Zrozumieć – pomóc.

Neuroróżnorodność w czynnościach procesowych

Ministerstwo Sprawiedliwości



| Wprowadzenie

„Zrozumieć — pomóc”

Zasada "Zrozumieć - pomóc" przyświecała pracy nad niniejszym opracowaniem, które powstało w Ministerstwie Sprawiedliwości, we współpracy prawników z wieloletnią praktyką, psycholożek, pedagożek oraz — co szczególnie ważne — osób neuroróżnorodnych. W materiałach znajdą Państwo kartę dobrych praktyk, przykłady dialogów oraz krótki słowniczek pojęć. Materiały mają wspierać codzienną pracę, podpowiadać jak zadawać pytania, jak reagować na silne emocje, jak upraszczać przekaz, nie tracąc przy tym merytorycznej treści. Chodzi o drobne zmiany w sposobie komunikacji, które mogą radykalnie zmienić poziom napięcia po obu stronach biurka. Osoby neuroróżnorodne napotykają w codziennym życiu bariery komunikacyjne, które mogą ograniczać ich równy dostęp do szeroko rozumianego wymiaru sprawiedliwości. Bariery te często mają charakter nieintencjonalny i wynikają z braku wiedzy lub niepełnego zrozumienia potrzeb oraz zachowań osób neuroróżnorodnych przez pracowników organów wymiaru sprawiedliwości.

Cel opracowania

Niniejsze opracowanie nie ma charakteru naukowego. Jego głównym celem jest przedstawienie w przystępny sposób podstawowych potrzeb osób neuroróżnorodnych, aby zapewnić im większy komfort podczas czynności procesowych — zarówno w sądzie, jak i w każdym innym miejscu, w którym ich udział w procedurze prawnej jest konieczny.

Znaczenie dobrostanu osób neuroróżnorodnych

Dbanie o dobrostan osób neuroatypowych podczas czynności procesowych wpływa pozytywnie na rzetelność i wartość merytoryczną dokonywanych czynności. Jednocześnie służy realizacji idei wymiaru sprawiedliwości przyjaznego osobom neuroróżnorodnym oraz zapewnienia im pełni praw.

Karta dobrych praktyk i narzędzia wsparcia

Przedstawiona karta dobrych praktyk, przykładowe dialogi oraz słowniczek pojęć mają na celu:

- podnoszenie kompetencji pracowników wymiaru sprawiedliwości,
- rozwijanie umiejętności komunikacji z osobami o złożonych potrzebach,
- usuwanie barier komunikacyjnych,
- kształtowanie skutecznych narzędzi i postaw obniżających stres w kontaktach,
- wspieranie alternatywnych sposobów komunikowania się.

Słowniczek pojęć

Dołączony słowniczek stanowi krótkie kompendium wiedzy o neuroróżnorodności i może służyć jako praktyczna pomoc w codziennej pracy z osobami o różnych potrzebach komunikacyjnych.

Wspólny cel opracowania

Wszystkie przekazane materiały łączy jeden cel: zwiększenie wrażliwości na potrzeby osób, które znajdują się w trudnym momencie kontaktu z wymiarem sprawiedliwości. Uczestnictwo w procedurach prawnych na każdym etapie może wiązać się z niepewnością — niezależnie od cech czy sytuacji życiowej.

Podstawa prawna

Zgodnie z ustawą z *dnia 19 lipca 2019 r. o zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami* (Dz.U. 2019 poz. 1696 z późn. zm.):

- organy publiczne, w tym sądy i trybunały, są zobowiązane do zapewnienia dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami,
- minimalne wymagania obejmują m.in. dostępność informacyjno-komunikacyjną,
- wsparcie powinno być dostosowane do indywidualnych potrzeb.

Przygotowując niniejsze opracowanie, kierowaliśmy się zarówno wymogami ustawy, jak i postulatami osób neuroróżnorodnych.

„Zrozumieć — pomóc". Zapraszamy do traktowania przygotowanych materiałów jako narzędzia, które ułatwią codzienną pracę i kontakt z osobami o różnych potrzebach, w tym z osobami neuroróżnorodnymi.



„Zrozumieć-pomóc”
| Karta Dobrych Praktyk

w kontaktach z osobami neuroróżnorodnymi/neuroatypowymi dla sędziów, prokuratorów i innych uczestników procesów oraz koordynatorów ds. dostępności w w wymiarze sprawiedliwości.

01

Zasada jasnej komunikacji

- **Praktyka**: Używaj prostego, zrozumiałego języka, unikaj metafor i prawniczego żargonu.
- **Dlaczego**: Osoby w spektrum mogą mieć trudności z interpretacją abstrakcyjnych sformułowań.

02

Przewidywalność i struktura

- **Praktyka:** Wyjaśnij przebieg rozprawy (postępowania) krok po kroku, informuj o kolejnych etapach.
- **Dlaczego:** Zmniejszysz lęk wynikający z niepewności, pomożesz zorientować się w sytuacji i zapobiegniesz paraliżowi motywacyjnemu.

03

Ograniczenie bodźców

- **Praktyka:** Zapewnij spokojne otoczenie (np. wyciszone pomieszczenie, brak nadmiernych dźwięków, „niebieski pokój”).
- **Dlaczego:** Nadmiar bodźców może powodować przeciążenie sensoryczne.

04 Czas na odpowiedź

- **Praktyka:** Daj więcej czasu na udzielenie odpowiedzi, unikaj presji.
- **Dlaczego**: Osoby w spektrum często potrzebują dodatkowego czasu na przetworzenie informacji.

05 Unikanie ocen zachowań

- **Praktyka**: Nie interpretuj dosłownie braku kontaktu wzrokowego czy nietypowych reakcji (np. stimy, niekontrolowane ruchy ciała) jako oznaki braku szczerości lub braku szacunku.
- **Dlaczego**: Takie zachowania są typowe dla spektrum i nie świadczą o intencjach.

06 Formułowanie lapidarnych (krótkich) pytań

- **Praktyka:** Nie zadawaj złożonego pytania, w razie potrzeby podziel pytanie na mniejsze części.
- **Dlaczego:** Osoba neuroatypowa może zapomnieć drugą część pytania.

07 Możliwość wsparcia

- **Praktyka:** Pozwól na obecność osoby wspierającej lub tłumacza komunikacji (może to być biegły).
- **Dlaczego:** Ułatwisz zrozumienie i zredukujesz stres.
- Zezwól na korzystanie przez uczestnika postępowania z narzędzi takich jak fidget toys (gniotki, spinnery), słuchawki wygłuszające czy przyciemniane okulary. Zapytaj o to, czy uczestnik /świadek nie zechce skorzystać z narzędzi.
- **Dlaczego:** Są to narzędzia wsparcia sensorycznego i psychicznego, których użycie zmniejsza stres i napięcie psycho-fizyczne.

Podobnie jak osoba słabowidząca nie musi prosić o zgodę na okulary korekcyjne, tak osoba neuroatypowa nie powinna musieć prosić o zgodę na słuchawki redukujące hałas, gniotki czy inne środki wsparcia. Na dodatek, umożliwienie korzystania ze wsparcia (w tym przesłuchań w trybie zdalnym czy w tzw. „niebieskim pokoju") zwiększa szansę na uzyskanie wartościowego materiału dowodowego, który w standardowych warunkach zostałby utracony w wyniku blokady komunikacyjnej lub przeciążenia sensorycznego.

08 Elastyczność w procedurach

- **Praktyka:** Rozważ przerwy w czynności procesowej, jeśli osoba wykazuje oznaki przeciążenia. Zezwól na opuszczenie miejsca dokonywania czynności procesowej w trakcie przerwy.
- **Dlaczego**: Pomożesz uniknąć eskalacji stresu i umożliwisz sprawne postępowanie. To wyraz zrozumienia neuroatypowości i szacunku.

09 Szacunek i empatia

- **Praktyka:** Traktuj osobę z godnością, unikaj protekcjonalnego tonu.
- **Dlaczego:** Zbudujesz zaufanie i poczucie bezpieczeństwa.

10 Czas na wyciszenie

- **Praktyka:** osoba wyczerpana (np. po meltdownie) potrzebuje odpoczynku, wyciszenia i zebrania myśli. Zaproponuj coś przewidywalnego: szklankę napoju, wyście poza miejsce czynności.

Najczęstsze błędy, których można uniknąć

1. Stosowanie skomplikowanego języka prawniczego

- **Dlaczego to błąd:** Może prowadzić do niezrozumienia i stresu.
- **Jak unikać:** Używaj prostych zdań, wyjaśniaj terminy.

2. Interpretowanie braku kontaktu wzrokowego jako oznaki kłamstwa

- **Dlaczego to błąd:** W spektrum autyzmu brak kontaktu wzrokowego jest naturalny.
- **Jak unikać:** Skup się na treści wypowiedzi, nie na zachowaniach niewerbalnych.

3. Ignorowanie potrzeby przerw

- **Dlaczego to błąd:** Może prowadzić do przeciążenia sensorycznego i eskalacji stresu.
- **Jak unikać:** Zaplanuj możliwość krótkich przerw, zezwól na opuszczenie miejsca dokonywania czynności procesowej.

4. Nadmierne tempo zadawania pytań

- **Dlaczego to błąd:** Osoba może nie nadążać z przetwarzaniem informacji.
- **Jak unikać:** Daj czas na odpowiedź, unikaj presji.

5. Brak wcześniejszego wyjaśnienia procedury

- **Dlaczego to błąd:** Nieprzewidywalność zwiększa lęk.
- **Jak unikać:** Wyjaśnij krok po kroku, co się wydarzy.

„Zrozumieć-pomóc” Karta Dobrych Praktyk

przykłady dialogów podczas czynności procesowych
z udziałem osób neuroróżnorodnych/neuroatypowych

Zawsze zapytaj osoby o jej preferowane zaimki - jak się do niej należy zwracać

1. Jasna komunikacja

Zasada: Używaj prostego języka, unikaj żargonu.
Przykład sytuacji:
❌ „Proszę się odnieść do zarzutów w kontekście art. 233 k.p.c.”
✅ „Proszę powiedzieć, czy zgadza się Pan z tym, co jest napisane w tym dokumencie?

2. Przewidywalność i struktura

Zasada: Wyjaśnij przebieg rozprawy (czynności procesowej) krok po kroku.
Przykład sytuacji:
✅ „Najpierw zadam kilka pytań, potem wysłuchamy drugiej strony. Na końcu podsumuję.”

3. Ograniczenie bodźców

Zasada: Zapewnij spokojne otoczenie.
Przykład sytuacji:
✅ Przeniesienie rozprawy do mniejszej sali, jeśli osoba reaguje na hałas.

4. Czas na odpowiedź

Zasada: Daj więcej czasu na reakcję.
Przykład sytuacji:
❌ „Proszę odpowiadać szybciej - natychmiast!”
✅ Proszę się zastanowić i powiedzieć, kiedy będzie gotowość na to, żeby odpowiedzieć

5. Unikanie ocen zachowań

Zasada: Nie interpretuj braku kontaktu wzrokowego jako kłamstwa.
Przykład sytuacji:
✅ „Rozumiem, że nie patrzy (Pan/Pani na mnie – to w porządku, proszę odpowiadać na pytania.”

6. Możliwość wsparcia

Zasada: Pozwól na obecność osoby wspierającej.
Przykład sytuacji:
✅ „Czy chce (Pan/Pani), aby osoba wspierająca była obecna podczas rozprawy (czynności procesowej)?”

Najczęstsze błędy łatwe do uniknięcia

- Stosowanie skomplikowanego języka prawniczego.
- Ignorowanie potrzeby przerw.
- Nadmierne tempo zadawania pytań.
- Brak wcześniejszego wyjaśnienia procedury.



Scenariusze dialogowe –
przykłady komunikacji z osobą neuroróżnorodną

1. Wyjaśnienie przebiegu rozprawy

Sędzia: „Za chwilę rozpoczniemy rozprawę (czynność procesową/przesłuchanie itp.). Najpierw zadam kilka pytań, potem wysłuchamy drugiej strony. Na końcu podsumuję i powiem, co będzie dalej. Czy to jest dla Pana/Pani/Osoby jasne?”
Osoba: „Tak.” (Jeśli osoba wygląda na niepewną)
Sędzia: „Czy chce Pan/Pani/Osoba, żebym zapisał te kroki na kartce?”

2. Zadawanie pytań

Sędzia: „Proszę odpowiedzieć tylko na to pytanie: Czy był Pan/Pani/Osoba w tym miejscu w dniu 12 maja?”
Osoba: „Tak.”
Zasada - Unikamy wieloczłonowych pytań typu „Czy był Pan tam i czy rozmawiał z kimś?”

3. Reakcja na przeciążenie sensoryczne

Sędzia: „Widzę, że może być głośno. Czy chce Pan/Pani/Osoba chwilę przerwy?”
Osoba: „Tak, proszę.”
Sędzia: „Ogłaszam 5-minutową przerwę.”

4. Wyjaśnienie praw i obowiązków

Sędzia: „Ma Pan/Pani/Osoba prawo mówić, ma Pan/Pani/Osoba prawo milczeć. Jeśli coś jest niejasne, proszę powiedzieć. Czy rozumie Pan/Pani/Osoba te prawa?”
Osoba: „Nie wiem.”
Sędzia: „Powtórzę prościej: Może Pan/Pani/Osoba odpowiadać na pytania albo nie odpowiadać. Czy to jest jasne?”

5. Zgoda na obecność osoby wspierającej

Sędzia: “Czy chce Pan/Pani/Osoba, aby osoba wspierająca była obok podczas rozprawy?”
Osoba: „Tak.”
Sędzia: „Dobrze, proszę usiąść razem.”

6. Unikanie pytań złożonych

Zamiast pytania: „Gdzie przebywałeś w piątek po szkole i czy byłeś wtedy sam?”
Zapytaj: .„Gdzie przebywałeś w piątek po szkole?” „Czy byłeś wtedy sam?”





| Słownik terminów

z zakresu neuroróżnorodności dla sędziów, prokuratorów, adwokatów, kuratorów sądowych oraz koordynatorów ds. dostępności w wymiarze Sprawiedliwości.

Neuroróżnorodność – postawa społeczna mówiąca, że różnice neurologiczne takie jak autyzm, ADHD, dysleksja, zespół Tourette'a, są naturalną i wartościową częścią ludzkiej różnorodności, a nie zaburzeniami czy wadami. Ruch neuroróżnorodności opiera się na społecznym modelu niepełnosprawności, zgodnie z którym trudności doświadczane przez osoby neuroatypowe wynikają w dużej mierze z barier mentalnych społeczeństwa a nie z samej odmienności.

Neurotypowy – termin opisujący osoby, których neurologiczne funkcjonowanie mieści się w społecznie dominujących normach. Neuroatypowy – termin opisujący osoby neuroatypowe (autyzm, ADHD, zespół Tourette'a, dysleksja, dyskalkulia, dyspraksja, itd.), których sposób funkcjonowania odbiega od statystycznie typowych norm. Nie jest on diagnozą medyczną.
ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) – neurobiologiczna różnica wpływająca na regulację uwagi, impulsywność i poziom aktywności (kontrolą impulsów i/lub wzmożoną aktywnością ruchową).

Autyzm – indywidualna ścieżka neurorozwojowa, charakteryzująca się odmiennym przetwarzaniem informacji sensorycznych i społecznych, specyficznymi wzorcami komunikacji oraz intensywnymi zainteresowaniami i potrzebą przewidywalności.

AuDHD – termin określający współwystępowanie ADHD i autyzmu u jednej osoby, tworzące unikalny profil neurologiczny z charakterystykami obu stanów.

Osoba wspierająca - osoba (fizycznie lub wirtualnie) obecna i pomagająca w inicjowaniu i kontynuowaniu zadań, szczególnie pomocna dla osób z autyzmem i ADHD.

PTSD – zespół stresu pourazowego to zaburzenie psychiczne, które rozwija się w wyniku długotrwałej, powtarzającej się traumy, zwłaszcza w dzieciństwie. Osoby z PTSD mają trudności z regulacją emocji, negatywny obraz siebie i problemy w relacjach.

Dieta sensoryczna – doświadczenia sensoryczne dostosowane do indywidualnych potrzeb, pomagające utrzymać optymalny poziom regulacji układu nerwowego.

Funkcje wykonawcze – zestaw procesów poznawczych odpowiedzialnych za planowanie, inicjowanie działań, organizację, przełączanie uwagi, pamięć roboczą i kontrolę impulsów.

Hiperfokus – stan intensywnego skupienia i zaangażowania w zadanie lub aktywność, często z utratą poczucia czasu, charakterystyczny dla ADHD i autyzmu.

Maskowanie – proces świadomego lub nieświadomego ukrywania lub kompensowania naturalnych cech i zachowań, by „wpasować się" w neurotypowe oczekiwania.

Meltdown – intensywna reakcja na przeciążenie sensoryczne, manifestująca się eksplozją emocji i/lub zachowań (neurologiczna reakcjana zbyt wiele bodźców lub stres). Nie jest to napad złości ani celowe zachowanie, lecz utrata zdolności do samoregulacji. Dziecko (lub dorosła osoba w spektrum) nie kontroluje wtedy w pełni swojego zachowania, ponieważ jego system nerwowy znajduje się w stanie silnego przeciążenia.

Shutdown – reakcja na przeciążenie sensoryczne polegająca na wycofaniu/wyciszeniu emocji (charakteryzuje się trudnością lub niemożnością mówienia, poruszania się czy reagowania na otoczenie).

Osoba wspierająca - nie ma jednej uniwersalnej definicji, nie jest to zdefiniowane i nie wynika z aktu normatywnego. - Osoba wspierająca dla osoby neuroatypowej to ktoś, kto pomaga jej w codziennym funkcjonowaniu, komunikacji i rozwoju umiejętności społecznych. Może to być:

- Rodzic lub opiekun – zapewnia wsparcie emocjonalne i organizacyjne.
- Asystent osobisty – pomaga w czynnościach dnia codziennego, np. zakupy, dojazdy, organizacja czasu.
- Terapeuta (np. psycholog, pedagog, terapeuta zajęciowy) – wspiera rozwój kompetencji społecznych, komunikacyjnych i adaptacyjnych.

• Nauczyciel współorganizujący kształcenie – w placówkach edukacyjnych pomaga w nauce i integracji z grupą.
• Trener umiejętności społecznych – uczy strategii radzenia sobie w relacjach i sytuacjach społecznych.

Jej głównym celem jest ułatwienie samodzielności, redukcja stresu i wspieranie w osiąganiu celów życiowych, przy jednoczesnym poszanowaniu indywidualnych potrzeb osoby w spektrum.

Paraliż motywacyjny – stan, w którym mimo wewnętrznej chęci działania, występuje neurologiczna blokada inicjowania czynności, szczególnie powszechna przy ADHD, charakteryzuje się „utknięciem", niemożnością rozpoczęcia zadania, przeciążeniem poznawczym lub emocjonalnym oraz rozbieżnością między intencją a możliwością wykonania działania.

Przeciążenie sensoryczne – stan, w którym mózg i układ nerwowy są obciążone większą ilością bodźców, niż są w stanie efektywnie przetworzyć, prowadzący do dyskomfortu i dysregulacji i dezorganizacji procesów poznawczych, emocjonalnych oraz fizjologicznych. Zjawisko to często występuje w szczególności u osób rozwijających się w spektrum autyzmu i ADHD, u których mechanizmy filtrowania bodźców działają odmiennie.

Przetwarzanie sensoryczne – sposób, w jaki układ nerwowy odbiera, organizuje i interpretuje informacje zmysłowe z otoczenia i ciała w celu umożliwienia adekwatnych reakcji i efektywnego funkcjonowania.

Samorzecznictwo – działanie i proces polegający na wyrażaniu i reprezentowaniu własnych potrzeb, preferencji i interesów oraz praw przez osobę z mniejszościowej grupy społecznej narażonej na wykluczenie lub dyskryminację w celu uzyskania zrozumienia, akceptacji i odpowiedniego wsparcia.

Stimming (stymulacja) – powtarzalne ruchy, dźwięki lub działania, które pomagają osobom neuroatypowym w regulacji emocjonalnej, koncentracji lub przetwarzaniu bodźców.

Stimy – to powtarzanie ruchów lub dźwięków oraz manipulowanie obiektami w powtarzalny sposób, na przykład machanie rękoma, w chwili radości lub podekscytowania, kiwanie się w przód i w tył podczas odpowiadania na trudne pytanie lub stukanie o stół w stresującej sytuacji.

Zrozumieć – pomóc.

Neuroróżnorodność w czynnościach procesowych



Ministerstwo Sprawiedliwości