

## A neurodiverzitás világnapjára

**Június 16-a a Neurodiverzitás Büszkeség Napja (angolul: Neurodiversity Pride Day).** Ezen a napon ünnepeljük a neurodivergens emberek különbözőségének szépségét. Ez a nap arra hívja fel a figyelmet, hogy az emberek idegrendszere természetes módon sokféle lehet, és ez a sokféleség értéket jelent a közösségeink számára.

### **Kérdések, amik felmerülhetnek bennünk:**

Sokan sokfélék vagyunk. Minden ember egyedi és megismételhetetlen. Mit jelent valójában a különbözőség, és mikor tekintünk valakit eltérőnek?

Az emberi működés sok területen inkább egy folytonos spektrumként írható le. Míg az egészségügy bizonyos helyzetekben diagnosztikai kategóriák mentén gondolkodik. Igen-nem válaszok alapján döntenek el, hogy az egyén beteg vagy egészséges. Ez mindenre ráhúzható?



A mai világban egyre korábbi életkorban és egyre több olyan gyermek kerül előtérbe, akiknek az érzelem- és indulatszabályozással, szociális készségeikkel nehézségek vannak. Egyrészt ez adódhat abból is, hogy a szülők már sokkal tudatosabban figyelik gyermekeik fejlődését, így hamarabb felfigyelnek az eltérő viselkedésre. A tudomány is sokat fejlődött és már felismerünk olyan eltérő fejlődésmentet is, amit korábban nevelési problémának gondoltunk. Mi az, hogy eltérő?

Másrészt a világ hatalmas változásokon ment át az utóbbi évtizedekben. Sok minden felgyorsult, egyre több inger ér mindenkit. Vajon fel vagyunk-e készülve ennyi inger befogadására, feldolgozására?

Mindenki keresi a válaszokat. A szülők rengeteg információhoz férnek hozzá a gyermek fejlődése, nevelése kapcsán. Ez egyrészt lehet nagy segítség, másrészt a nem egyszer ellentmondásos információk között nagyon könnyű elveszni.

Akkor mit gondol erről a tudományos világ?

Nemzetközileg elkezdtek az idegrendszer fejlődésének folyamatát holisztikusabban vizsgálni, az önálló diagnózisok alkotta sémák helyett.

### **Mi a neurodiverzitás?**

A „neurodiverzitás” fogalmát először Judy Singer használta 1998-ban. Singer álláspontja szerint a neurodiverz variációk az emberi populáció természetes formái a patologizáló és hiányokra

összpontosító modell helyett. Hasonlóan a biodiverzitáshoz, ahol a fajok sokszínűsége során minden egyed sajátos módon járul hozzá az ökoszisztéma egészségéhez.

A neurodivergens emberek agya eltérő módon fejlődik és működik. Ők másképp tanulnak, dolgozzák fel a világ ingereit, így mások a tapasztalásaik, eltérő módon gondolkodhatnak, mint a neurotipikus emberek. Az eltérő tapasztalás, feldolgozás új gondolatokra ad lehetőséget, így teret ad a fejlődésnek.

### **Ki neurodivergens?**

A neurodivergencia egy ernyő fogalom, amibe több fejlődési és kognitív eltérés tartozhat:

- **Autizmus Spektrum Zavar (ASD)**
- **ADHD**
- **Tanulási zavarok:** diszlexia, diszkalkulia, és diszgráfia
- **Intellektuális zavarok**
- **Egyéb:** Tourette szindróma, diszpraxia, and szinesztézia

A neurodivergens embereknek különböző erősségeik és nehézségeik lehetnek. Sokan szenvednek, mert a rendszerek és folyamatok nem teszik lehetővé, hogy kibontakoztassák magukat az erősségeik mentén.

A megfelelő körülmények és hozzáállás segíthet nekik, hogy a nehézségeiken felülkerekedjenek. Egyre nő a tudatosság és elfogadás a világunkban, de még gyerekcipőben jár.

Vannak, akik továbbra is ragaszkodnak a hiányok kiemeléséhez különbözőségek helyett. Ezt azzal magyarázzák, hogy vannak neurodivergens emberek, akik valóban „küzdnek” egészségügyi problémákkal és orvosi ellátásra van szükségük.

A kutatások viszont azt mutatják, hogy a neurodivergencia fogalmának használata inkább a társadalom számára fontos. A fogalom mögötti szemlélet a megfelelő ismereteket és támogatásokat hangsúlyozza. Ezek nagyban hozzájárulnak ahhoz, hogy értsük és megfelelően kezeljük neurodivergens társainkat. Mindenkinek egyéni, az egyedi igényeihez hozzáigazított támogatásra van szüksége, hogy erősségeik mentén boldoguljanak és fejlődhessenek.

A neurodiverzitás nem ritka jelenség, és számos ismert ember is nyíltan beszél saját érintettségéről. Greta Thunberg klímaaktivista, Anthony Hopkins Oscar-díjas színész, Chris Packham természetfilmes vagy Temple Grandin kutató mind arról számoltak be, hogy eltérő idegrendszeri működésük nemcsak kihívásokat, hanem sajátos erősségeket, különleges látásmódot és új megközelítéseket is adott számukra.

De a neurodiverzitás nemcsak a híres emberekről szól. A neurodivergens emberek ott vannak a családjainkban, az iskolákban, a munkahelyeken és a közösségeinkben. Lehetnek kollégák,

szülők, gyermekek, barátok vagy szomszédok. Sokan közülük olyan akadályokkal találkoznak a mindennapokban, amelyek megfelelő támogatással, megértéssel jelentősen mérsékelhetők.

A neurodiverzitás arra emlékeztet bennünket, hogy az emberek eltérő módon érzékelik, értelmezik és alakítják a világot. A befogadó közösségek nem a különbségek eltüntetésére törekednek, hanem arra, hogy mindenki megtalálhassa bennük a helyét és kibontakoztathassa erősségeit.

Az NSZI-nél arra törekszünk, hogy az érintett személyek, családjaik, hozzátartozóik és minden érdeklődő hiteles, naprakész és használható információkhoz jusson. Tartalmainkat tudományos kutatások, megélt tapasztalatok, valamint kisebb mértékben a szakmai „szürke tartalmak” eredményei alapján állítjuk össze.

Tudásunkat többféle formában igyekszünk megosztani és minél szélesebb körben hozzáférhetővé tenni. Rendszeresen szervezünk továbbképzéseket és workshopokat olyan témákban, mint a PDA, a Kézzel fogható tanulás vagy az egyenlő esélyű hozzáférés. Emellett szakmai támogatást nyújtunk intézmények számára, valamint módszertani és tájékoztató anyagokat készítünk, amelyeket az EFI Portálon ([www.efiportal.hu](http://www.efiportal.hu)) teszünk elérhetővé az érdeklődők számára.