

גם לנו יש צרכים מיוחדים: בוגרים בספקטרום האוטיסטי מספרים

חברי אס"י – קהילת אנשי הספקטרום האוטיסטי בישראל autistics.il@gmail.com

סולה שלי, בהשתתפות עמית פליס וענת ג'רסי.

מבוא: ידע קהילתי

החומר לסדנא עליה מבוסס מאמר זה נאסף מתוך הקהילה האוטיסטית, שמשתייכים אליה אנשים ונשים בספקטרום האוטיסטי (בין אם אובחנו ע"י איש-מקצוע ובין אם עברו בקהילה תהליך שאנו מכנים "אבחון עצמי מאושש עמיתים"). לקראת הסדנה קיימנו דיונים על הנושא עם אנשי הקהילה בארץ, בפגישות וכן במערכת הפורומים של אס"י. כמו-כן התבססנו על ידע מתוך היכרות עם מאות מאנשי הקהילה העולמית, בין אם במפגש בלתי-אמצעי (למשל בכנסים של הקהילה העולמית) ובין אם בהשתתפות בפורומים אינטרנטיים ובקריאת מאמרים, ספרים ובלוגים שלהם. ידע קהילתי, בשונה מביטוי אישי של א"ס (איש-ספקטרום) אחד, משקף מאפיינים של א"סים השונים זה מזה, ובכך מאפשר ראייה של מגוון ביטויי האוטיזם ומונע תפיסה סטריאוטיפית. ידע זה מובא כאן מתוך התפיסה הרווחת בקהילה את האוטיזם כחלק טבעי ומהותי של הקיום היומיומי, לא כבעיה להתמודד איתה או חידה למצוא את פשרה.

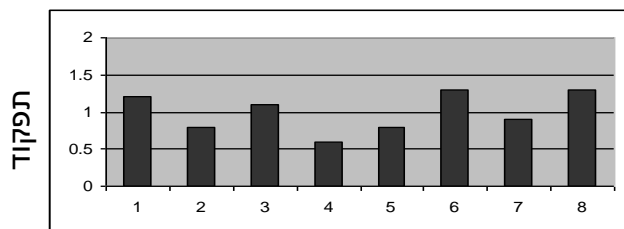
חשיבות וייחודיות של הצרכים

המונח "צרכים מיוחדים" משמש בשנים האחרונות כלשון נקייה לתיאור חריגות ומוגבלות. אבל יש לזכור שצורך הוא אכן צורך: דבר בעל חשיבות לקיום. שינה למשל, מוכרת כצורך שמניעתו לאורך זמן עלולה לגרום למוות. מחקרים מראים שניתן להתקיים ללא שינה למשך זמן ארוך מהרגיל, אבל אז נפגעים תחומי תפקוד חשובים. אין עוררין על הצורך בשינה, מאחר שהוא משותף לכל בני האדם. התנאים הדרושים לקיומו של אדם עם מוגבלות אכן שונים מן התנאים הדרושים לקיומו של האדם הממוצע, אבל הם לא פחות לגיטימיים.

מאחר שאוטיזם לפי הגדרתו מתחיל בגיל צעיר, אנשי מקצוע והורים נוטים להתמקד בצרכים מיוחדים של ילדים אוטיסטים. אבל הצרכים המיוחדים של א"ס לא נפסקים כשהוא מתבגר. גם א"סים בוגרים שנראים כמצליחים לתפקד בחברה, עדיין יש להם צרכים מיוחדים. דווקא ההצלחה בתפקוד לאורך החיים מעידה על סיפוק צרכים אלה. בדומה למניעת שינה, ניתן ללמד (או להכריח) אוטיסטים להתעלם מצרכיהם ולתפקד למרות הקושי; אבל לרוב דרך חיים זאת מובילה למשברים ואף להתמוטטות, ולכן איננה פתרון מתאים לטווח ארוך. לעומת זאת מה שלפעמים נראה כחוסר-יכולת אצל א"סים המתוגים ב"תפקוד נמוך" יכול להעיד על צרכים שאין להם מענה; וכאשר ניתן מענה לצרכים, מתגלות יכולות שלא היו ידועות קודם לכן. אנו מאמינים כי המפתח למיצוי הפוטנציאל הגלום בכל אחד ואחת מאיתנו טמון בהכרה והבנה של

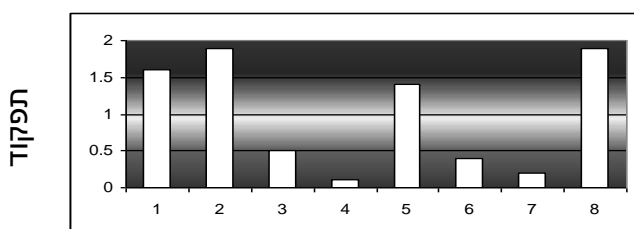
הצרכים המיוחדים שלנו ובמציאת מענים מתאימים (ולרוב כאלה שאינם סטנדרטיים), במקום ניסיון לשנותם ולהפכם לצרכים שאינם מיוחדים.

כשבאים לפתח פתרונות לא"סים, יש להתחשב בשונות הרבה בתוך הספקטרום. שונות קיימת גם באוכלוסיה הכללית, אבל ברוב המקרים ההתפלגות נורמאלית ("עקומת פעמון"). לדוגמא, בתרשים 1 מדד התפקוד יכול לתאר סף סבילות לרעש אצל אנשים שונים, וניתן לזהות ערך-



תרשים 1
שונות תפקודית
באוכלוסיה הכללית

מוצע ש"מייצג" את רוב האנשים. אצל אנשי הספקטרום לעומת זאת, לא תמיד יש ערך אחד שמייצג את רובם. בתרשים 2 העמודות השונות מייצגות תכונה מסוימת בקרב א"סים (למשל סף סבילות לרעש). ניתן לראות שרמות שונות מאוד של התכונה נמצאות בשכיחות דומה,



תרשים 2
שונות תפקודית
בספקטרום האוטיסטי

כלומר חלק מן האנשים זקוקים לסביבה שקטה מאוד, ולעומתם אחרים לא רגישים לרעש וייתכן שאף זקוקים למידה מינימאלית של גירוי שמיעתי כדי לתפקד. העמודות בתרשים 2 יכולות לייצג גם תפקוד בתחומים שונים אצל א"ס אחד. למשל בתחום התקשורת ייתכנו הבדלים גדולים ביכולות של א"ס מסוים להבין שפה, להתבטא בדיבור או בכתב (או הקלדה). ולבסוף, אצל א"סים רבים יש תכונות שאינן יציבות בזמן. לדוגמא, העמודות בתרשים 2 יכולות לייצג יכולת שימוש בשפה דבורה אצל א"ס מסוים בזמנים שונים. שינויים בתפקוד לאורך זמן קיימים גם באוכלוסיה הכללית, אבל בדרך כלל לא במידה שמשתנה בין תפקוד טוב לחוסר-תפקוד.

התיאור הרפואי של אוטיזם כולל לקות תקשורתית-חברתית, וכן קשיים בוויסות חושי והתנהגות סטריאוטיפית. בקהילה האוטיסטית ידוע שאוטיזם מקיף את כל תחומי ההוויה. בתיאור הצרכים בתחומים השונים נתייחס גם לקשרי הסיבתיות ביניהם.

צרכים בתחום התחושתית

רגישות חושית מתבטאת בשני אופנים: רגישות לעוצמה כללית בערוץ חושי מסוים, ורגישות לגירוי בעל מאפיינים ספציפיים. רגישות לעוצמה כללית קיימת גם באוכלוסיה הכללית, למשל קיים סף אי-סבילות לרעש, אבל יש א"סים שאצלם הסף נמוך מהמוצע באוכלוסיה הכללית. סולה רגישה לעוצמת-אור גבוהה מדי, ולכן תעדיף סביבות עם עוצמת תאורה נמוכה או תרכיב

משקפיים עם הצללה בסביבות בהן אין לה שליטה על עוצמת התאורה. לעמית סף רגישות נמוך לרעש. Dave Spicer מצייין גם רגישות לחום כערוץ חושי שבדרך כלל לא נזכר. טמפרטורה גבוהה מדי פוגעת בתפקודו, במידה שאיננה שכיחה אצל רוב האנשים. בדרך כלל, עוצמה כללית מעבר לסף הרגישות גורמת לעייפות מצטברת כתוצאה מתחושה מתמשכת של דלדול אנרגיות.

גירוי ספציפי, גם בעוצמה נמוכה מאוד, יכול לפגוע בתפקוד אם הוא בתדר או ב"גוון" שהא"ס רגיש לו במיוחד. עמית רגיש מאוד לטעם מר, ויימנע ממאכלים שנחשבים מתוקים כגון גזר או ממתקים מלאכותיים כי טעם-הלואי המר שרוב האנשים לא מרגישים, אצלו גובר על הטעמים המתוקים. יש אסים שרגישים לסוגי מגע מסוימים, למשל מגע בחומר חלקלק גורם להם לגועל. בכנס אוטריט, המאורגן ע"י א"סים ורוב המשתתפים בו א"סים, בתכנון התפריט ניתנת תשומת לב מיוחדת לא רק לטעמים של מאכלים אלא גם למרקמים שלהם. יש משתתפים שלא יאכלו מאכלים עם מרקם מסוים, ויש שרגישים לעירובים של מרקמים (למשל מאכל שחלקו רק וחלקו קשה). סולה רגישה במיוחד לתדרי-צליל גבוהים, ותאורה בגוונים כחולים יכולה לגרום לה לבחילה. גירוי ספציפי נשאר ברמה תודעתית ללא יכולת להתעלם ממנו, ולכן אנו נוטים להימנע מסיטואציות שכרוכות בו.

אין להסיק מן הנאמר למעלה ש"אסים הם רגישים". Susan Golubock, א"סית שהיא גם מרפאה בעיסוק עם שלושים שנות ניסיון בטיפול בא"סים בגילים שונים, נוהגת להגיד שקלט חושי למוח הוא כמו מזון לגוף: בהעדר מידה מינימאלית של גירוי חושי, האדם מתקשה לשמור על רמת ערנות ההכרחית לתפקוד יעיל. המינוח המקצועי "תנועות סטריאוטיפיות" מתאר למעשה התנהגות מסתגלת של מתן מענה לצורך בגירוי חושי, למשל ע"י נפנוף ידיים או נדנוד הגוף. גלובוק מתארת מטופל שלה שמרבה לאכול סוכריות על מקל. היא מייחסת התנהגות זו, שנתפסת ע"י הסביבה כבלתי הולמת לאדם בוגר, כמילוי צורך לקלט תחושותי באזור החך. א"ס יכול להיות רגיש מן הרגיל לגירוי חושי בערוץ מסוים אבל להזדקק לגירויים בעוצמה חזקה מהרגיל בערוצים אחרים. עמית זקוק לתאורה רבה כדי לשמור על ערנות. יתר על כן, גירוי חושי מתאים בערוץ מסוים יכול לסייע להתמודד עם עודף גירויים בערוץ אחר. קלט חזותי – למשל עיון בספר - יכול לעזור לעמית להתמודד עם רעש, במיוחד אם יש בספר תמונות.

דוגמא זו מביאה אותנו להיבט נוסף של צרכים בתחום החושי: חד-ערוציות. לרוב האנשים יש ערוץ חושי מועדף בו הם קולטים מידע טוב יותר מאשר בערוצים אחרים. אבל לרוב קלט מערוצים נוספים משפר את הקשב ומייעל את קליטת המידע והטמעתו. (זה היסוד לטענה שהעברת מידע במולטימדיה עדיפה על שימוש בערוץ חושי אחד). אצל א"סים רבים לעומת זאת, המצב שונה: ראשית, הפער בין הערוץ המועדף לשאר הערוצים גדול יותר; שנית, מידע מערוצים חושיים נוספים פוגע ביכולת הקליטה, מאחר שהוא מוסיף מידע שיש לעבדו ולהטמיעו בו-זמנית עם עיבוד המידע מן הערוץ החושי המועדף. זו אחת הסיבות לכך שא"סים

לא שומרים על קשר-עין יציב במקביל לתקשורת דבורה: כאשר מתמקדים בהקשבה לתוכן הנאמר, קשה לזכור לכוון את המבט אל הדובר וגם לשים לב להבעות פניו.

ייחודיות של סגנון עיבוד והפקה

לא רק מיזוג מידע המגיע מערוצים חושיים שונים, אלא תהליכי עיבוד בכלל, נעשים אצלנו ברמה מודעת; באוכלוסיה הכללית לעומת זאת, גם וויסות וסינון גירויים וגם הטמעתם נעשים באופן אוטומטי. ג'ים סינקלר כותב: "הפקת כל התנהגות כתגובה על תפיסה כלשהי מצריכה בקרה ותאום כל הקלט והפלט בבת אחת, ויש לעשות זאת מהר מספיק כדי לעמוד בקצב של הקלט המשתנה, אשר עשוי לחייב שינוי של הפלט. האם אתם חייבים לזכור לחבר את עיניכם כדי להבין מה שאתם רואים?".

תחושת הזמן והמרחב שונה אצלנו. השוני יכול להתבטא באומדן מרחק מעצמים, בתחושת עומק או גובה. עמית חי בקצב איטי מהרגיל, מאחר שהוא פחות רגיש לזמן שחולף. ענת חיה בקצב מוגבר, ולעתים המודעות שלה לזמן משתלטת על ההווה והיא מציצה בשעון לעתים קרובות. תפיסת-הזמן עשויה גם לערב עבר ועתיד, כאשר ציר-הזמן נחוה בדומה למימד מרחבי.

עיבוד לא-אוטומטי מתבטא גם בהעדפה לברור ולמוגדר, כי שום דבר לא מובן מאליו. כדי להבין את השלם, יש צורך בזיהוי נכון של הפרטים ובבניית הקשרים ביניהם. אין זה נכון שא"סים לוקים בבניית התמונה הכללית, אלא שגם יצירת הקשרים איננה אוטומטית. כפי שכותב סינקלר: "הבנת דברים ומציאת קשרים בין חלקים שונים של השלם זה מה שאני עושה הכי טוב, ויש לי הזדמנויות רבות להתנסות בכך, מפני שלא רבים מן הקשרים נעשים מעצמם. אבל עדיין אני חייב לדעת מהם כל החלקים, לפני שאוכל למצוא את הקשרים ביניהם."

סגנון הפקה לא-אוטומטי מתבטא בשימוש מופחת באינסטינקטים, ולכן בתגובה איטית יותר או תגובה לא סטנדרטית לשינויים בסביבה. אחת הדרכים להגיב מהר היא להשתמש בהתנהגויות מוכנות-מראש, או בלשון מקצועית "תבניתיות". ענת למשל חייבת לסיים שיחות טלפון עם אנשים מסוימים באותה צורה, ואם זה לא מתאפשר היא נכנסת לחרדה. סגנון הפקה לא-אוטומטי מתבטא בשונות מוטורית. במערכת הפורומים של אס"י היה דיון בכותרת "לקום וללכת", בו תיארו המשתתפים כיצד עליהם לתכנן באופן מודע את תנועותיהם. עמית מתקשה בכתיבה ובקשירת שרוכי נעליים, ולכן משתמש בפתרונות להשגת אותן מטרות תוך עקיפת הקושי.

העדפה של אחדות והתנגדות לשינויים – ממאפייני אוטיזם – נובעים מן היכולת לזהות הבדלים דקים, ומן הצורך בזמן עיבוד וקושי בתגובה מיידית. הצורך בגיוון הוא אכן צורך – אבל של הסביבה הלא-אוטיסטית, ולרוב לא של הא"ס. שמירה על מידה מסוימת של עקביות חשובה לתפקוד האוטיסטי ולמניעה של הצפה שעלולה להידרדר לקריסה ולהתנתקות. ניתן לשפר את היכולת של הא"ס להתמודד עם שינויים אם יידע מראש שיינתן לו זמן להגיב וכן

יכולת לבחור בין כמה אפשרויות לתגובה. במקרים מסוימים מוצדק לעודד גיוון מסיבות בריאותיות, למשל כדי לאזן תפריט שאיננו כולל מגוון מספיק של מרכיבים תזונתיים. אבל גם במקרה זה, הגיוון צריך להיות במידה שעונה על הצורך התזונתי ולא להוות מטרה לעצמו. מבחינת הא"ס, התנסות במאכלים חדשים היא סוג של התמודדות עם גירויים תחושתיים לא מוכרים, ולא דווקא היבט של תזונה. באופן דומה יש להתייחס להיבטים התחושתיים הקשורים בהחלפת בגדים בעקבות שינויי עונות.

ביטוי נוסף לשונות בהפקה היא היכולת או הנטייה להתמדה. כלפי חוץ נטייה זו יכולה להתפרש כדחיינות מסיבות פסיכולוגיות שונות, אבל בקהילה האוטיסטית נטבע לתופעה זו המונח "אינרציה": קושי להתחיל או לסיים פעולה, בגלל פער בין הכוונה והרצון ליכולת לגייס מיומנויות כאשר הן דרושות. אינרציה לא מתבטאת תמיד באיטיות. ענת בדרך כלל פועלת במהירות, אבל מעבר בין פעילויות הוא איטי ומתיש. התמדה היא לא רק קושי אלא גם יתרון, כאשר יש משימה הדורשת פעולה ממושכת או חוזרת.

הצורך בתכנון מראש הוא למעשה הסתגלות יעילה לשונות בסגנון העיבוד וההפקה. לעתים עצם הידיעה מה עומד לקרות מקילה על ההתמודדות. ענת למשל צריכה לדעת מראש מה יוגש בארוחה, אחרת תיגעל מן האוכל – אפילו אם אלה מאכלים שהיא אוהבת. כאשר אוטיסט נדרש לבצע משימה מורכבת, יש להיכנס לפרטים בהגדרת המטלה כדי שתתקבל תמורה שלמה וברורה שלה, ותוצאת התכנון צריכה להיות מפורטת מספיק כך שתפחית את הסבירות של צורך באלתור תוך כדי ביצוע. יש להקצות מספיק זמן לכל שלב, ולקחת בחשבון ולהקצות מראש זמן מספיק גם למעברים בין פעילויות שונות, תוך התחשבות בתחושת הזמן האישית של הא"ס. עמית לא מתמודד היטב עם תאריכי-יעד לשלבים השונים. הוא זקוק למטרת-על מוגדרת היטב, אבל את החלוקה לשלבים הוא צריך לעשות בעצמו, כחלק מתהליך התכנון שהוא כשלעצמו חלק מן ההתמודדות עם המטלה. ענת לעומת-זאת מעדיפה לקבל תאריכי יעד ברורים, שיהיו אמינים: לא לציין תאריך מסוים אם למעשה ניתן להשלים את השלב יומיים אחריו.

הנטייה להתמדה ולעיסוק בפרטים קשורה גם לפיתוח תחומי-עניין אישיים. עיסוק בעניין הוא דרך יעילה לשחרור מתחים, ומניע רב-עוצמה להתמקד בפעילות ולהשקיע בה מאמצים מאחר שהוא מספק גמול מיידי. אם נמנעת מן הא"ס לאורך זמן האפשרות לעסוק בתחום החשוב לו, הצורך יעלה כאשר הוא עלול להפריע לביצוע מטלות אחרות. לכן רצוי לתכנן מראש הקצאת זמן לעיסוקים אלה.

לבסוף, אצל א"סים רבים השונות בעיבוד והפקה מתבטאת בשונות בקשב ובסגנונות למידה (דיסקלקציה, דיסקלקוליה וכו'). לכן יש לזכור שאבחנה על הספקטרום האוטיסטי לא מוציאה מכלל אפשרות שונות מוכרות אחרות, וניתן להשתמש באסטרטגיות מתחומים אלה כדי לעקוף את הקשיים.

תקשורת

סגנון התקשורת האוטיסטי הוא ביטוי נוסף לצורך במשמעות ברורה. א"ס ייזום תקשורת לשם העברת מסר מוגדר; תקשורת כשלעצמה איננה צורך ולכן אם אין לא"ס מסר להעביר, הוא יכול לשהות במחיצת אנשים מבלי לתקשר איתם. לכן לרובנו יש בעיה עם "שיחת סתם" (סמול-טוק), איננו מבינים מדוע לאחרים יש צורך בה, ועלינו להשקיע מאמץ רב כדי להשתתף בה (אם בכלל אנו מסוגלים לכך). מצד שני, התקשורת צריכה להיות ישירה וגלויה: עלינו לוודא שהמסר אכן עבר והובן כהלכה, ובוודאי שלא ננסה לערפל אותו או להעביר מסרים חבויים. לכן שכיח אצל א"סים בירור הדדי של כוונות ופרשנויות. תהליך זה נתפס לעתים אצל לא-א"סים כחזרה מטרידה או כתוכן רגשי (למשל ניסיון להתמודד עם חרדות), אך עבורנו הוא צורך בסיסי שהתעלמות ממנו פוגעת במטרת התקשורת. עמית לא מבחין בדקויות וקונוטציות בעלות משמעות חברתית, למשל עבורו ל"מיוחד" ו"חריג" אותה משמעות. אין זה נכון שאין לא"סים תקשורת לא-מילולית, אלא ששפת הגוף שלנו שונה ולכן לעתים לא מובנת ככזאת. כמו-כן המחווה אם קיימות מלוות ומחזקות את התוכן המילולי, לא סותרות אותו.

ערוצי תקשורת שונים נובעים מסגנון העיבוד וההפקה הספציפי לא"סים. גם בקרב א"סים שמסוגלים לדבר, יש כאלה שתקשורת כתובה יעילה יותר עבורם מאחר שהיא פוטר אותם מ השימוש בערוץ השמיעתי. לעומת זאת עמית מעדיף תקשורת דבורה בגלל הקושי המוטורי בכתיבה. השונות בסגנון תקשורת מתבטאת גם במימד הזמן: סולה מתקשרת טוב יותר בדוא"ל, כי שיטת תקשורת זו נותנת זמן מספיק לעיבוד המשמעות ולניסוח תגובות מדויקות. עמית לעומת זאת מעדיף תקשורת בזמן אמת, כי הוא זקוק למיידיות ובלעדיה יאבד את ההקשר. גם ענת מעדיפה תקשורת בזמן אמת, אבל בכתב (מסרים מיידיים). בתקשורת דבורה מבלבל אותה עודף אינפורמציה (למשל הטון), וכן היא מתקשה לזהות מתי מגיע תורה.

קשרים חברתיים

העדפה של משמעות מוגדרת משפיעה גם על הסגנון החברתי. א"סים רבים מעוניינים בקשרים משמעותיים ועמוקים. קשרים חברתיים אינם צורך כשלעצמו, ולכן חלקנו מעדיף להיות לבד או להסתפק במספר מצומצם של חברים, מאשר לטפח קשרים שטחיים. עמית ירצה בקשר עם אדם מסוים רק אם יש עניין משותף לשוחח עליו. הקשר מבוסס על תוכן פנימי-אישי, ולא על מוסכמות חברתיות, למשל רמת השכלה, מעמד סוציו-אקונומי, מוצא תרבותי או אפילו רמת תפקוד. כותב ג'ים סינקלר: " אנשים כנראה מצפים ממני להבחין בהם ולהתייחס אליהם ולא חשוב מי הם, רק מפני שהם במקרה שם. אבל אם אינני יודע מי האנשים, אינני יודע איך (ולמה) לדבר איתם. אין לי חוש לאנשים-באופן-כללי כדברים שצריכה להיות מעורבות איתם. ואינני יודע איך לקיים יחסים מוכנים-מראש". גם הפעילות המשותפת מבוססת על תוכן אישי ולא על מוסכמות חברתיות. ענת למשל עדיין איננה מבינה מדוע זוגות סתם יוצאים יחד לבית-קפה. מנהג נפוץ זה מדגים את הערך התרבותי שיש בחברה הכללית לארוחות כמרכיב חברתי. בקהילה האוטיסטית, למרות שיש אנשים שנהנים מחברה בזמן האכילה, אין קשר

הדוק בין אוכל לחברה. א"סים רבים מתקשים לאכול בחברה, בין אם בגלל רגישות חושית (לקולות אכילה, לריח המזון של שאר הסועדים או לקרבה הפיזית במחיצתם) ובין אם בגלל הקושי להתמודד בו זמנית עם האתגרים המוטוריים שבטיפול באוכל ועם המאמץ הכרוך בתקשורת. כמו-כן בטיולים של הקבוצה בישראל, כל אחד מביא את האוכל עבור עצמו ולא נצפית ההתנהגות המקובלת (בחברה הכללית) של שיתוף באוכל כצורה של יצירת קשר חברתי. מצד שני, שתיקה במחיצת אדם קרוב היא לגיטימית ולא נחוות כהתנכרות. גם אופן העיבוד הייחודי משפיע על הסגנון החברתי. רגשות אינם ערוץ לחוות את הסיטואציה, מאחר שהם לא נוצרים באופן אוטומטי. רגשות הם תוצאה של עיבוד מודע של החוויה, שמתרחש לרוב אחרי שהסיטואציה הסתיימה. בבחירת בן-זוג, ענת קודם כל שוקלת את מידת ההתאמה. רק אחרי שנכחה שיש התאמה טובה, היא מסוגלת לפתח רגשות כלפי בן-הזוג. תקשורת עם אדם קרוב וטיפוחה של מערכת-יחסים משמעותית עדיין כרוכים במאמץ ובהשקעת אנרגיה. זאת בנוסף לכך שתפקוד בתחום כלשהו, לאו דווקא בתחום הבין-אישי, כרוך במאמץ של עיבוד מודע ולכן יש צורך בזמנים שקטים בהם ניתן לנוח משטף האירועים. לכן אנו זקוקים להפוגות בקשר: בטווח הקצר, פסק-זמן בתוך פגישה הוא לגיטימי. בטווח הארוך, יכולות להיות הפסקות של שבועות ואף חודשים במערכת יחסים, אם אחד השותפים לקשר נמצא בתקופה שלא מאפשרת לו להשקיע בו, או אם הוא פשוט פחות פנוי נפשית להיות בקשר רצוף עם אנשים.

תנאים למענה לצרכים

הצרכים המיוחדים של אנשי הספקטרום מתפרשים על כל תחומי החוויה, הרבה מעבר לתחום החברתי-תקשורתי. גם בתחום זה אם מאפשרים לא"סים לתפקד בסגנון המתאים להם, בדרך כלל יתעורר בהם עניין בתקשורת וביחסים משמעותיים עבורם. הסגנון החברתי-תקשורתי של א"סים משפיע לא רק על בחירת חברים (ובחירה האם לפתח חברויות) אלא גם על היכולת לנווט במצבים המתעוררים במעגלי החיים השונים, כגון בית-הספר או מקום עבודה. לכן הנגשה חברתית (לאפשר סגנון תקשורת מותאם, להתאים נהלי עבודה) חשובה לא פחות מהנגשת הסביבה הפיזית.

כדי לפתח מענים לצרכים השונים, חשוב להכיר מהם וכן להבין שהם שונים מן הצרכים הנפוצים באוכלוסיה הכללית (ולכן דורשים פתרונות לא-סטנדרטיים). לשם כך דרושה מודעות עצמית של הא"ס למקומו בספקטרום האוטיסטי ולמשמעויות המעשיות בתחומי החיים השונים של היות א"ס. מכאן חשיבותה של הקהילה האוטיסטית כמרחב מעודד ומאפשר טיפוח מודעות. ז.

אנשי מקצוע המכירים היטב את הצרכים הייחודיים של הספקטרום ואת המשמעויות המעשיות שלהם, והדוגלים במתן מענה לצרכים אלה ולא בניסיון להכחיד את קיומם של הצרכים, יכולים למלא תפקיד חשוב בתהליך זה. אנשי מקצוע יכולים להציע פתרונות לא-שגרתיים, וכן לסייע

בהנגשת הסביבה הפיסית והחברתית כך שתתחשב בצרכים המיוחדים של אנשי הספקטרום ותאפשר להם לתפקד בצורה יעילה עבורם.

רשימה ביבליוגרפית

סינקלר, ג'ים (1992). גישור על הפערים: מבט מבפנים על אוטיזם (או: האם אתם יודעים מה איני יודע?) <http://www.solashelly.org/gaps.pdf>

שלי, סולה וגיל, רונן (2008). חשיבותה של קבוצת עמיתים בהתבגרותו ובגרותו של א"ס. <http://www.acisrael.org/commattr.pdf>

Spicer, Dave (1998). Self-Awareness in Living with Asperger Syndrome.

<http://bellsouthpwp.net/d/s/dspicer/aware.html>

Sullivan, Anna (2002). Inertia: From Theory to Praxis,

<http://archive.autistics.org/library/inertia.html>