

# Osoba z autyzmem na rynku pracy - czy autyzm wyklucza z życia zawodowego?

## Autyzm - co to?

Autyzm to zaburzenie neurorozwojowe, które może manifestować się na różne sposoby – zarówno w komunikacji werbalnej, jak i niewerbalnej. Charakteryzuje się trudnościami we wspomnianej komunikacji i interakcjach społecznych, ograniczonymi i powtarzalnymi wzorcami zachowań oraz trudnościami w elastycznym myśleniu. Może przejawiać się także utrudnioną adaptacją do zmian.

Mózg osób autystycznych działa w niestandardowy sposób. Mogą więc doświadczać one trudności z funkcjami wykonawczymi i problemów sensorycznych. W praktyce oznacza to, że osoby z autyzmem często przejawiają nadwrażliwość na bodźce zmysłowe, takie jak światło, dźwięk, zapach czy chociażby tekstura. Jednocześnie autystyków wyróżnia zwiększona koncentracja i ogromna uważność na szczegóły.

## Jakie są przyczyny autyzmu?

W czym upatrywać przyczyn autyzmu? Te nie są do końca znane. Często pojawia się jednak pytanie, czy autyzm jest dziedziczny. Co prawda szereg badań wskazuje, że wpływ na autyzm może mieć podłoże genetyczne, jednak oprócz tego wskazuje się także na czynniki infekcyjne, zaburzenia w okresie ciąży czy nieprawidłowy rozwój funkcji mózgu we wczesnym dzieciństwie.

## Stopnie autyzmu

W klasyfikacji chorób ICD-11 Światowej Organizacji Zdrowia, która obowiązuje od 1 stycznia 2022 roku (w Polsce całkowite przejście na ICD-11 planowane jest do końca 2026 roku) nastąpiły istotne zmiany w klasyfikacji autyzmu. Wcześniej, klasyfikacja obejmowała odmiany, takie jak autyzm dziecięcy, Zespół Aspergera, autyzm atypowy czy inne całościowe zaburzenia rozwoju, jako odrębne jednostki kliniczne. Po zmianach wszystkie te rodzaje zaliczono do jednej kategorii diagnostycznej i określono jako „**zaburzenie ze spektrum autyzmu**”.

- **Autyzm a spektrum autyzmu**

Obecnie autyzm rozumiany jest jako spektrum. Określenie to ma na celu zwrócenie uwagi na to, jak bardzo różnorodne mogą być przejawy tego zaburzenia.

Spektrum oznacza, że autyzm nie ma jednego wzorca funkcjonowania, a objawy autyzmu mogą występować w różnym stopniu nasilenia u różnych osób. Może on przybierać różne postacie – od bardzo łagodnych i praktycznie niezauważalnych symptomów, po nasilone objawy utrudniające funkcjonowanie na wielu płaszczyznach. Wśród osób w spektrum autyzmu mogą znaleźć się zarówno te, które mają problemy z samodzielnością, mówieniem czy funkcjonowaniem na poziomie intelektualnym, jak również osoby sprawnie porozumiewające się mową i realizujące się w życiu zawodowym.

Według publikacji „Przewodnik po zatrudnieniu”, który powstał w ramach projektu Autism Spectrum Pathways, przy współpracy między innymi z Fundacją SYNAPSIS, spektrum oznacza, że **każda osoba autystyczna ma swoje indywidualne mocne strony i potrzeby wsparcia, które mogą zmieniać się w czasie**. Specjaliści podkreślają, że wiele osób z autyzmem ma również specjalne zainteresowania, co oznacza głębokie zainteresowanie jednym lub kilkoma tematami. Mogą one stanowić dodatkowe mocne strony w życiu zawodowym lub społecznym. Co więcej – umiejętności i zdolności osób w spektrum autyzmu mogą okazać się bardzo korzystne z punktu widzenia rynku pracy. Wśród owych zalet wymienić możemy między innymi:

- zwiększona koncentracja,
- wyczulenie na detale,
- rozpoznawanie wzorców,
- wyjątkowy punkt widzenia,
- niezawodność,
- zwiększone poczucie sprawiedliwości społecznej.

## Autyzm - czy wyklucza pracę zawodową?

**Wiele osób aktywnych zawodowo jest nieświadomych swojego spektrum autyzmu.** Choć na przestrzeni ostatnich lat autyzm u dorosłych jest coraz częściej diagnozowany, nie zawsze tak było. Szczególnie w przypadku pracowników, u których objawy autyzmu są subtelniejsze czy u osób z tak zwanym wysoko funkcjonującym autyzmem, rozwój zawodowy nie odbiega niczym od tego, jaki możemy zaobserwować u osób neurotypowych.

Warto również zaznaczyć, że niektóre osoby autystyczne znajdują zatrudnienie w środowiskach, które idealnie odpowiadają ich predyspozycjom i preferencjom. Realizując się więc w danym zawodzie, nie są one świadome, że ich specyficzne style pracy mogą mieć związek właśnie z autyzmem.

- Populacja osób neuroatypowych jest bardzo zróżnicowaną grupą osób. Każda z nich jest inna, ma inny potencjał, różne możliwości, mocne strony i wyzwania, z którymi się mierzy. Są osoby w spektrum autyzmu, które będą rozwijać się zawodowo i realizować w roli pracownika przy minimalnym wsparciu i otwartości ze strony środowiska pracy oraz takie, które będą potrzebować więcej wsparcia w tym zakresie. Rozwiązaniem może być tutaj zatrudnienie na chronionym rynku pracy np. Zakłady Aktywności Zawodowej lub zatrudnienie w usłudze zatrudnienia wspomaganego - zaznacza **Izabela Kocylak**, terapeutka dorosłych osób w spektrum autyzmu.

### • Zatrudnienie wspomagane osoby ze spektrum autyzmu

Czym jest wspomniane zatrudnienie wspomagane, które może być najlepszą opcją na niektórych osób w spektrum autyzmu? Na czym polega ta forma aktywizacji zawodowej?

- Zatrudnienie wspomagane to usługa rynku pracy w Polsce, która realizowana jest jedynie przez organizacje pozarządowe. Proces zatrudnienia wspomaganego zakłada wsparcie **trenera pracy**, który jest obecny od początku procesu aktywizacji zawodowej. Towarzyszy więc zarówno na etapie poszukiwania zatrudnienia, dni próbnych (próbki pracy), praktyki zawodowej i docelowego zatrudnienia. Trener wspiera osobę w pracy, ucząc ją wykonywania zadań zawodowych i dążąc do osiągnięcia samodzielności na danym stanowisku. Obecność trenera pracy zawsze uzależniona jest od potrzeb danej osoby - tłumaczy ekspertka z Fundacji SYNAPSIS.

Trener obserwuje postępy w przygotowaniu do wykonywania pracy przez osobę objętą programem i w miarę zwiększania jej samodzielności, wycofuje się. Nie oznacza to jednak, że od tej chwili pracownik pozostawiony jest sam sobie. Nadal prowadzony jest monitoring postępów, celem zwiększenia możliwości długotrwałego zatrudnienia w danym miejscu. Jak podkreśla Izabela Kocylak, usługa zatrudnienia wspomaganego dedykowana jest **osobom z orzeczeniami o stopniu niepełnosprawności**, a osoby w spektrum autyzmu są tylko jedną z grup wspieranych w ten sposób.

Warto również podkreślić, że praca takiego trenera przynosi obopólne korzyści - zarówno dla samego Podopiecznego objętego programem wsparcia, jak i pracodawcy. Ten ostatni również otrzymuje pomoc i nie zostaje sam z koniecznością dostosowania firmy do potrzeb autystycznego pracownika.

### • **Osoby w spektrum autyzmu na polskim rynku pracy**

Tyle w teorii, a co z praktyką? Jak wygląda w rzeczywistości sytuacja osób autystycznych na rynku pracy?

- Szacunkowo w Polsce pracuje około 2% osób rozwijających się w spektrum autyzmu, a dane dotyczące Europy to około 10%. Niestety nie napawają one optymizmem. Myślę, że można więc mówić tutaj o zjawisku wykluczenia - podsumowuje Izabela Kocylak.

Warto podkreślić, że każda osoba w spektrum autyzmu może radzić sobie zupełnie inaczej. Niektórzy mogą doświadczać znacznie większych trudności w funkcjonowaniu czy komunikacji z drugim człowiekiem. W pewnych przypadkach owe trudności mogą stanowić dużą barierę, a nawet prowadzić do wykluczenia z pracy zawodowej.

### **Autystyk - w jakich zawodach się sprawdzi?**

Osoby autystyczne mogą być skuteczni w wielu zawodach, szczególnie tam, gdzie cenione są ich unikalne cechy. Autystycy często wyróżniają się umiejętnością koncentracji na szczegółach, analitycznym myśleniem, ale także wyjątkową precyzją. W związku z tym doskonale sprawdzą się w zawodach związanych z badaniami naukowymi czy pracą laboratoryjną. Ich umiejętności będą cenione w zawodach naukowych związanych z matematyką, fizyką, biologią czy chemią.

Często zajmują oni wysokie pozycje w zawodach związanych z programowaniem i informatyką. Osoby w spektrum autyzmu często dostrzegają zależności, które dla osoby neurotypowej nie są widoczne, w związku z czym mogą się doskonale sprawdzić w kodowaniu, analizie danych, testowaniu oprogramowania czy rozwiązywaniu problemów technicznych. Ich precyzja i umiejętność logicznego myślenia są w tym przypadku ogromnym atutem.

Osoby w spektrum autyzmu doskonale realizują się także w branży artystycznej, gdzie wykorzystana może być ich niepomahowana pasja, unikalna wrażliwość, umiejętność dostrzegania istotnych detali i perfekcjonizm. Wyjątkowa uważność i dbałość o szczegóły będą pomocne także w pracy związanej z edycją czy korektą tekstów, a w połączeniu z umiejętnościami językowymi, stanowiąc będą podstawę do podjęcia pracy w charakterze tłumacza.

To tylko kilka przykładów obszarów zawodowych, w jakich mogą sprawdzić się osoby w spektrum autyzmu. To co warto podkreślać, jest różnorodność tej grupy, zarówno pod względem predyspozycji, jak i zainteresowań czy pasji.

### **Autystyk - czy trudno mu znaleźć pracę i jak mu pomóc?**

Na przestrzeni ostatnich lat znacząco zwiększyła się świadomość społeczeństwa na temat spektrum autyzmu. Choć optymizmem może napawać coraz większa świadomość pracodawców na temat osób neuronietypowych, programy zwiększające ich widoczność w przestrzeni biznesowej, a także zdecydowanie łatwiejsze dostosowanie stanowiska odpowiadającego ich specyficznym potrzebom, na rynku pracy nadal widoczne są duże bariery ograniczające zatrudnienie osób w spektrum autyzmu.

Terapeutka Izabela Kocyłak zwraca uwagę na to, że dziś znacznie trudniej jest utrzymać pracę takiej osobie, niż ją znaleźć.

- Z moich doświadczeń wynika, że większym wyzwaniem dla osób w spektrum autyzmu jest utrzymanie zatrudnienia i zatrudnienie długofalowe, niż samo znalezienie pracy. Podczas gdy do rozmowy kwalifikacyjnej można się odpowiednio przygotować i zrobić dobre wrażenie, tak już utrzymanie pracy borykając się z kłopotami w rozumieniu sytuacji społecznych, odbieraniu komunikacji w sposób bardzo konkretny i dosłowny, prowadzi często do nieporozumień i konfliktów w zespołach w pracy - podkreśla specjalistka.

Osoba autystyczna wymaga dostosowania środowiska pracy, które chociażby ograniczy bodźce sensoryczne, ale także szczególnej organizacji czasu pracy.

- Przerwa spędzana z innymi pracownikami w pokojach socjalnych również może okazać się ogromnym wyzwaniem sensorycznym, które dodatkowo obciąża osoby w spektrum autyzmu. Wydaje się więc ważne, by umożliwić takiej osobie spędzanie przerwy w innym niż standardowy czas lub udostępnić miejsce, w którym osoba może realnie odpocząć - zwraca uwagę terapeutka Izabela Kocyłak.

### **Czy należy informować pracodawcę o autyzmie?**

Osoby w spektrum autyzmu stojące w obliczu wyzwań rynku pracy muszą stawić czoła wielu trudnościom i wątpliwościom. Jedną jest chociażby ta, czy pracownik powinien poinformować pracodawcę o diagnozie. Kwestia ta jest złożona. Pamiętajmy, że każda osoba z autyzmem jest zupełnie inna. Ma inne potrzeby i różne możliwości. Mierzy się z indywidualnymi wyzwaniami, a ujawnienie diagnozy może wiązać się dla niej zarówno z korzyściami, jak i pewnym ryzykiem.

- Informowanie o diagnozie to sprawa bardzo indywidualna. Zależy to od miejsca pracy, **poziomu inkluzywności** i otwartości czy chociażby kultury organizacyjnej miejsca. Jeśli pracodawca jawi się jako osoba otwarta na inkluzję, informacja o diagnozie może nieść za sobą gros korzyści, takich jako otwartość na dostosowanie stanowiska pracy do potrzeb sensorycznych osoby, możliwość elastycznej formy pracy, w tym **pracy zdalnej** czy hybrydowej - wyjaśnia Izabela Kocyłak. - Warto jednak podkreślić, że osoby, które potrzebują większego wsparcia w formie np. zatrudnienia wspomaganego, każdorazowo muszą poinformować pracodawcę o diagnozie, by móc realizować się w pracy - dodaje ekspertka.

W związku z ujawnieniem diagnozy, osoba autystyczna może uzyskać dostęp do szczególnych dostosowań w miejscu pracy czy chociażby liczyć na większe zrozumienie przełożonych i współpracowników. Zawsze jednak poinformowanie przełożonego o diagnozie czy orzeczeniu o stopniu niepełnosprawności zależy od indywidualnej sytuacji każdej osoby.

### **Czy autyzm to stopień niepełnosprawności?**

Autyzm to zaburzenie o charakterze neurologicznym, które zaliczane jest do grupy całościowych zaburzeń rozwojowych. U niektórych osób może prowadzić do niepełnosprawności o różnym stopniu. Ta oceniana jest na podstawie wielu czynników. W kwestii neuroróżnorodności składają się na nią indywidualne cechy człowieka, takie jak jego słabości i zalety, czynniki środowiskowe czy chociażby to, jakiego wsparcia potrzebuje w codziennym funkcjonowaniu.

To, czy osoba autystyczna otrzyma orzeczenie o niepełnosprawności, zależy od stopnia nasilenia objawów i ich wpływu na funkcjonowanie w życiu codziennym, społecznym oraz zawodowym.

Artykuł opracowany przez zespół specjalistów Praca.pl

- <https://www.praca.pl/>

-

[https://www.praca.pl/poradniki/rynek-pracy/osoba-z-autyzmem-na-ryнку-pracy-czy-autyzm-wyklucza-z-zycia-zawodowego\\_pr-8443.html](https://www.praca.pl/poradniki/rynek-pracy/osoba-z-autyzmem-na-ryнку-pracy-czy-autyzm-wyklucza-z-zycia-zawodowego_pr-8443.html)