost je, da študent pisno preverjanje opravlja **s pomočjo programov, ki jih je vaje uporabljal** (npr. Word).

Pri pisnem preverjanju znanja lahko **nadzor nad študentovo aktivnostjo** vršimo s pomočjo enega izmed programov za spletne konference. Pri programu Zoom lahko npr. študentu naročimo, da vklopi **funkcijo delitev zaslona**, s pomočjo katere lahko nadzornik spremlja tako študenta kot tudi njegovo aktivnost na računalniku.

## V razmislek

Gradivo obsega opis različnih značilnosti in težav, ki so lahko prisotne pri študentih z AS. Ker gre za veliko število značilnosti, med katerimi so nekatere celo izključujoče, se je potrebno zavedati, da je **vsak posameznik z AS svet zase**. To pomeni, da se sooča z določeno kombinacijo težav, ki so značilne izključno zanj, zato posploševanje pri AS lahko vodi v dodatne težave.

S tem, ko poznamo širši nabor morebitnih značilnosti posameznika, je naše razumevanje potencialnih težav boljše, zato lažje razmišljamo o ustreznih prilagoditvah. Slednje morajo biti osnovane na **individualni obravnavi** in dobrem poznavanju vsakega posameznika in njegovih potreb.

Na ravni države je bilo v zadnjih letih veliko narejenega za nudenje podpore pri izvajanju storitev osebne asistencе. Omenjene storitve so namenjene zgolj tistim, ki so po zakonu do njih upravičeni, to pa večinoma velja za aktivne osebe z določeno stopnjo gibalne oviranosti oz. okvare vida. Zakon o osebni asistenci je omejen na ozko področje, ki izključuje mnoge posameznike, med njimi tudi študente, ki bi prav tako potrebovali podporo. To ne bi bila fizična podpora, ki jo v večjem delu predvideva osebna asistencа, temveč **podpora na področju soočanja z vsakodnevnimi kognitivnimi in psihosocialnimi izzivi**. Ne glede na obliko in način izvajanja, bi šlo v vseh primerih za storitve, ki bi vodile k enakem cilju in sicer k aktivnem vključevanju in prispevanju posameznikov v družbeno življenje. Tovrstna podpora bi potemtakem vključevala tudi spremstvo, mentorstvo in svetovalne storitve na področju soočanja s študijskimi izzivi in usvajanja samostojnega življenja.

Vsebina, zajeta v gradivu, je namenjena v prvi vrsti seznanitvi oz. boljšemu poznavanju težav, s katerimi se pri študiju lahko soočajo študenti z AS. S tem, ko bodo zaposleni na visokošolskih institucijah, ki prihajajo v stik s študenti, bolje osveščeni, bodo lahko bolj učinkovito prepoznavali različne potrebe ter tako že z manjšimi koraki in prilagoditvami naredili pomembne korake pri podpori študentom. Delovanje naj bi potekalo v stilu **»če ne veš, ne moreš narediti nič, če veš, pa lahko deluješ v skladu možnostmi.«** Če se malo poigram in za zaključek vnesem sporočilo v prenesenem pomenu: »Nič se ne da narediti čez noč. Z enim predolgim korakom dosežemo običajno le kak nateg ali zvin, medtem ko s kratkimi in vztrajnimi koraki počasi, a zanesljivo pridemo do zelenega cilja.« Edino, kar je za začetek potrebno sta želja in volja za spremembo.

## Viri

1. <https://blogs.uoregon.edu/autismhistoryproject/people/hans-asperger/>
2. <https://www.ferris.edu/RSS/disability/faculty-staff/classroom-issues/autism/academic-impact.htm>
3. <https://www.aalto.fi/en/services/autism-spectrum-disorders>
4. <https://www2.le.ac.uk/offices/accessability/staff/including-students-with-asperger-syndrome>
5. [https://www.education.sa.gov.au/sites/default/files/educational-practices-students-aspergers.pdf?acsf\\_files\\_redirect](https://www.education.sa.gov.au/sites/default/files/educational-practices-students-aspergers.pdf?acsf_files_redirect)
6. <https://www.education.udel.edu/wp-content/uploads/2013/01/AspergerSyndrome1.pdf>
7. [https://www.fredonia.edu/sites/default/files/section/student-life/counseling/\\_files/SFCC%20Supporting%20with%20Aperger%20syndrome%20in%20Higher%20Education.pdf](https://www.fredonia.edu/sites/default/files/section/student-life/counseling/_files/SFCC%20Supporting%20with%20Aperger%20syndrome%20in%20Higher%20Education.pdf)
8. <https://ericagarnett.weebly.com/uploads/2/7/7/1/27711487/intervention.pdf>
9. <https://nacada.ksu.edu/Resources/Academic-Advising-Today/View-Articles/Helping-Students-with-Aspergers-Syndrome-Navigate-the-College-Experience.aspx>
10. <https://www.educationcorner.com/teaching-students-with-aspergers-syndrome.html>
11. <https://researchautism.org/resources/understanding-asperger-syndrome-a-professors-guide/>
12. [http://www.disabilityissues.ca/english/Link\\_docs/asberger/8%20teaching%20strategies%20for%20faculty%20working%20with%20students%20with%20Asperger%27s.pdf](http://www.disabilityissues.ca/english/Link_docs/asberger/8%20teaching%20strategies%20for%20faculty%20working%20with%20students%20with%20Asperger%27s.pdf)
13. <https://www.uno.edu/disability-services/faculty/autism-aspergers>
14. <https://www2.le.ac.uk/offices/lli/developing-learning-and-teaching/ld/teaching-resources-1/supporting-autistic-students>
15. [https://www.researchgate.net/publication/261322298\\_Life\\_at\\_University\\_with\\_Asperger\\_Syndrome\\_a\\_comparison\\_of\\_student\\_and\\_staff\\_perspectives](https://www.researchgate.net/publication/261322298_Life_at_University_with_Asperger_Syndrome_a_comparison_of_student_and_staff_perspectives)
16. <https://www.keene.edu/office/disabilitysvs/resources/faculty/aspergers/>
17. <https://www.brookes.ac.uk/staff/human-resources/equality-diversity-and-inclusion/guides-to-support-inclusive-teaching-and-learning/autism-and-aspergers-syndrome/>
18. [https://www.studynet2.herts.ac.uk/ltic.nsf/Teaching+Documents/5C45A9966D537C2780257E96004E9AF1/\\$FILE/supporting\\_students\\_aspergers\\_syndrome\\_rpg%5B1%5D.pdf](https://www.studynet2.herts.ac.uk/ltic.nsf/Teaching+Documents/5C45A9966D537C2780257E96004E9AF1/$FILE/supporting_students_aspergers_syndrome_rpg%5B1%5D.pdf)

19. <https://www.verywellmind.com/how-is-aspergers-related-to-social-anxiety-disorder-3024753>
20. <https://www.iidc.indiana.edu/irca/articles/choosing-the-right-job-for-people-with-autism-or-aspergers-syndrome.html>
21. <https://www.ahead.ie/journal/Universal-Design-for-Learning-to-support-nursing-students-Experiences-in-the-Field>
22. <https://www.youtube.com/watch?v=CdDbcwIAoaA>
23. <https://wouldaspie.org/what-are-the-strengths-of-aspergers/>
24. <https://www.zveza-avtizem.eu/aspergerjev-sindrom/>
25. <https://www.avtizem.net/kaj-je-aspergerjev-sindrom>