

Dobre praktyki w zakresie kształcenia studentów z zaburzeniami poznawczymi

Dokument powstał w związku z realizacją projektu: „Program zwiększenia dostępności Uniwersytetu Rolniczego im. Hugona Kołłątaja w Krakowie” współfinansowanego w ramach Unii Europejskiej z Europejskiego Funduszu Społecznego.

Spis treści

Procesy poznawcze człowieka.....	3
Zaburzenie funkcji poznawczych.....	4
Spektrum autyzmu jako przykład zaburzeń poznawczych.....	4
Komunikacja z osobami z trudnościami poznawczymi	6
Trudności komunikacyjne osób w spektrum autyzmu.....	7
Zasady komunikacji z osobami w spektrum autyzmu	8
Komunikacja alternatywna (AAC).....	10
Przygotowanie otoczenia wspierającego osoby w spektrum autyzmu	11
Przygotowanie zajęć i obsługa administracyjna.....	12
Egzaminy i testy.....	13

Procesy poznawcze człowieka

Umysł ludzki uzyskuje wiedzę na temat otoczenia na podstawie danych otrzymanych z narządów zmysłu, ale każdy z nas także aktywnie odwzorowuje, porządkuje i interpretuje te informacje. Takie indywidualne sposoby strukturyzowania informacji to struktury poznawcze, a mechanizmy ich tworzenia i modyfikacji to właśnie procesy poznawcze.

Procesy poznawcze – podział i charakterystyka:

Procesy poznawcze można katalogować i opisywać na wiele sposobów, lecz powszechnie przyjęto, że dzielą się one na elementarne i złożone.

Elementarne procesy poznawcze to sposób przetwarzania informacji związany z ich odbieraniem, gromadzeniem i interpretowaniem.

Rozróżniamy ich trzy elementy: uwagę, percepcję i pamięć, przy czym niektóre źródła dodają tu także: kontrolę poznawczą i funkcje wykonawcze.

Złożone procesy poznawcze to myślenie i używanie języka.

Myślenie to zdolność do tworzenia symbolicznego modelu rzeczywistości i modyfikacji tegoż modelu. Zawiera ono w sobie zdolność zastępowania symbolicznych wyobrażeń o danych czynnościach, realnym działaniem. Kategoriami mieszczącymi się w ramach definicji procesów złożonych są rozwiązywanie problemów czy abstrahowanie.

Język służy opisywaniu otaczającego nas świata, a także pośredniczy w jego rozumieniu i przekazywaniu informacji innym.

Przykładami zaburzeń funkcjonowania, związanych z procesami poznawczymi są :

- spektrum autyzmu;
- zespół Aspergera;
- ADHD;
- choroby narządu wzroku i słuchu;
- zaburzenia głosu i mowy;
- niepełnosprawność intelektualna;
- zaburzenia psychiczne;
- choroby neurodegeneracyjna (np. demencja);
- inne, w tym schorzenia: endokrynologiczne, choroby neurologiczne.

Zaburzenie funkcji poznawczych

Procesy poznawcze mogą być zaburzone poprzez różnorodne czynniki np. niewyspanie, zdenerwowanie, brak znajomości języka, choroba otępienna, udar mózgu, dysfunkcje rozwojowe.

Ludzie mogą różnić się od siebie sposobem percepcji oraz przetwarzania informacji. Przykładem innego niż typowy sposobu funkcjonowania jest odbieranie bodźców przez niektóre osoby w spektrum autyzmu. Jego szersza charakterystyka zostanie przedstawiona w dalszej części. Zaburzenia funkcji poznawczych nie muszą być stałą cechą danego człowieka. Taka dysfunkcja może być:

- krótkotrwała (brak koncentracji wywołany przemęczeniem);
- okresowa (występowanie ataków epilepsji);
- czasowa (konsekwencje udaru mózgu z dobrymi rokowaniami do rehabilitacji);
- trwała (funkcjonowanie niektórych osób w spektrum autyzmu);
- postępująca (demencja).

Zaburzenia funkcji poznawczych mogą dotyczyć:

- trudności z koncentracją;
- trudności z zapamiętywaniem informacji;
- niskiego tempa reakcji na komunikaty;
- niskiego poziomu koncentracji;
- spowolnionej mowy;
- utrudnień w dyskusji, szybkiej reakcji na argumenty;
- potrzeby posiadania dłuższego czasu na zastanowienie lub przygotowanie.

Spektrum autyzmu jako przykład zaburzeń poznawczych

Całościowe zaburzenia rozwoju to zespół wrodzonych zaburzeń motoryki, umiejętności komunikacji oraz odbioru bodźców. W codziennym funkcjonowaniu przekłada się to na trudności w kontaktach społecznych, problemy z komunikacją, nietypowe zachowania i często ograniczoną sprawność fizyczną (także wytrzymałość). Zaburzenia rozwoju

to autyzm i zespół Aspergera, jednak w tej grupie należy także wymienić zespół Retta i zespół Hellera.

Zgodnie z Międzynarodową Statystyczną Klasyfikacją Chorób i Problemów Zdrowotnych ICD-10, przyjętą przez Światową Organizację Zdrowia – zaliczenie do całościowych zaburzeń rozwojowych, cechuje się dużym stopniem zróżnicowania, wynikającym z rodzaju i stopnia nasilenia poszczególnych symptomów, a także współwystępowaniem dodatkowych deficytów, wynikających z chorób współistniejących czy niepełnosprawności sprzężonej. Mogą im także towarzyszyć dodatkowe zaburzenia, jak np. zespół Tourette'a.

Spektrum autyzmu (ASD) charakteryzuje się utrzymującymi się, poważnymi trudnościami w inicjowaniu i utrzymywaniu relacji i komunikacji społecznej oraz ograniczonymi, powtarzalnymi i nieelastycznymi wzorcami zachowań i zainteresowań. Początek zaburzenia występuje zazwyczaj we wczesnym dzieciństwie, choć objawy mogą ujawnić się później, pod wpływem rosnących wymagań społecznych.

Deficyty powodują obniżenie sprawności w różnych obszarach funkcjonowania jednostki (osobistych, edukacyjnych, zawodowych). Część osób z ASD może mieć też deficyty w zakresie funkcjonowania intelektualnego lub umiejętności językowych.

Spektrum autyzmu uznaje się za jedno z najistotniejszych zaburzeń rozwojowych, ze względu na sposób oddziaływania na wszelkie aspekty funkcjonowania społecznego dotkniętych nimi osób.

Zespół Aspergera (ZA)

Zaburzenie to obejmuje m. in. uporczywe trudności w zakresie umiejętności społecznych, trudności w akceptowaniu zmian, ograniczoną elastyczność myślenia przy braku opóźnienia w rozwoju umysłowym oraz ograniczone, powtarzające się zachowania i zainteresowania. Objawy te ograniczają lub utrudniają codzienne funkcjonowanie. Rozwój mowy oraz rozwój poznawczy przebiega bardziej typowo w porównaniu do zaburzeń ze spektrum o cięższym nasileniu. Głównymi kryteriami różnicującymi zespół Aspergera od innych, cięższych zaburzeń autystycznych są: brak opóźnienia rozwoju mowy i innych istotnych jej zaburzeń, uniemożliwiających logiczną komunikację oraz typowy rozwój poznawczy.

Osoby ZA będą jednymi z najlepiej funkcjonujących w spektrum autyzmu pod względem umiejętności komunikacyjnych oraz społecznych. Nie będzie u nich występowała

niepełnosprawność intelektualna, ale oczywiście mogą doświadczać właściwie każdego rodzaju objawów związanych ze spektrum. Z powodu swojego dobrego funkcjonowania społecznego osoby z ZA nierzadko nie posiadają diagnozy, często uważa się je za ludzi z „dziwnymi zwyczajami”, jednak nawet późna diagnoza może im pomóc zdobyć strategię lepszej współpracy z neurotypową częścią społeczeństwa.

Komunikacja z osobami z trudnościami poznawczymi

Osoby z zaburzeniami funkcji poznawczych (w tym część osób ze spektrum autyzmu) mogą mieć problemy z interpretacją niestandardowych oznaczeń i symboli. Komunikacja wizualna jest bardzo wspierająca dla takich osób i jest ważnym uzupełnieniem innych kanałów przekazu informacji. Warto zwrócić szczególną uwagę na klarowność i łatwość w interpretacji oznaczeń wizualnych - zwłaszcza tych dotyczących sytuacji nagłych oraz wymagających natychmiastowej reakcji.

Wskazówki w komunikacji:

- wskazane jest, by wypowiadać się zrozumiale – osoby z zaburzeniem funkcji poznawczych mogą mieć problem z rozumieniem i używaniem skomplikowanych pojęć;
- trzeba pamiętać, że niektóre osoby z zaburzeniami funkcji poznawczych potrzebują dokładnej instrukcji wykonania czynności lub zadania, pomocne będzie więc przygotowanie szczegółowego schematu postępowania, najlepiej w formie pisemnej (regulamin, instrukcja);
- należy upewnić się, czy komunikacja jest skuteczna;
- jeśli wymaga tego sytuacja, należy dać danej osobie czas na zastanowienie się i przestrzeń na wyregulowanie bodźców zmysłowych (regulację sensoryczną);

Osoby ze spektrum autyzmu mogą wspomagać się technologiami asystującymi np. czytnik ekranu, który pomaga odczytać treść strony. Skuteczność takich technologii zależy od przygotowania materiału (strona, dokument, film). Jeżeli dana treść będzie niedostępna to nawet z technologiami asystującymi użytkownik nie będzie mógł odtworzyć treści.

Na możliwość korzystania z nowych technologii mają wpływ współistniejące ze spektrum niepełnosprawności. Będą to np. niepełnosprawność ruchowa (zdolność wykonywania

precyzyjnych czynności), brak mowy (poleganie na komunikacji wizualnej z wykorzystaniem nowych technologii), czy epilepsja (konieczność unikania silnych bodźców wizualnych).

Zdecydowanie warto wziąć także pod uwagę nadwrażliwości sensoryczne oraz trudności w uczeniu się, zatem należy zawsze pamiętać, by np. funkcje regulacji dźwięku, tempa odczytu były możliwe do regulowania przez użytkownika.

Znane są też rozwiązania sterowania głosem urządzeniami elektronicznymi. Wystarczy odpowiednią komendą głosową włączyć asystenta, a następnie powiedzieć, jaką funkcję w smartfonie/komputerze ma wybrać lub jaką informację wyszukać w Internecie.

Trudności komunikacyjne osób w spektrum autyzmu

U części osób funkcjonujących w spektrum, nie rozwija się mowa, następuje jej nagły regres, lub jej znaczne zaburzenia. Dla dużej grupy charakterystyczne jest dosłowne używanie języka – brak zrozumienia ironii, metafor, czy żartów.

Przykładowe trudności komunikacyjne:

- problemy z nadawaniem i odbieraniem komunikatów niewerbalnych (np. rozumieniem mimiki twarzy);
- dosłowne rozumienie języka (brak rozumienia metafor, dwuznaczności, żartów itp.);
- niejasne, nielogiczne argumentowanie, trudności z rozumieniem związków przyczynowych (wynikające z innego sposobu interpretacji otoczenia, np. próby uniknięcia pewnych bodźców, czy nadmiernego zaabsorbowania innymi);
- trudności w podtrzymywaniu konwersacji oraz jej naprzemienności (np. nie dzielenie się czasem na wypowiedź z innymi, gdy temat wiąże się z zainteresowaniem osoby w spektrum, monologowanie, chaotyczność wypowiedzi);
- brak rozumienia mowy, mowa zewnętrzna traktowana jak hałas, lub ignorowana (np. w sytuacji zaabsorbowania innymi bodźcami);
- specyficzny sposób wypowiadania się (np. język zbyt formalny, patetyczny, stosowanie kalek językowych);
- trudności w rozumieniu rozbudowanych wypowiedzi, wieloetapowych poleceń, zbyt wielu opcji wyboru;

- występowanie echolalii (powtarzalnych dźwięków, lub słów), często w celu samoregulacji lub „procesowania” (np. powtarzanie nazw przystanków autobusowych w celu przetworzenia informacji o trasie);
- dość częste odwracanie zaimków (np. „ty” zamiast „ja”, „nie chcesz już” zamiast „nie chcę już”).

Zasady komunikacji z osobami w spektrum autyzmu

1. Komunikacja oparta na wzajemnym szacunku. Cierpliwość w kontakcie.

Student jest osobą dorosłą i tak powinien być traktowany. Nie należy skracać dystansu wobec niego lub używać infantylnego języka. Takie zachowania wynikają często z opiekuńczych skłonności adresatów, jednak mogą zostać odebrane przez osoby z niepełnosprawnością jako brak szacunku. Z automatycznym skracaniem dystansu notorycznie spotykają się również osoby z niepełnosprawnością intelektualną, czy zaburzeniami mowy (na podstawie wypowiedzi często oceniamy czyjeś warunki intelektualne).

Mówienie spokojnie, bez pośpiechu, bez okazywania zniecierpliwienia jest bardzo istotne w okazywaniu szacunku naszemu rozmówcy. Zwłaszcza jeśli ma on problemy komunikacyjne. Należy starać się wykazywać zrozumienie dla trudności wynikających z niepełnosprawności, w tym niekontrolowanych tików, tonu głosu, itp.

Przywiązanie wielu osób ze spektrum do wcześniej poznanych zasad (niechęć do uwzględnienia niuansów i wyjątków) może sprawić, że mogą one wytykać błędy nawet autorytetowi. Bywa, że osoby ze spektrum autyzmu są zbyt szczere. Mogą nie zdawać sobie sprawy, że ich komentarze, czy pytania są odbierane jako niestosowne. Należy przedstawić im inny punkt widzenia.

Osoby ze spektrum autyzmu mogą mieć problem z prowadzeniem dialogu oraz z dostosowaniem stylu wypowiedzi do rozmówcy. Jeśli znamy szczególne zainteresowania rozmówcy, warto do nich nawiązać, co ułatwia jego koncentrację.

2. Zrozumiała komunikacja

Należy w prosty sposób formułować komunikaty kierowane do osób ze spektrum autyzmu – zwłaszcza informacje techniczne lub organizacyjne (np. dane kontaktowe, harmonogramy, instrukcje poleceń). Trzeba pamiętać, że niektóre osoby ze spektrum autyzmu potrzebują

dokładnej instrukcji wykonania zadania. Pomocne może być przygotowanie szczegółowego postępowania, najlepiej w formie pisemnej (schemat, instrukcja). Nie wymagające interpretacji odbiorcy komunikaty pozwalają uniknąć wielu napięć i nieporozumień. Pamiętajmy, że zbyt wiele otwartych opcji, lub brak ram odpowiedzi dla wielu osób może być trudne do zrozumienia. Warto np. pisząc maila zaproponować kilka opcji wyboru terminu spotkania. W przypadku treści merytorycznych warto dopytać studentów o to, czy przekaz był zrozumiały (np. na koniec zajęć), gdyż osoba ze spektrum może nie przyznać, że potrzebuje dodatkowego wyjaśnienia. Istotne jest dzielenie dłuższych wypowiedzi (np. polecenia) na części i robienie przerwy pomiędzy nimi, by dać rozmówcy czas na przetworzenie pozyskanych informacji. Dobrym pomysłem jest poproszenie o parafrazę naszej wypowiedzi czy polecenia. Co jakiś czas warto podsumować najważniejsze elementy konwersacji.

Stosowanie wypowiedzi wieloznacznych, związków frazeologicznych, przysłów, przenośni może być problematyczne, jeśli rozmówca ich nie rozumie. Szczególnie ważne jest unikanie wieloznaczności, sarkazmu, czy ironii w sytuacjach, gdy osoba ze spektrum może być zaniepokojona. Stres obniża zdolność rozumienia komunikatów oraz nierzadko blokuje zdolność aktywnego komunikowania się.

Czynnikiem stresującym są nagłe zmiany w rutynie, więc kiedy to możliwe informuj o zmianach w planie.

3. Odpowiednia forma przekazu komunikatu

Dla osób ze spektrum autyzmu łatwiejszą formą pozyskiwania informacji jest wyszukiwanie ich w Internecie niż poprzez komunikację z innymi.

Warto zadbać, aby strony internetowe zawierały aktualne, rzetelne oraz łatwe do zrozumienia informacje. Pomocne może być też wykorzystanie chat-botów lub zakładki z najczęściej zadawanymi pytaniami i odpowiedziami.

W trakcie rozmowy/ zajęć przydatne są tablice z najważniejszymi informacjami, które pomagają w strukturyzacji wiedzy przekazywanej ustnie. Ze względu na różne sposoby przyswajania informacji, dla niektórych osób ze spektrum niezwykle cenne są również grafiki, obrazujące omawiane treści i pobudzające wyobraźnię wzrokową.

4. Kontakt wzrokowy i spójność komunikatu

W trakcie rozmowy należy naturalnie utrzymywać kontakt wzrokowy kierować twarz i sylwetkę w jego stronę, co zwiększa spójność wypowiedzi kierowanej do adresata (osobie łatwiej zrozumieć, że zwracamy się do niej, jeśli kierujemy swoją sylwetką, twarz i wzrok w kierunku adresata). Warto jednak pamiętać, że niektóre osoby ze spektrum mogą mieć problem z odwzajemnieniem i podtrzymaniem kontaktu wzrokowego, co najlepiej zaakceptować.

5. Wspieraj ale nie wyręczaj – samodzielność studenta

Osoby w spektrum autyzmu, zwłaszcza z problemami z płynnością wypowiedzi mogą wymagać więcej czasu do nawiązania kontaktu. Pamiętajmy, by nie zgadywać, co chcą one przekazać i nie kończyć za nie wypowiedzi. Jeśli czegoś nie rozumiemy, należy poprosić o wyjaśnienie lub użycie innej formy komunikacji.

Komunikacja alternatywna (AAC)

Niektóre osoby mające trudności w komunikowaniu się korzystają z alternatywnych i wspomagających metod porozumiewania się (AAC).

Komunikacja alternatywna (AAC) to wszelkiego rodzaju niewerbalne metody porozumiewania się, które stanowią substytut lub uzupełnienie mowy. Mogą to być np. książki komunikacyjne, Program Językowy Makaton będący systemem gestów i symboli graficznych, syntezy mowy. Użytkownikami AAC mogą być osoby, które: rozumieją mowę innych, ale same nie mogą mówić; mają poważne problemy z rozumieniem mowy lub posługują się mową werbalną, ale wyrazistość ich wypowiedzi jest mocno ograniczona.

Komunikacja alternatywna (PECS) (Picture Exchange Communication System) to metoda wspomagającej komunikacji alternatywnej, z której korzystają osoby ze spektrum autyzmu lub z innymi zaburzeniami rozwojowymi. Jest to komunikacja funkcjonalna (ukierunkowana na zaspokajanie konkretnych potrzeb), bazująca na systemie obrazkowym. PECS może wspomagać wymianę informacji z osobami niemówiącymi (np. obrazek z pytaniem o preferencje co do posiłku i odpowiedź z symbolem konkretnego dania). Jest też bardzo pomocny w sytuacji stresu, gdy zdolność komunikacji werbalnej jest ograniczona.

Komunikacja alternatywna – o czym warto pamiętać?

- pozwalaj na obecność asystenta (jeśli jest taka potrzeba);
- korzystaj z zadań bardziej dostępnych, tłumacz trudne sformułowania;
- przesyłaj materiały w formie elektronicznej;
- stosuj metodę małych kroków, ustalaj plan pracy – np. miesięczny;
- unikaj zmian od ustalonego planu, w przypadku ich wystąpienia poinformuj i upewnij się czy informacja dotarła i została zrozumiana.

Przygotowanie otoczenia wspierającego osoby w spektrum autyzmu

Zbadanie potrzeb w zakresie organizacji i wykorzystania otoczenia zgodnie z indywidualnymi potrzebami osoby ze spektrum jest kluczowe w udanej współpracy. Jeśli jest potrzeba wykorzystania danego pomieszczenia/sprzętu niezgodnie z jego pierwotnym przeznaczeniem może to wzbudzić niepokój i konieczne jest wytłumaczenie takiej sytuacji. Planując spotkanie z osobą ze spektrum powinniśmy zadbać co najmniej o ciche i ustronne miejsce. Bardzo dobrym rozwiązaniem jest przygotowanie tzw. pokoju sensorycznego, dającego możliwość regulowania (wyciszenia lub stymulacji) każdego zmysłu. Nie ma sztywnych wytycznych, co do rozmiarów pomieszczenia, ale warto wziąć pod uwagę możliwość wypoczynku, wyciszenia, regulacji oświetlenia. Pokoje wyciszenia oraz pokoje sensoryczne są coraz częściej oferowaną opcją.

Przygotowując miejsce spotkania powinniśmy wziąć pod uwagę między innymi:

- poczucie bezpieczeństwa, regulowania docierających bodźców możliwość wyboru miejsca podczas spotkania;
- nadwrażliwości sensoryczne – możliwość regulowania oświetlenia, natężenia światła;
- poczucie kontroli nad mediami – możliwość regulowania natężenia dźwięku (muzyka, światło, materiały wideo);
- uwarunkowania poznawcze, zdolność długotrwałej koncentracji uwagi – możliwość regularnego wietrzenia sali, w której odbywają się spotkania;
- samoregulacja, odpoczynek, regulacja bodźców – możliwość korzystania z pokoju wyciszenia.

Przygotowanie zajęć i obsługa administracyjna

Przygotowanie do indywidualnego spotkania ze studentem ze spektrum powinno zawierać stworzenie czytelnej struktury, harmonogramu spotkań oraz listy zadań i oczekiwań w stosunku do rozmówcy. Brak wcześniejszej znajomości planu współpracy może sprawić, że osoba z ASD odbiera informacje jako chaotyczne, zaś ich znaczenie staje się dla niej niezrozumiałe.

Należy także wziąć pod uwagę uwarunkowania, takie jak:

- uwarunkowania poznawcze (zdolność koncentracji uwagi na tym, co mówi nadawca oraz rozumienie treści);
- zdolności zapamiętywania i przetwarzania informacji;
- możliwość utrzymania skupienia przez cały czas spotkania;
- współwystępowanie ze spektrum autyzmu niepełnosprawności fizycznej, która może przekładać się na nieprecyzyjne wykonanie czynności.

W razie potrzeby studentowi z ASD należy umożliwić ewentualne wsparcie asystenta, możliwość robienia notatek czy użycie dyktafonu.

Warto zadbać o otoczenie, usunąć nadmiar bodźców np. hałas.

Niektórym studentom pomocne będzie także przygotowanie wsparcia wizualnego i gotowość do użycia alternatywnych form komunikacji, np. wydrukowanego schematu.

Umożliwia to osobie ze spektrum skuteczny powrót do toku spotkania jeżeli się w nim zgubi. Najskuteczniejsze będzie zbadanie potrzeb studenta wcześniej i zapytanie jakie rozwiązania będą dla niego pomocne np. sposób komunikacji, notowania czy zapamiętywania wiedzy (w tym możliwości użycia nowoczesnych technologii).

Bardzo istotne jest podtrzymywanie motywacji do pracy i koncentracji na wykonywanych działaniach studenta ze spektrum autyzmu. Można taki proces wspomagać poprzez wracanie do listy ustalonych celów, wspólnego monitorowania postępów, rozwiązywania pojawiających się na bieżąco problemów. Pomocne będzie angażowanie osoby z tymi zaburzeniami w realizację projektów spójnych z posiadanymi zainteresowaniami i umiejętnościami.

W procesie administracyjnym (np. w trakcie obsługi w dziekanacie) należy pamiętać o używaniu zrozumiałego języka oraz szanować prawo do dyskrecji, jeśli student podaje poufne informacje.

Na koniec spotkania warto zachęcić do kontaktu w razie wątpliwości podając np. aktualny adres mailowy.

Egzaminy i testy

Sprawdzenie poziomu przyswojonej wiedzy i umiejętności powinno obowiązywać wszystkich studentów (również tych z niepełnosprawnościami). Dostosowaniu może ulegać sama forma przeprowadzenia zajęć, lub egzaminu. Studenci ze szczególnymi potrzebami po zakończeniu kursu przystępują do egzaminu na takich samych zasadach jak studenci pełnosprawni (np. próg punktów wymagany do zaliczenia, równy poziom trudności egzaminu). Zwolnienie z egzaminu jest możliwe na podstawie zasad obowiązujących wszystkich studentów.

Studenci mają możliwość ubiegania się o skorzystanie z elementów wspomagających, likwidację barier związanych z niepełnosprawnościami podczas egzaminu, np.

- możliwość korzystania ze sprzętu wspomagającego;
- zmianę formy zaliczenia/egzaminu (np. z pisemnej na ustną);
- wydłużenie czasu trwania egzaminu lub możliwość wsparcia, tłumaczenia, czy pisania przez asystenta;
- dodatkowe przerwy podczas egzaminu/zaliczenia;
- przeprowadzenie egzaminu w małej grupie. Takie rozwiązanie pozwala ograniczyć stres;
- przedłużenie sesji egzaminacyjnej;
- uzyskanie IOS – Indywidualnej Organizacji Studiów. Może, choć nie musi, obejmować zwolnienie z zajęć. Umożliwia przesunięcie zaliczeń oraz wskazanie przedmiotów, które wymagają indywidualnej konsultacji z wykładowcą lub zaliczenia w innym terminie. Inne wsparcie, zależnie od potrzeb i ustaleń z prodziekanem ds. studenckich.

Dla osób w spektrum pomocne będzie zadbanie o punktualne i zgodne z ustalonym porządkiem przeprowadzenie egzaminu.