

FILIP NIERADKA*

KAMUFLAŻ U OSÓB Z ZABURZENIAMI ZE SPEKTRUM AUTYZMU. ANALIZA ZJAWISKA W ŚWIETLE DOTYCHCZASOWYCH BADAŃ

Wprowadzenie

Zaburzenia ze spektrum autyzmu (*Autism Spectrum Disorder* – ASD) to zaburzenia neurorozwojowe o wieloczynnikowej etiologii (Taylor i in., 2020). Zgodnie z obowiązującą klasyfikacją Amerykańskiego Towarzystwa Psychiatrycznego DSM-5 u osób z ASD występują nieprawidłowości w komunikacji społecznej oraz interakcjach z innymi osobami, objawiające się m.in. deficytami w werbalnej i niewerbalnej komunikacji wykorzystywanej w kontaktach społecznych, co wiąże się z trudnościami w rozwoju oraz utrzymywaniu relacji z innymi ludźmi na adekwatnym do wieku poziomie. Ponadto osoby z zaburzeniami ze spektrum autyzmu przejawiają ograniczone wzorce zachowań oraz zainteresowań, do których można zaliczyć m.in. stereotypowe zachowania ruchowe i werbalne, ekscentryczne preferencje sensoryczne oraz nadmierne przywiązanie do rutynowych zachowań (American Psychiatric Association, 2013). Zgodnie ze wspomnianą klasyfikacją zaburzenia ze spektrum autyzmu rozpoczynają się we wczesnym dzieciństwie, jednak ich objawy mogą być zauważone dopiero na dalszym etapie rozwoju, w kontekście nowych i bardziej złożonych wyzwań środowiska społecznego wobec jednostki. Powodem błędnej lub późnej diagnozy mogą być także wyuczone umiejętności adaptacyjne i/lub maskujące (Rynkiewicz, Łucka, 2018). Zaburzenia ze spektrum autyzmu można rozumieć jako jeden kraniec kontinuum cech występujących w populacji ogólnej (Robinson i in., 2016). Takie rozumienie omawianego zaburzenia skłania do analizy

* Filip Nieradka (<https://orcid.org/0000-0002-3964-1265>); Uniwersytet Pedagogiczny, ul. Ingardena 4, 30-060 Kraków; tel. +48 12 6626636; e-mail: filip.nieradka@student.up.krakow.pl

tego, czy kamuflaż jest związany z intensywnością wyrażanych cech autystycznych oraz diagnozą autyzmu (Hull i in., 2017).

Kamuflaż zgodnie z definicją *Słownika Języka Polskiego* (<https://sjp.pwn.pl/sjp/kamuflaz;2562689.html>, dostęp: 25.12.2021) to „zręczne ukrycie prawdziwego stanu rzeczy” bądź „zamaskowanie jakiegoś obiektu”. Na podstawie przytoczonej definicji można wnioskować, że kamuflaż jest zabiegiem mającym na celu ukrycie pewnego całokształtu lub jego fragmentu. Kamuflaż jest więc stosowany przez wielu ludzi z różnych przyczyn, jednak jego rezultatem powinno być dostarczenie jakiegoś profitu dla jednostki z niego korzystającej, gdyż w przeciwnym wypadku jego stosowanie byłoby bezcelowe. Kamuflaż, w odniesieniu do osób z ASD, rozumiany jest jako celowe powstrzymanie się od pewnych zachowań lub korzystanie z repertuaru wyuczonych sposobów aktywności, ażeby maskować oraz kompensować objawy zaburzeń. Działanie takie ma swoje źródło w chęci dostosowania się osoby z ASD do wymogów różnych grup społecznych, szczególnie tych, do której dana osoba pragnie zostać przyłączona (Lai i in., 2011; Hull i in., 2017). Do zachowań uznawanych za kamuflaż zalicza się m.in. naśladowanie przez osobę z ASD mimiki swojego rozmówcy. Warto zaznaczyć, że wspomniane działanie może być zarówno świadome, jak i nieświadome. Ponadto, osoba korzystająca z technik kamuflażu, może zmuszać się do nawiązywania kontaktu wzrokowego z rozmówcą, pomimo nieodczuwania takiej potrzeby. Zdarza się również, że osoba z ASD nie chce dzielić się swoimi zainteresowaniami z powodu obawy o reakcję innych na jej upodobania (Lai i in., 2011; Hull i in., 2017). Możliwe jest więc, że w konsekwencji stosowania kamuflażu, ludzie z zaburzeniami ze spektrum autyzmu będą postrzegani jako normatywnie funkcjonujący i niedoświadczający żadnych problemów również wtedy, gdy w rzeczywistości może towarzyszyć im wiele trudności (Tubío-Fungueiriño i in., 2021).

Prezentowany artykuł stanowi próbę opisanego zjawiska, jakim jest kamuflaż manifestowany przez osoby z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. Na podstawie doniesień badawczych z prac naukowców zajmujących się wspomnianym zagadnieniem, zostały przytoczone podstawowe informacje dotyczące kamuflażu, a także motywy prowadzące do jego stosowania przez osoby z ASD w społecznym funkcjonowaniu. Istotne wydaje się również zasygnalizowanie różnic wewnątrzgrupowych, spowodowanych takimi czynnikami, jak diagnoza, wiek czy płeć. Co więcej, warto zwrócić uwagę na skutki stosowania kamuflażu – zarówno korzystne, jak i niekorzystne, a wręcz szkodliwe.

Kamuflaż – funkcje i charakterystyka zachowania

Analizując zjawisko kamuflażu wykorzystywane przez osoby z zaburzeniami ze spektrum autyzmu, można zauważyć, że jest ono stosowane w różnym celu, a co za tym idzie, można zaobserwować występujące w jego ramach różnorodne zachowania.

Funkcja kompensacyjna

Jeśli chodzi o tę funkcję kamuflażu, można określić ją jako aktywne równoważenie trudności pojawiających się w sytuacjach społecznych. Przykładami zachowań z niej wynikających są: odtwarzanie gestów lub mimiki twarzy prezentowanych przez osobę, z którą jednostka z ASD uczestniczy w rozmowie (Hull i in., 2019), oraz nauka pewnych zachowań na podstawie filmów lub obserwacji sytuacji społecznej, w której osoba nie bierze aktywnego udziału. Na podstawie takich doświadczeń jednostka dokonuje indukcji, a następnie w podobnych sytuacjach posługuje się znanymi już wzorcami zachowania. Poza korzystaniem z wyuczonych sposobów zachowania, dana osoba skupia się także na tonie głosu innych, aby informacje przez nią przekazywane były adekwatne również pod względem prozodii mowy (Hull i in., 2019).

Funkcja maskowania

Kolejna funkcja kamuflażu służy ukrywaniu cech autystycznych oraz kreowaniu wizerunku osoby o normatywnym rozwoju. Do zachowań dla niej charakterystycznych można zaliczyć m.in. kontrolę wyrazu twarzy w celu ukazania pewności siebie, spokoju lub zadowolenia (Cage, Troxell-Whitman, 2019). Ponadto w jej ramach występuje przymusowe nawiązywanie kontaktu wzrokowego, stąd interlokutor może wnioskować, że osoba z ASD jest głęboko zainteresowana tematem rozmowy, nawet, gdy w rzeczywistości tak nie jest. Co więcej, osoby z zaburzeniami ze spektrum autyzmu, w celu maskowania posiadanych cech autystycznych, mogą kontrolować pozycję swojego ciała w sytuacjach ekspozycji społecznej, również w interakcji z pojedynczymi osobami. Jednostki z ASD mogą także nadmiernie analizować, jak są oceniane przez rozmówcę (Hull i in., 2017; Cage, Troxell-Whitman, 2019).

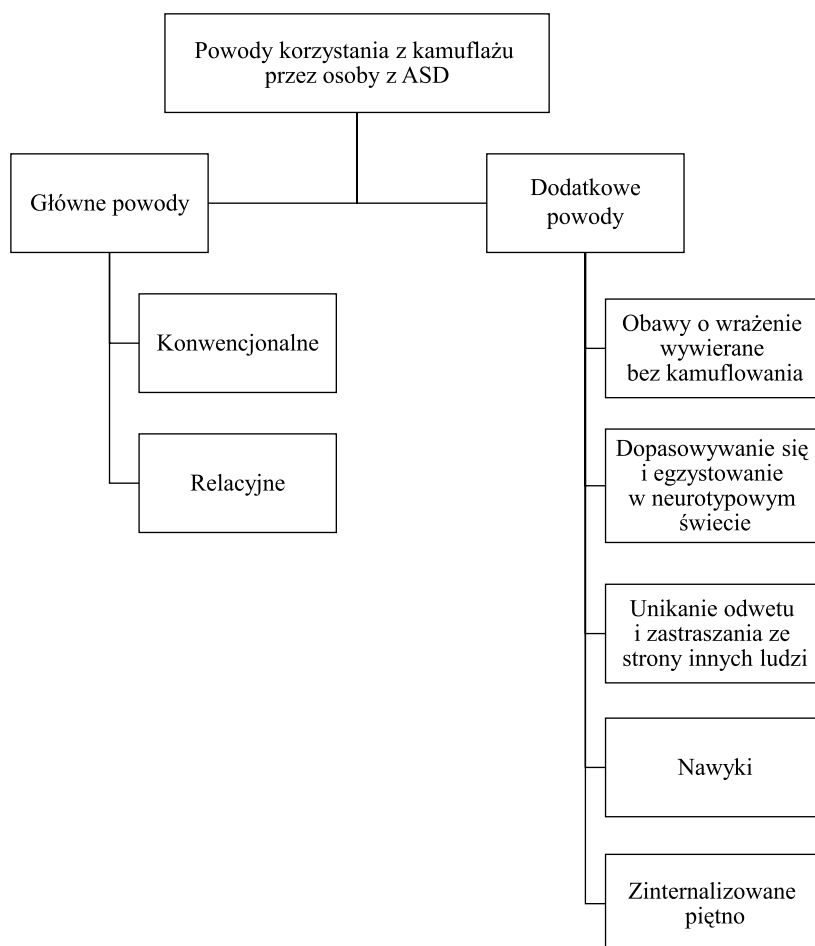
Funkcja asymilacji

Tę funkcję kamuflażu można określić jako działanie mające na celu dopasowanie się do innych w różnych sytuacjach społecznych. Jej przykładami są m.in. podejmowanie działań służących nawiązywaniu kontaktów z drugą osobą poprzez np. zmuszanie się do rozpoczęcia z nią rozmowy pomimo braku wewnętrznej potrzeby jej podejmowania lub też wycofanie się z kontaktu z innymi poprzez stwarzanie obrazu siebie jako np. osoby bardzo zapracowanej i niedostępnej. Ponadto omawiana funkcja przejawia się w schematycznym przebiegu rozmowy, której uczestnikiem jest osoba z ASD. Dialog staje się wówczas nienaturalny z powodu przedstawiania nierzeczywistego obrazu własnej osoby (Hull i in., 2019).

Kamuflaż – przyczyny stosowania przez osoby z ASD

Chcąc poznać powody, dla których osoby z zaburzeniami ze spektrum autyzmu korzystają z technik kamuflażu, warto odwołać się do doniesień Eilidh

Cage i Zoe Troxell-Whitman (2019). Autorki we wspomnianych badaniach przedstawiły zróżnicowane powody kamuflażu, próbując je uporządkować pod kątem istotności. Na tej podstawie podzielono powody kamuflażu na dwie grupy: konwencjonalne oraz relacyjne. Do pierwszej grupy zaliczono m.in.: chęć dzielenia się własnymi pomysłami, odpowiednie radzenie sobie z obowiązkami związanymi z pracą lub nauką na uczelni, dążenie do bycia poważnie traktowanym przez innych, podejmowanie prób minimalizowania niezręczności w kontaktach z innymi, ukazywanie obrazu własnej osoby jako odpowiedzialnej, a także działania zmierzające do otrzymania awansu. Do grupy drugiej zaliczono m.in.: wchodzenie w relacje przyjacielskie, pragnienie bycia atrakcyjnym dla potencjalnego partnera relacji romantycznej, chęć do



Rycina 1. Powody korzystania z kamuflażu przez osoby z ASD

Źródło: opracowanie własne na podst. Cage, Troxell-Whitman (2019).

wchodzenia w relacje z innymi osobami, dopasowywanie się do pozostałych, chęć do ukazywania własnych sukcesów, wiarygodności oraz inteligencji. Ponadto, na podstawie narracji badanych, dzięki zapytaniu ich o dodatkowe przyczyny stosowania kamuflażu, badaczki wskazały jeszcze pięć dodatkowych powodów korzystania z niego (rycina 1).

Analizując informacje zawarte na rycinie 1, pomijając wcześniej omówione główne powody, można zauważyć, że większość spośród wymienionych przyczyn korzystania z kamuflażu wiąże się z funkcjonowaniem społecznym osób z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. Wyrażają one obawę o to, jak będą postrzegane przez innych w sytuacji ujawnienia rzeczywistych cech własnej osoby. Ponadto ludzie z zaburzeniami ze spektrum autyzmu obawiają się, że w sytuacji ujawnienia się, mogą napotkać na różne represje ze strony reszty społeczeństwa. Zdarzały się również powody wskazujące na przyzwyczajenie do ukrywania części posiadanych cech. Co więcej, niektórzy twierdzili, że w sytuacji pozwolenia sobie na „bycie sobą”, mogą okazać się dla reszty społeczeństwa mało atrakcyjni.

Kamuflaż – zmienne pośredniczące

Natężenie cech autystycznych

Osoby z zaburzeniami ze spektrum autyzmu korzystają z kamuflażu, aby zdobyć wykształcenie oraz pracę, a także w celach wchodzenia w bliskie relacje z innymi, takie jak przyjaźń lub związki romantyczne. Ponadto korzystanie z technik kamuflażu wykorzystywane jest w celu unikania nieprzyjemnych konsekwencji w kontaktach międzyludzkich, w tym m.in. ostracyzmu i zastraszania (Hull i in., 2017; Cage, Troxell-Whitman, 2019). Osoby o normatywnym rozwoju również w pewnym stopniu korzystają z technik kamuflażu w sytuacjach społecznych w celu budowania pożądanego wizerunku własnej osoby w oczach innych. Działania takie mogą prowadzić do nawiązywania i podtrzymywania oczekiwanych interakcji (Goffman, 1959; Leary, 1995). Jednostki posiadające zaburzenia ze spektrum autyzmu częściej jednak niż osoby o normatywnym rozwoju posiadają potrzebę korzystania z kamuflażu, gdyż są one w większym stopniu narażone na stygmatyzację lub dyskryminację z powodu nie w pełni normatywnego rozwoju (Lai, Baron-Cohen, 2015; Mandy, 2019; Botha, Frost, 2020; Perry i in., 2021).

W najnowszym badaniu przeprowadzonym na grupie młodzieży (Jedrzejewska, Dewey, 2021) wykorzystano miary samoopisowe w celu porównania kamuflażu stosowanego przez nastolatków z ASD oraz ich rówieśników o normatywnym rozwoju. Camouflaging Autistic Traits Questionnaire (CAT-Q) to narzędzie, które składa się z 25 stwierdzeń, gdzie badani zaznaczają na 7-stopniowej skali, w jakim stopniu zgadzają się, bądź nie zgadzają z każdym z itemów. W interpretacji wyższy wynik oznacza, że badana osoba prezentuje większą skłonność do kamuflażu i odwrotnie. Na przykład średni wynik 100 lub więcej oznacza to, że

dana osoba maskuje cechy typowe dla autyzmu (Hull i in., 2019). Alicja Jedrzejewska i Jessica Dewey (2021) wskazują, że młodzież z zaburzeniami ze spektrum autyzmu wykazuje istotnie wyższe wyniki w kwestionariuszu CAT-Q, niż ich rówieśnicy nieposiadający tego zaburzenia, lecz wyłącznie w przypadku bezpośredniego kontaktu. Wspomniana prawidłowość nie została potwierdzona w warunkach *online*.

Badania przeprowadzone na licznej grupie dorosłych osób z zaburzeniami ze spektrum autyzmu wykazały, że jednostki posiadające formalną diagnozę ASD uzyskały wyższe wyniki w kwestionariuszu CAT-Q w porównaniu z osobami o normatywnym rozwoju zarówno, jeżeli chodzi o wynik ogólny, jak i wyniki poszczególnych podskal (Hull i in., 2019). Wyższe, ogólne wyniki w CAT-Q wiązały się z wysoko nasilonymi cechami autystycznymi nie tylko u osób formalnie zdiagnozowanych, lecz także u osób o normatywnym rozwoju. Osoby z ASD (z formalną diagnozą i autodiagnozą), jak również jednostki nieposiadające ASD podobnie opisały strategie głębokiej kompensacji, płytkiej kompensacji lub behawioralnego maskowania przynajmniej raz w odpowiedziach opisowych na pytania otwarte (Livingston i in., 2019). Jednakże formalnie zdiagnozowane osoby z ASD opisywały większą całkowitą liczbę strategii kompensacyjnych w porównaniu z osobami o normatywnym rozwoju (Livingston i in., 2020).

Rezultaty kolejnych badań sugerowały, że doświadczanie stygmatyzacji oraz braku poczucia akceptacji przez innych związane było ze zwiększonym kamuflażem (Cage, Di Monaco, Newell, 2018; Perry i in., 2021), podczas gdy nasilona skłonność do identyfikowania się jako osoba z zaburzeniami ze spektrum autyzmu i otwarte ujawnianie diagnozy mogą być związane ze zmniejszonym kamuflażem (Cage, Troxell-Whitman, 2020).

Badana dotycząca związku między natężeniem cech autystycznych a kamuflażem w grupie polskich dorosłych przeprowadziła Magdalena Milczarek (2021). Autorka uzyskała wyniki zbieżne z wcześniejszymi badaniami przeprowadzonymi poza Polską (Hull i in., 2017). Dokonując interpretacji stwierdzonych zależności, podkreśliła, że skłonność do kamuflowania cech autystycznych może być realizowana w celu dopasowania się do otoczenia w sytuacjach społecznych, ze względu na występującą motywację do zawierania więzi międzyludzkich, nawiązywania przyjaźni i relacji romantycznych. Realizacja potrzeby więzi jest natomiast istotnym czynnikiem chroniącym przed zaburzeniami psychicznymi (takimi jak depresja).

Reasumując, rezultaty badań prowadzonych na grupach dorosłych osób posiadających zaburzenia ze spektrum autyzmu wskazują, że wyższy poziom kamuflażu wiąże się z diagnozą ASD lub wykazywaniem przez jednostkę większego natężenia cech charakterystycznych dla zaburzeń ze spektrum autyzmu (Cook i in., 2021).

Wiek życia lub diagnozy

Dotychczasowe rezultaty badań jakościowych sugerują, że zarówno dzieci, młodzież, jak i osoby dorosłe korzystają z kamuflażu w różnym stopniu (Dean, Harwood, Kasari, 2017; Halsall, Clarke, Crane, 2021). Dysproporcje stosowania kamuflażu skorelowane z wiekiem mogą wiązać się z odmiennymi wymaganiami społecznymi, jakie stawia przed jednostką określony okres życia. Istotne znaczenie dla intensywności stosowania kamuflażu mogą mieć także faza rozwoju poznawczego oraz stan zdrowia psychicznego (Hull, Petrides, Mandy, 2021). Ponadto późniejszy wiek postawienia diagnozy może być związany z większą potrzebą adaptacji do wymagań społecznych oraz maskowania trudności pojawiających się w relacjach międzyludzkich (Lai, Baron-Cohen, 2015). Im wcześniej zostanie postawiona diagnoza zaburzeń ze spektrum autyzmu, tym dana osoba ma więcej czasu na ukształtowanie swojej tożsamości społecznej uwzględniającej posiadane cechy autystyczne, a tym samym może odczuwać mniejszą presję dostosowywania się do normatywnych standardów społecznych poprzez korzystanie z kamuflażu (Cage, Troxell-Whitman, 2020). Aby móc bardziej precyzyjnie zrozumieć zmiany w kamuflażu pojawiające się w ciągu życia, warto wziąć pod uwagę rolę wieku w momencie diagnozy (Cook i in., 2021).

W odniesieniu do populacji dzieci i młodzieży, przytoczone w prezentowanym artykule wyniki badań nie wykazały związków między kamuflażem a wiekiem jednostek z ASD (Livingston i in., 2019; Jorgenson i in., 2020). Dlatego niezbędne zdaje się dalsze eksplorowanie wspomnianego aspektu, aby potwierdzić dotychczasowe doniesienia badawcze lub wykazać odmienne rezultaty umożliwiające zwrócenie uwagi na niedostrzeżone dotychczas prawidłowości.

Większość badań przeprowadzonych na grupie dorosłych osób z zaburzeniami ze spektrum autyzmu, skupiających się na związku między kamuflażem a wiekiem jednostki lub wiekiem, w którym otrzymała ona diagnozę ASD, również nie wykazało korelacji na istotnym poziomie (Lai i in., 2017; Cassidy i in., 2018; Cage, Troxell-Whitman, 2019). Jednak w jednym z najnowszych badań dowiedziono, że zarówno wiek osoby, jak i wiek w momencie otrzymania diagnozy ASD mogą wykazywać związek z intensywnością kamuflażu. Wspomniany związek może przybierać następujący kierunek: im niższy wiek, tym niższe całkowite wyniki CAT-Q, podczas gdy im wyższy wiek w momencie zdiagnozowania ASD, tym wyższe całkowite wyniki CAT-Q (Perry i in., 2021).

Płeć i tożsamość płciowa

W literaturze dotyczącej kamuflażu często zwraca się uwagę na jego związek z płcią oraz tożsamością płciową (Fombonne, 2020; Lai i in., 2020; Pearson, Rose, 2021). W odniesieniu do płci lub tożsamości żeńskiej kamuflaż przedstawiany jest jako częściowe wyjaśnienie zwiększonej liczby błędnych lub opóźnionych diagnoz w tej grupie (Kirkovski, Enticott, Fitzgerald, 2013; Lehnhardt

i in., 2016; Duvekot i in., 2017; Whitlock i in., 2020). Początkowo w badaniach nad różnicami płciowymi poszukiwano ich jedynie między kobietami a mężczyznami bez uwzględniania płci niebinarnych. Z biegiem czasu zaczęto uwzględniać również osoby niebinarne. Ze względu na różnice międzypłciowe profiliów poznawczych, kobiety z ASD w porównaniu do mężczyzn z ASD mogą posiadać większą zdolność do kamuflażu (Lehnhardt i in., 2016). Ponadto kobiety w porównaniu do mężczyzn mogą odczuwać większą presję ze strony otoczenia w kontekście dopasowania się poprzez kamuflaż do pewnych konwencjonalnych form zachowania, ze względu na oczekiwania społeczne wynikające z doświadczeń socjalizacyjnych (Kreiser, White, 2014; Pearson, Rose, 2021). Możliwe jest także, że osoby z zaburzeniami ze spektrum autyzmu, niezależnie od płci, mogą korzystać z kamuflażu w podobnym stopniu z powodu doświadczania pewnej odmienności w stosunku do innych członków społeczeństwa oraz ze względu na obawy przed stygmatyzacją oraz dyskryminacją (Cook i in., 2021).

Większość badań dotyczących kamuflażu w odniesieniu do różnic płciowych przeprowadzonych wśród dzieci i młodzieży z zaburzeniami ze spektrum autyzmu dostarczyło zbliżonych rezultatów. Na ich podstawie można stwierdzić, że w okresie dzieciństwa i adolescencji osoby deklarujące płęć żeńską częściej korzystają z kamuflażu niż osoby płci męskiej lub identyfikujące się jako chłopcy (Ratto i in., 2018; Wood-Downie i in., 2020; Corbett i in., 2021). Podobne wyniki, lecz w zakresie funkcjonowania w rzeczywistości wirtualnej, prezentują najnowsze badania. Nastolatki płci żeńskiej zarówno z zaburzeniami ze spektrum autyzmu, jak i o normatywnym rozwoju częściej korzystają z kamuflażu w sieci w porównaniu do grupy płci męskiej (Jedrzejewska, Dewey, 2021). W przeciwieństwie do wspomnianych wyników, Lucy Anne Livingston i współpracownicy (2019) nie stwierdzili różnic w zakresie kamuflażu ze względu na płęć, jednak grupa dziewcząt w stosunku do chłopców była znacząco mniejsza.

Badania dotyczące różnic płciowych (w tym tożsamości płciowej) oraz korzystania z kamuflażu, przeprowadzone w grupie dorosłych osób z ASD, dostarczyły zróżnicowanych rezultatów (Cook i in., 2021). Badając różnice między płciami pod względem częstotliwości kamuflażu, w porównaniu z mężczyznami z ASD, kobiety z tym zaburzeniem zgłaszały kamuflaż częściej i przez dłuższy czas (Cassidy i in., 2018). Z kolei Laura Hull wraz ze współpracownikami (2020) stwierdzili, że kobiety z ASD wykazywały wyższe ogólne wyniki w kwestionariuszu CAT-Q niż mężczyźni z tym zaburzeniem, biorąc pod uwagę wiek i cechy typowe dla zaburzeń ze spektrum autyzmu. Nie wykazano różnic płci w deklarowanym kamuflażu między mężczyznami, kobietami i osobami niebinarnymi. Co więcej, wyniki jednego badania sugerowały, że osoby zgłaszające płęć niebinarną kamuflowały się bardziej niż osoby identyfikujące się jako mężczyźni (Perry i in., 2021). Natomiast rezultaty trzech badań nie sugerowały istotnych różnic między płciami w kamuflażu (Hull i in., 2017; Cage, Di Monaco, Newell, 2018; Livingston i in., 2020).

Dwa kolejne badania dotyczące różnic międzypłciowych wykazały, że kobiety z ASD osiągały wyższe wyniki w zakresie kamuflażu niż mężczyźni z zaburzeniami ze spektrum autyzmu (Lai i in., 2017; Schuck, Flores, Fung, 2019). Natomiast w innym badaniu, w którym osobami badanymi były cisplciowe i transplciowe kobiety, uzyskano wyniki świadczące o wyższym poziomie kamuflażu u kobiet formalnie zdiagnozowanych pod kątem ASD w porównaniu do nieposiadających tego zaburzenia (Brown i in., 2020).

Kamuflaż – konsekwencje stosowania

Osoby z ASD korzystają z kamuflażu w celu dostosowania się do wymagań społecznych stawianych przez inne osoby oraz nawiązywania i podtrzymywania relacji interpersonalnych. W publikacjach badaczy zajmujących się zjawiskiem kamuflażu wśród osób z ASD ukazywane są konsekwencje, jakie niesie za sobą długotrwałe korzystanie z technik kamuflażu. Do pozytywnych skutków dla jednostek z zaburzeniami ze spektrum autyzmu należeć może m.in. niwelowanie stereotypów dotyczących społeczności z ASD, do negatywnych natomiast – zmęczenie psychiczne oraz niekorzystny wpływ kamuflażu na ich samoocenę (Hull i in., 2017).

Badania wstępne przeprowadzone na grupie dzieci i młodzieży z zaburzeniami ze spektrum autyzmu ujawniły istnienie związku między poziomem kamuflażu a zdrowiem psychicznym (Simonoff i in., 2008). Dwa kolejne badania dostarczyły sprzecznych wyników. W jednym z nich stwierdzono, że wysoki poziom kamuflażu wiązał się z wysokim poziomem lęku (Livingston i in., 2019). W innym badaniu nie stwierdzono natomiast związku między wysokim poziomem kamuflażu a lękiem. Zauważono jednak, że niski poziom kompensacji, w porównaniu do wysokiego, wiązał się z wyższym poziomem lęku (Corbett i in., 2021). Kolejne badanie wykazało, że wyższy poziom kamuflażu wiązał się z większym lękiem i depresją zarówno u osób z zaburzeniami ze spektrum autyzmu, jak i u nastolatków o normatywnym rozwoju (Bernardin i in., 2021).

Badania przeprowadzone na grupie dorosłych osób z zaburzeniami ze spektrum autyzmu, weryfikujące istnienie związku kamuflażu z samopoczuciem i/lub zdrowiem psychicznym, potwierdziły, że intensywne korzystanie z technik kamuflażu skutkuje gorszym stanem zdrowia psychicznego lub obniżonym samopoczuciem. Badania wstępne dostarczyły jednak niejednoznacznych informacji dotyczących wspomnianej kwestii. Spontaniczne ujawnianie stosowania kamuflażu w odpowiedziach tekstowych, na pytania dotyczące akceptacji zaburzeń ze spektrum autyzmu oraz zdrowia psychicznego, związane było z wyższym poziomem depresji, lecz nie wykryto związku z lękiem lub stresem (Cage, Di Monaco, Newell, 2018). W badaniach przeprowadzonych w 2019 r. dowiedziono, że kamuflaż w większej liczbie środowisk lub kontekstów wiązał się również ze zwiększonym lękiem i stresem, nie wykazano natomiast związku

z objawami depresji (Cage, Troxell-Whitman, 2019). Badania prowadzone w kolejnych latach dostarczyły bardziej spójnych rezultatów sugerujących, że wyższy wynik kamuflażu w pełnym kwestionariuszu CAT-Q deklarowany przez badanych wiąże się ze zwiększonym poziomem neurotyzmu (Robinson, Hull, Petrides, 2020). Ponadto wykazano związek między wysokimi wynikami kamuflażu a zwiększonym niepokojem społecznym, objawami depresyjnymi oraz lękiem (Hull i in., 2019), a także gorszym samopoczuciem jednostki (Hull i in., 2019; Perry i in., 2021). Nie wykazano jednak, że związek między poziomem kamuflażu a zdrowiem psychicznym był moderowany przez płeć (Hull i in., 2021). W kolejnych badaniach dotyczących związku między kamuflażem a zdrowiem psychicznym wykazano, że wyższe wyniki kamuflażu wiązały się z większymi objawami depresji u mężczyzn, ale nie u kobiet (Lai i in., 2017).

U osób z zaburzeniami ze spektrum autyzmu zjawisko kamuflażu jest popularnym sposobem na radzenie sobie w sytuacjach społecznych. Większość skutków kamuflażu przynosi negatywne rezultaty dla zdrowia psychicznego oraz samopoczucia jednostek z ASD. Ponadto kamuflaż prowadzi do braku poczucia autentyczności własnej osoby, na co wpływ może mieć ciągle maskowanie, kompensowanie, jak również asymilowanie. Niewątpliwie pozytywnym skutkiem kamuflażu dla osób z ASD jest wyższy poziom funkcjonowania w społeczeństwie. Poprzez korzystanie z technik kamuflażu, dzięki korzystaniu z wyuczonego repertuaru zachowań adekwatnych do sytuacji, jednostka ma szansę na nawiązywanie kontaktu z innymi oraz wchodzenia w bliższe relacje zarówno koleżeńskie, przyjacielskie, jak i romantyczne (Milczarek, 2021).

Podsumowanie

Zjawisko kamuflażu jest niezwykle złożonym fenomenem, którego zadaniem jest maskowanie posiadanych cech w różnych celach. Jest on bardzo często wykorzystywany przez osoby z zaburzeniami ze spektrum autyzmu w celu unikania nieprzyjemnych doświadczeń w kontaktach społecznych (Cage, Troxell-Whitman, 2019). Osoby o normatywnym rozwoju również korzystają z kamuflażu, w celu budowania swego wizerunku w pożądanym sposób i/lub budowania relacji z innymi osobami (Leary, 1995), jednak rzadziej aniżeli osoby z ASD stosują tę strategię. Na podstawie dotychczasowych rezultatów badawczych można zauważyć, że osoby z zaburzeniami ze spektrum autyzmu wykorzystują techniki kamuflażu w każdym wieku, jednak poziom kamuflażu nieco różni się w zależności od okresu życia, co może być związane z różnymi wymaganiami społecznymi oraz zadaniami i rolami, jakie przychodzi odgrywać jednostce w zależności od wieku (Hull, Petrides, Mandy, 2021). Ponadto stopień wykorzystywania kamuflażu może być także zróżnicowany ze względu na płeć. Przyczyną wspomnianego stanu rzeczy mogą być różnice w profilach poznawczych, gdyż kobiety z zaburzeniami ze spektrum autyzmu posiadają większą zdolność do kamuflażu w porównaniu do mężczyzn

(Lehnhardt i in., 2016). Możliwe jest również, że osoby z ASD wszystkich płci (z uwzględnieniem niebinarnego podziału płci), mogą wykorzystywać kamuflaż w podobnym stopniu z powodu posiadania odmiennych od reszty społeczeństwa cech (Cook i in., 2021). W odniesieniu do skutków korzystania z kamuflażu przez osoby z ASD, można zauważyć, że większość z nich jest negatywna. Ciągłe ukrywanie obrazu własnej osoby bądź nieukazywanie siebie w sposób autentyczny ma wpływ na stan zdrowia psychicznego oraz samopoczucie jednostki, a w konsekwencji wpływa na jakość jej życia (Hull i in., 2021; Perry i in., 2021). Warto podkreślić, że w kontekście społecznego funkcjonowania osób z ASD, kamuflaż ma również pozytywne skutki. Dzięki korzystaniu z niego mają one szansę na nawiązywanie relacji interpersonalnych oraz minimalizowanie ryzyka stygmatyzacji. Reasumując, niezwykle istotne jest kontynuowanie badań w celu dalszej eksploracji zjawiska kamuflażu wykorzystywanego przez osoby z zaburzeniami ze spektrum autyzmu, szczególnie w odniesieniu do wieku i płci oraz tożsamości płciowej, w celu zdobycia jak najbardziej wszechstronnej i rzetelnej wiedzy dotyczącej wspomnianych aspektów. Poprzez takie działania może pojawić się sposobność tworzenia adekwatnego wsparcia (Milczarek, 2021), szczególnie w aspekcie społecznego funkcjonowania osób z ASD, co umożliwi poprawę jakości ich życia.

Bibliografia

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.). Washington, DC.
- Bernardin, C.J., Lewis, T., Bell, D., Kanne, S. (2021). Associations between social camouflaging and internalizing symptoms in autistic and non-autistic adolescents. *Autism*, 25(6), 1580–1591. <https://doi.org/10.1177/1362361321997284>
- Botha, M., Frost, D.M. (2020). Extending the minority stress model to understand mental health problems experienced by the autistic population. *Society and Mental Health*, 10(1), 20–34. <https://doi.org/10.1177/2156869318804297>
- Brown, C., Attwood, T., Garnett, M., Stokes, M. (2020). Am I autistic? Utility of the girlsquestionnaire for autism spectrum condition as an autism assessment in adult women. *Autism in Adulthood*, 2(3), 216–226. <https://doi.org/10.1089/aut.2019.0054>
- Cage, E., Di Monaco, J., Newell, V. (2018). Experiences of autism acceptance and mental health in autistic adults. *Journal of Autism & Developmental Disorders*, 48(2), 473–484. <https://doi.org/10.1007/s10803-017-3342-7>
- Cage, E., Troxell-Whitman, Z. (2019). Understanding the reasons, contexts and costs of camouflaging for autistic adults. *Journal of Autism & Developmental Disorders*, 49(5), 1899–1911. <https://doi.org/10.1007/s10803-018-03878-x>
- Cage, E., Troxell-Whitman, Z. (2020). Understanding the relationships between autistic identity, disclosure, and camouflaging. *Autism in Adulthood*, 2(4), 334–338. <https://doi.org/10.1089/aut.2020.0016>
- Cassidy, S., Bradley, L., Shaw, R., Baron-Cohen, S. (2018). Risk markers for suicidality in autistic adults. *Molecular Autism*, 9(42), 1–14. <https://doi.org/10.1186/s13229-018-0226-4>
- Cook, J., Hull, L., Crane, L., Mandy, W. (2021). Camouflaging in autism: A systematic review. *Clinical Psychology Review*, 89(2021), 1–16. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2021.102080>
- Corbett, B.A., Schwartzman, J.M., Libsack, E.J., Muscatello, R.A., Lerner, M.D., Simmons, G.L., White, S.W. (2021). Camouflaging in autism: Examining sex-based and compensatory models

- in social cognition and communication. *Autism Research*, 14, 127–142. <https://doi.org/10.1002/aur.2440>
- Dean, M., Harwood, R., Kasari, C. (2017). The art of camouflage: Gender differences in the social behaviors of girls and boys with autism spectrum disorder. *Autism*, 21(6), 678–689. <https://doi.org/10.1177/1362361316671845>
- Duvekot, J., van der Ende, J., Verhulst, F.C., Slappendel, G., van Daalen, E., Maras, A., Greaves-Lord, K. (2017). Factors influencing the probability of a diagnosis of autism spectrum disorder in girls versus boys. *Autism*, 21(6), 646–658. <https://doi.org/10.1177/1362361316672178>
- Fombonne, E. (2020). Camouflage and autism. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 61(7), 735–738. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13296>
- Goffman, E. (1959). *The presentation of self in everyday life*. New York: Anchor Books.
- Halsall, J., Clarke, C., Crane, L. (2021). “Camouflaging” by adolescent autistic girls who attend both mainstream and specialist resource classes: Perspectives of girls, their mothers and their educators. *Autism*, 25(7), 2074–2086. <https://doi.org/10.1177/13623613211012819>
- Hull, L., Lai, M.-Ch., Baron-Cohen, S., Allison, C., Smith, P., Petrides, K.V., Mandy, W. (2020). Gender differences in self-reported camouflaging in autistic and non-autistic adults. *Autism*, 24(2), 352–363. <https://doi.org/10.1177/1362361319864804>
- Hull, L., Levy, L., Lai, M.-Ch., Petrides, K.V., Baron-Cohen, S., Allison, C., Smith, P., Mandy, W. (2021). Is social camouflaging associated with anxiety and depression in autistic adults?. *Molecular Autism*, 12(1), 1–13. <https://doi.org/10.1186/s13229-021-00421-1>
- Hull, L., Mandy, W., Lai, M.-Ch., Baron-Cohen, S., Allison, C., Smith, P., Petrides, K.V. (2019). Development and validation of the camouflaging autistic traits questionnaire (CAT-Q). *Journal of Autism & Developmental Disorders*, 49(3), 819–833. <https://doi.org/10.1007/s10803-018-3792-6>
- Hull, L., Petrides, K.V., Allison, C., Smith, P., Baron-Cohen, S., Lai, M.-Ch., Mandy, W. (2017). “Putting on my best normal”: Social camouflaging in adults with autism spectrum conditions. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 47(8), 2519–2534. <https://doi.org/10.1007/s10803-017-3166-5>
- Hull, L., Petrides, K.V., Mandy, W. (2021). Cognitive predictors of self-reported camouflaging in autistic adolescents. *Autism Research*, 14(3), 523–532. <https://doi.org/10.1002/aur.2407>
- Jedrzejewska, A., Dewey, J. (2021). Camouflaging in autistic and non-autistic adolescents in the modern context of social media. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 52(2), 630–646. <https://doi.org/10.1007/s10803-021-04953-6>
- Jorgenson, C., Lewis, T., Rose, C., Kanne, S. (2020). Social camouflaging in autistic and neurotypical adolescents: A pilot study of differences by sex and diagnosis. *Journal of Autism & Developmental Disorders*, 50(12), 4344–4355. <https://doi.org/10.1007/s10803-020-04491-7>
- Kirkovski, M., Enticott, P.G., Fitzgerald, P.B. (2013). A review of the role of female gender in autism spectrum disorders. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 43(11), 2584–2603. <https://doi.org/10.1007/s10803-013-1811-1>
- Kreiser, N.L., White, S.W. (2014). ASD in females: Are we overstating the gender difference in diagnosis?. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 17(1), 67–84. <https://doi.org/10.1007/s10567-013-0148-9>
- Lai, M.-Ch., Hull, L., Mandy, W., Chakrabarti, B., Nordahl, C.W., Lombardo, M.V., Ameid, S.H., Szatmari, P., Baron-Cohen, S., Happé, F., Livingston, L.A. (2020). Commentary: “Camouflaging” in autistic people – reflection on Fombonne (2020). *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 62(8), 1037–1041. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13344>
- Lai, M.-Ch., Lombardo, M.V., Pasco, G., Ruigrok, A.N., Wheelwright, S.J., Sadek, S.A., Chakrabarti, B., Baron-Cohen, S. (2011). A behavioral comparison of male and female adults with high functioning autism spectrum conditions. *PLOS ONE*, 6(6), e20835. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0020835>
- Lai, M.-Ch., Lombardo, M.V., Ruigrok, A.N., Chakrabarti, B., Auyeung, B., Szatmari, P., Happé, F., Baron-Cohen, S., Consortium, M.A. (2017). Quantifying and exploring camouflaging in men and women with autism. *Autism*, 21(6), 690–702. <https://doi.org/10.1177/1362361316671012>

- Lai, M.-Ch., Baron-Cohen, S. (2015). Identifying the lost generation of adults with autism spectrum conditions. *The Lancet. Psychiatry*, 2(11), 1013–1027. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(15\)00277-1](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(15)00277-1)
- Leary, M.R. (1995). *Self-presentation: Impression management and interpersonal behavior*. Madison: Brown & Benchmark Publishers.
- Lehnhardt, F.G., Falter, C.M., Gawronski, A., Pfeiffer, K., Tepest, R., Franklin, J., Vogeley, K. (2016). Sex-related cognitive profile in autism spectrum disorders diagnosed late in life: Implications for the female autistic phenotype. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 46(1), 139–154. <https://doi.org/10.1007/s10803-015-2558-7>
- Livingston, L.A., Colvert, E., the Social Relationships Study Team, T., Bolton, P., Happé, F. (2019). Good social skills despite poor theory of mind: Exploring compensation in autism spectrum disorder. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 60(1), 102–110. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12886>
- Livingston, L.A., Shah, P., Milner, V., Happe, F. (2020). Quantifying compensatory strategies in adults with and without diagnosed autism. *Molecular Autism*, 11, 15. <https://doi.org/10.1186/s13229-019-0308-y>
- Mandy, W. (2019). Social camouflaging in autism: Is it time to lose the mask?. *Autism*, 23(8), 1879–1881. <https://doi.org/10.1177/1362361319878559>
- Milczarek, M. (2021). *Natężenie cech autystycznych a samoocena i kamuflaż cech autystycznych u osób z zaburzeniami ze spektrum autyzmu*. Niepublikowana praca magisterska. Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN, Wydział Pedagogiki i Psychologii, Kraków.
- Pearson, A., Rose, K. (2021). A conceptual analysis of autistic masking: Understanding the narrative of stigma and the illusion of choice. *Autism in Adulthood*, 3(1), 52–60. <https://doi.org/10.1089/aut.2020.0043>
- Perry, E., Mandy, W., Hull, L., Cage, E. (2021). Understanding camouflaging as a response to autism-related stigma: A social identity theory approach. *Journal of Autism and Developmental Disorders*. <https://doi.org/10.1007/s10803-021-04987-w>
- Ratto, A.B., Kenworthy, L., Yerys, B.E., Bascom, J., Wieckowski, A.T., White, S.W., Wallace, G.L., Pugliese, C., Schultz, R.T., Ollendick, T.H., Scarpa, A., Seese, S., Register-Brown, K., Martin, A., Anthony, L.G. (2018). What about the girls? Sex-based differences in autistic traits and adaptive skills. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 48(5), 1698–1711. <https://doi.org/10.1007/s10803-017-3413-9>
- Robinson, E., Hull, L., Petrides, K.V. (2020). Big five model and trait emotional intelligence in camouflaging behaviours in autism. *Personality and Individual Differences*, 152, 109565. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109565>
- Robinson, E.B., St Pourcain, B., Anttila, V., Kosmicki, J.A., Bulik-Sullivan, B., Grove, J., Maller, J., Samocha, K.E., Sanders, S.J., Ripke, S., Martin, J., Hollegaard, M.V., Werge, T., Hougaard, D.M., Neale, B.M., Evans, D.M., Skuse, D., Mortensen, P.B., Børglum, A.D., Ronald, A., Smith, G.D., Daly, M.J. (2016). Genetic risk for autism spectrum disorders and neuropsychiatric variation in the general population. *Nature Genetics*, 48(5), 552–555. <https://doi.org/10.1038/ng.3529>
- Rynkiewicz, A., Łucka, I. (2018). Autism spectrum disorder (ASD) in girls. Co-occurring psychopathology. Sex differences in clinical manifestation. *Psychiatria Polska*, 52(4), 629–639. <https://doi.org/10.12740/PP/OnlineFirst/58837>
- Schuck, R.K., Flores, R.E., Fung, L.K. (2019). Brief report: Sex/gender differences in symptomology and camouflaging in adults with autism spectrum disorder. *Journal of Autism & Developmental Disorders*, 49(6), 2597–2604. <https://doi.org/10.1007/s10803-019-03998-y>
- Simonoff, E., Pickles, A., Charman, T., Chandler, S., Loucas, T., Baird, G. (2008). Psychiatric disorders in children with autism spectrum disorders: Prevalence, comorbidity, and associated factors in a population-derived sample. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 47(8), 921–9. <https://doi.org/10.1097/CHI.0b013e318179964f>
- Słownik Języka Polskiego. <https://sjp.pwn.pl/sjp/kamuflaz;2562689.html>, dostęp: 25.12.2021.

- Taylor, M.J., Rosenqvist, M.A., Larsson, H., Gillberg, Ch., D'Onofrio, B.M., Lichtenstein, P., Lundström, S. (2020). Etiology of autism spectrum disorders and autistic traits over time. *JAMA Psychiatry*, 77(9), 936–943. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2020.0680>
- Tubio-Fungueiriño, M., Cruz, S., Sampaio, A., Carracedo, A., Fernández-Prieto, M. (2021). Social camouflaging in females with autism spectrum disorder: A systematic review. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 51(7), 2190–2199. <https://doi.org/10.1007/s10803-020-04695-x>
- Whitlock, A., Fulton, K., Lai, M.-Ch., Pellicano, E., Mandy, W. (2020). Recognition of girls on the autism spectrum by primary school educators: An experimental study. *Autism Research*, 13(8), 1358–1372. <https://doi.org/10.1002/aur.2316>
- Wood-Downie, H., Wong, B., Kovshoff, H., Mandy, W., Hull, L., Hadwin, J.A. (2020). Sex/gender differences in camouflaging in children and adolescents with autism. *Journal of Autism & Developmental Disorders*, 51(4), 1353–1364. <https://doi.org/10.1007/s10803-020-04615-z>

KAMUFLAŻ U OSÓB Z ZABURZENIAMI ZE SPEKTRUM AUTYZMU. ANALIZA ZJAWISKA W ŚWIETLE DOTYCHCZASOWYCH BADAŃ

Abstrakt

Zaburzenia ze spektrum autyzmu (ASD) to zaburzenia neurorozwojowe. U osób z ASD występują trudności w społecznym funkcjonowaniu oraz werbalnej i niewerbalnej komunikacji. Ponadto osoby z ASD często posiadają wąskie i specyficzne zainteresowania oraz realizują dość ograniczony repertuar zachowań. Kamuflaż jest strategią, która służy osobom z ASD do maskowania lub kompensowania charakterystycznych cech zaburzeń, a także do asymilacji pożądanego społecznie zachowań poprzez naukę określonych schematów, a następnie adekwatnie wykorzystywane ich w konkretnej sytuacji społecznej. Prezentowany artykuł stanowi próbę opisu zjawiska kamuflażu na podstawie współczesnych doniesień naukowych. Wychodząc od definicji słownikowej, opisano funkcje oraz powody wykorzystywania kamuflażu przez osoby z ASD, a także omówiono wybrane czynniki różnicujące stosowanie strategii kamuflażu, takie jak diagnoza i/lub poziom prezentowanych cech charakterystycznych dla tych zaburzeń, płeć, tożsamość płciowa oraz wiek. Ponadto zwrócono uwagę na skutki, jakie osobom z ASD przynosi korzystanie z technik kamuflażu. W podsumowaniu ukazane zostały główne kierunki dalszych badań, na podstawie których możliwe będzie uzyskanie pełniejszej wiedzy dotyczącej przybliżonego w artykule zjawiska, dzięki czemu pojawi się szansa na wypracowanie bardziej trafnych działań pomocowych ukierunkowanych na osoby szczególnie ich potrzebujące.

Słowa kluczowe: kamuflaż, zaburzenia ze spektrum autyzmu, ASD, funkcjonowanie osób z ASD

CAMOUFLAGE IN PEOPLE WITH AUTISM SPECTRUM DISORDERS. ANALYSIS OF THE PHENOMENON IN THE LIGHT OF CURRENT RESEARCH

Abstract

Autism Spectrum Disorder (ASD) is a neurodevelopmental disorder. People with ASD have difficulties in social functioning as well as verbal and non-verbal communication. Moreover, they often have narrow and specific interests and implement rather limited range of behaviours. Camouflage is a strategy used by people with ASD to mask or compensate for the characteristic features of disorders, as well as to assimilate socially desirable behaviours by learning specific patterns and then adequately using them in a specific social situation. The presented article is an attempt to describe the phenomenon of camouflage based on contemporary scientific reports. Starting from

the dictionary definition, the functions and reasons for the use of camouflage by people with ASD are described, as well as selected factors differentiating the use of the camouflage strategy, such as diagnosis and/or the level of presented characteristics of these disorders, sex, gender identity and age. In addition, attention was paid to the effects of the use of camouflage techniques for people with ASD. The summary shows the main directions of further research based on which it will be possible to gain more knowledge on the phenomenon described in the article, thanks to which there will be a chance to develop more accurate assistance activities targeted at people who especially need them.

Keywords: camouflage, autism spectrum disorder, ASD, functioning of people with ASD