

# Autizmus – belépés a felnőttkorba Protokoll az átmenet támogatásához

Módszertani segédlet az átmenet támogatásához

## **MONTÁZS** projekt

A fogyatékos személyek számára nyújtott szakmai és közszolgáltatások hozzáférhetőségének kialakítása, fejlesztése - EFOP 1.9.2. – VEKOP-16-2016-00001

## **Nemzeti Fogatékosságügyi- és Szociálpolitikai Központ Közhasznú Nonprofit Kft.**

székhely: 1138 Budapest, Váci út 191.  
telefon (+36 1) 450 3230; fax: (+36 1) 450 3235  
e-mail: [titkarsag@nfszk.hu](mailto:titkarsag@nfszk.hu); <http://www.nfszk.hu>  
Nyilvántartásba vételi szám: E-000892/2014

**SZÉCHENYI** 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

**Európai Unió**  
Európai Szociális  
Alap



**BEFÉKTETÉS A JÖVŐBE**

**EFOP 1.9.2. – VEKOP-16-2016-00001 MONTÁZS projekt – A fogyatékos személyek számára  
nyújtott szakmai és közszolgáltatások hozzáférhetőségének kialakítása, fejlesztése**

Szerkesztő  
Falvai Rita

Szerzők  
Őszi Tamásné  
Dr. Simó Judit  
Vígh Katalin

Kiadja a Nemzeti Fogycatékosságuigi és Szociálpolitikai Központ Közhasznú Nonprofit Kft.

Felelős kiadó: Dr. Tóth Tibor ügyvezető

Székhely: 1138 Budapest, Váci út 191.

Telefon: (+36-1) 450-3230

Email: [titkarsag@fszk.hu](mailto:titkarsag@fszk.hu)

Honlap: [www.nfszk.hu](http://www.nfszk.hu)

© NFSZK Nonprofit Kft.

Minden jog fenntartva.

A kiadvány ingyenes, kizárólag a Kiadó által biztosított példányok használhatók.  
Kereskedelmi forgalomba nem hozható.

2020

## Tartalomjegyzék

Bevezető.....	4
I. Mi a módszertani segédlet célja és kiknek szól? .....	5
II. Az autizmusról .....	6
III. Az átmenet tervezésének módszertani szempontjai .....	12
IV. A felnőttkori átmenet lehetséges szinterei, élethelyzetek, megoldások.....	31
Az átmenet lehetséges szinterei .....	31
Otthon.....	31
Nappali ellátást nyújtó intézmény.....	36
Bentlakásos intézmény.....	40
Támogatott lakhatás .....	44
Felsőfokú oktatás.....	48
Munkavállalás .....	52
V. Mellékletek.....	58

## Bevezető

Életünk rövid és hosszú távon is az átmenetek és a változások sorozata. Mindennapjaink természetes része a tevékenységek, helyszínek és a körülöttünk lévő emberek változása. Az ezekhez való alkalmazkodás a legtöbb ember számára magától értetődő, különösebb erőfeszítés nélküli feladat. Életünk jelentősebb, hosszabb távra szóló változásai már nagyobb kihívás elé állítanak bennünket, viszont fejlődésünk elengedhetetlen szakaszai. A közösségbe kerülés, az iskola megkezdése, az iskolaváltás minden gyermek számára megterhelő lehet: egyéni adottságotól függően, de nagyobb mértékben igényli az új helyzethez való alkalmazkodást támogató készségek és erőforrások mobilizálását. Az életútban bekövetkező természetes változások között a gyermek- és serdülőkorból való kilépés és a felnőttkorba való átmenet jelenti az egyik legnagyobb kihívást. A felnőtté válás hosszú folyamat – ideje, módja, eszközei történelmi kortól, társadalmi berendezkedéstől, családi és társadalmi kultúrától, valamint számos más egyéb tényezőtől függően változik. A legtöbb ember számára a leválás és az önállóság a kreativitás, új feladatok, új felelősség és új kapcsolatok vonzó kihívásait is magában rejtő, ugyanakkor sokszor ijesztő élményét jelenti. Boldogulásunkat ebben az időszakban is számos személyes belső és külső tényező – erősségeink és gyengeségeink, fejlődésünk korábbi tapasztalatai, a családi és szülői modell, kortársminták – befolyásolja.

Az élet kisebb és nagyobb változásaival, a különböző típusú átmenettel való megbirkózás a legtöbb autista ember számára különösen nehéz feladat. A megküzdés sikerességének háttérében rendkívül összetett tényezők állnak, azonban az átmenetek, váltások folyamatának értő támogatása nélkül bizonyosan nagyobb megterhelést jelentenek az érintettek számára, a sikeresség esélye pedig lényegesen csökken.

Dr. Simó Judit

## I. Mi a módszertani segédlet célja és kiknek szól?

A módszertani segédlet elméleti és mindennapi gyakorlati segítséget kíván nyújtani annak érdekében, hogy a serdülőkorú autista fiatalok – tervezett, sokrétű, egyénre alakított folyamat eredményeképpen – megerősödve, minél felkészültebben, kevésbé stresszesen induljanak el felnőtt életük felé. Cél, hogy az autista emberek életútjának e sajnálatosan elhanyagoltabb, ugyanakkor az életminőség szempontjából meghatározó időszakára felhívjuk a figyelmet, elméleti és gyakorlati támpontokat adjunk az átmenet menedzseléséhez. Hatékony használatának feltétele az autizmus területén való jártasság: a segédlet nem pótolja a témakör alapszintű ismereteit, azonban kapaszkodót, ötleteket, gyakorlati segítséget nyújthat a kevesebb mindennapi tapasztalattal rendelkező szakemberek és a támogató családtagok számára is.

A felnőttkori átmenet folyamata valójában már a kisgyermekkorban megalapozódik: egyrészt a gyermekori ellátás, a családoknak nyújtott támogatás formájával, intenzitásával és minőségével, másrészt a gyermekkor egyes szakaszai közötti átmenettel. A felnőttkori átmenet kulcsszakasza jellemzően az iskolai tanulmányok felsőbb osztályaiban indul, elsődleges célcsoportként tekinthetők tehát az ezzel a korosztállyal foglalkozó **pedagógusok**, beleértve a fiatalokkal foglalkozó **gyógypedagógusokat** is.

Az ebben az időszakban támogatási tevékenységet folytató, egyéb kapcsolódó szakterület szakemberei ugyancsak kiemelt célcsoport, így például a fiatalokkal foglalkozó **pszichológusok, pszichiáterek, szociális munkások és egyéb speciális terápiát nyújtó szakemberek**.

Célcsoport az autista **kisgyermekkel foglalkozó széleskörű szakemberkör**, mert ugyan még nem az átmeneti folyamatot segítik közvetlenül, de munkájuk a sikeres átmenet nélkülözhetetlen előfeltétele, és a folyamat ismerete támpontokat adhat a tevékenységükhöz.

Kiemelt célcsoport továbbá az autista gyermekeket gondozó **szülők, családtagok** köre. A szülők az autista gyermekek és fiatalok legelkötelezettebb képviselői, megnyerésük, együttműködésük és aktív részvételük nélkül az átmenet folyamatának sikeressége kétséges. A szülő-szakember együttműködésben kiemelt jelentősége van a szerepek, feladatok tisztázásának, a „belülről” és a „kívülről” való támogatás sajátosságai ismeretének. A szülőknek olyan folyamatot kell ebben az esetben segíteniük, melyben a cél a „gyermek” róluk való leválása, így a nélkülözhetetlen támogató szerepük erősítése mellett rájuk is figyelniük kell.

## II. Az autizmusról

Az elmúlt évtizedekben a széleskörű kutatásoknak és az összetett társadalmi hatásoknak köszönhetően az autizmus fogalma és ezzel összefüggésben az erről való gondolkodásunk sokkal árnyaltabb lett. A kutatási eredmények újabb és újabb kérdéseket vetnek fel, mai tudásunkkal pedig azt látjuk, hogy mindenre és mindenkire vonatkoztatható, egységes válaszokat nehezen találunk. Az új kutatási eredmények mellett a szemléletünket azok az egyre nagyobb számú és határozottabb hangot adó közösségek is alakítják, melyek gondolkodásukkal és a saját autizmusuk tapasztalataival formálják a közös tudást. Az összegyűlt ismeretek ugyanakkor továbbra is megerősíthetnek bennünket abban, hogy a támogatási módszerek kidolgozásában és alkalmazásában – az egyéni szempontok messzemenő figyelembevételével – az elmúlt évtizedekben felhalmozódott tudásra támaszkodhatunk.

### Mi az autizmus?

*„... még ha mindent tudnánk is az autizmus okairól, akkor sem értenénk igazán. Azt kell tudnunk, milyen autizmussal élni.” (Uta Frith)*

Az autizmus a tipikustól eltérően fejlődő idegrendszer tipikustól eltérő működésének következményeként kialakuló, a viselkedésben rendkívüli sokféleséggel megnyilvánuló állapot. Kialakulásának hátterében meghatározóan genetikai tényezők, továbbá génkörnyezeti kölcsönhatások állnak. Már a „tipikus fejlődés” és „tipikus viselkedés” meghatározása is nehézségek elé állíthat bennünket, mégis mindannyiunk számára nagyvonalakban behatárolható a változatos, de az emberek többségére jellemző viselkedési mintázat. Napjaink gondolkodásában jelentős szemléleti irányzatot képvisel a neurodiverzitás (neurológiai sokféleség) eszméje, melynek értelmében az autizmus az idegrendszer fejlődési és működési sokféleségének egyik megnyilvánulása. Az autizmus fogalmának változása a hivatalos diagnosztikai osztályozó rendszerekben (DSM 5 – Amerikai Pszichiátriai Társaság és a közeljövőben bevezetésre kerülő BNO 11 – Betegségek Nemzetközi Osztályozása, WHO<sup>1</sup>) is megjelent, melyekben ma már pusztán egyetlen átfogó fogalommal, az autizmus spektrum zavar fogalmával írjuk le ezt a sokszínű állapotot.

Az egyetlen átfogó fogalom mögött az autizmust meghatározó közös jellemzők állnak, amelyek annak ellenére, hogy megnyilvánulásuk minden embernél különböző, mégis alapvetően kijelölik a támogatás legfőbb céljait és módszereit. Az autizmus, habár különböző mértékben és nagyon egyéni módon, minden érintett esetében eltéréseket okoz a társas kommunikáció, a társas megértés és viselkedés, a rugalmas gondolkodás és viselkedésszervezés területén, és gyakran jár együtt a szenzoros ingerek másfajta feldolgozásával. Az eltérések

<sup>1</sup> A módszertani segédlet megírásakor (2020) a BNO 11 teljes körű szakmai anyaga elérhető a WHO honlapján, azonban hivatalos bevezetése még nem történt meg, és az egyes országokban várhatóan eltérő ütemben válik majd hivatalossá.

viselkedésbeli megnyilvánulása és magára a személyre, illetve a környezetére való hatása egyénenként, helyzetenként, életszakaszonként, valamint számos más külső és belső tényezőtől függően változhat.

## Autizmus és viselkedés – milyen az autizmus?

*„Ha találkozta egy autista emberrel, EGY autista emberrel találkozta” (Stephen Shore)*

Mit jelent, és miben érhető tetten ez az „eltérés”? A megnyilvánulási sokszínűség ellenére mondhatjuk, hogy az élet és a mindennapi működés számos területén okozhat nehézséget és korlátozottságot, ámbár az autizmussal összefüggő kognitív, észlelési, feldolgozási és gondolkodási sajátosságok – az egyéni adottságokon túlmenően – nagyfokú erősséggel is járhatnak. Az egyéni vonatkozásokat részletes felméréssel, feltérképezéssel kell megismernünk, azonban irányadó az autizmus általános természetének ismeretében felhalmozódott tudásunk.

A nehézségek és korlátok tekintetében jellemző, hogy az autista ember számára problémát okoz, vagy más utakon valósul meg a szükségleteinek és érzéseinek közlése. Nehezebb lehet a verbális üzenetek feldolgozása, továbbá annak a megértése, hogy a másik ember mit gondol vagy érez, mi minden mozgatja a viselkedését. Ezzel összefüggésben a kapcsolatteremtés motivációja, útja, módja vagy az íratlan társas szabályok értése és elsajátítása is eltérhet. Az autista emberek többségére jellemző, hogy figyelmüket könnyen elterelik a részletek, azokban el is mélyülnek, ugyanakkor az „egész” és az összefüggések átlátása nagyobb erőfeszítést igényel tőlük. Komoly nyugtalanságot, stresszt okozhat számukra váratlan, változó vagy a szokásostól eltérő történés, viselkedésüket, gondolkodásukat nehezebben tudják rugalmasan adaptálni az adott helyzethez. A támogatás tervezésénél különösen nagy figyelmet kell fordítani arra, hogy az autista ember számára legtöbbször komoly problémát jelenthet a megszerzett tudás és a tapasztalatok általánosítása az élet különböző helyzeteire, színtereire. Sok autista ember mindennapját befolyásolja egyes szenzoros környezeti ingerektől való túlterhelődés.

A sajátos idegrendszeri működés emellett számos erősséggel is jár, bár e tekintetben nehéz általánosítani. Az erősségek ismerete legalább olyan fontos a támogatás – így az átmenet – tervezésében, mivel elsősorban az erre támaszkodó megközelítéssel növelhető az érintett emberek sikeressége, önbecsülése és jólléte.

Az autista embereknél sokszor kifejezett erősségeket tapasztalunk a hosszú távú memória és egyes készségek, mint például matematikai, zenei, számítástechnikai készségek terén. A vizualitást sok autista ember használja fel mind önmaga kifejezésére, mind pedig az információk megértésére. Az autista emberek kommunikációjára jellemző lehet a köntörfalazás nélküliség – a direkt, egyenes, őszinte, mások befolyásától mentes kommunikáció –, ami sok esetben sérülékenyekké is teheti őket. A részletek gondos megfigyelése, észrevétele, a precizitás, a szabályok tartása vagy az intenzív figyelmi összpontosítás, a monoton tevékenységek jó tűrése számos hétköznapi helyzetben és a munkavállalásnál is előnyt jelenthet.

„... egy ember jóval több, mint mérhető vonások összessége, minden egyes autista személy elsősorban és mindenekelőtt egy ember.... minden autista embernek megvan a maga személyisége, vannak prioritásai, preferenciái, céljai és küzdelmei.” (Daniel Wechsler)

Az autizmus megnyilvánulásának sokszínűségét jól kifejezi az autizmus spektrum kifejezés, azonban félrevezető lenne, ha erre csupán egy „kétdimenziós modell” mentén tekintenénk. A megnyilvánulás lényegesen összetettebb, számos tényezőtől függ: az autizmusban való érintettség mértékétől és jellegétől, és többek között az életkori, környezeti tényezőktől, társuló nehézségektől, erősségektől, alkati sajátosságoktól.

„Sokkal közelebb áll a konstellációhoz, mint a spektrumhoz. Nem egy egyenes mentén mozog az alacsonytól a magas fokú szintig, hanem körkörösén terjed ki számos dimenzióban.” (Hearst, 2015)

A viselkedés területén tapasztalhatjuk többek között, hogy van, aki

- nem beszél, van, aki nagyon jól, sőt szokatlanul sokat, illetve rengeteget beszél, vagy furcsa dolgokról kérdez;
- beszél, de keveset és máshogy, pl. korábban hallott kifejezéseket, mondatokat ismétél;
- jól beszél, mégis nehezen lehet vele kommunikálni, vagyis egymás mondandójára építkezve társalogni;
- rosszul érti a szavakat és mondatokat, van, aki ezt jól teszi, de mégis gyakran félreértelmezi, vagy szó szerint veszi, amit hall;
- ritkán vesz fel szemkontaktust, van, aki gyakrabban, mégis kevésbé tud a tekintetével egyértelműen üzenni a másik embernek;
- alig használ gesztusokat, kevés érzelem vagy üzenet olvasható le az arcáról, és kismértékben érti a jelzéseket, és van, aki szélsőségesen használja ezeket a kommunikációs eszközöket;
- nem közeledik másokhoz és nem kezdeményez kapcsolatot, sőt talán el is utasítja, ha vele teszik ezt, de van, aki túl sokat és szokatlanul, olykor gátlások nélkül közeledik másokhoz;
- olykor zavarba ejtően viselkedik, nem érti és nem tartja be az íratlan társas szabályokat, és van, aki túlságosan mereven követi azokat;
- nehezen tűri a változást/változtatást a mindennapi rutinban, szokásaiban (pl. megszokott útvonal vagy ruházat), és van, aki alkalmazkodóbb, de egy-két dologban igen merev;
- nagyon érzékeny a legtöbb környezeti ingerre (pl. fény, hang, íz stb.), van, aki csak egy ingerre (pl. csak étkezésnél vannak nehézségei), és előfordul, hogy valakinek időszakonként változik az érzékenysége, más pedig keresi az egyes ingereket, vagy egyáltalán nem mutat eltérést azok észlelésében.

Az autista fiatalok serdülőkoruk a tipikusnak mondható társaikhoz képest hasonló kihívások között zajlik, azonban a hormonális változások, a társas helyzetek jellegének, intenzitásának változásai és a környezet elvárásainak növekedése, továbbá a családról való leválással, önállósággal kapcsolatos igények sokkal nagyobb próba elé állítják őket; az autizmusukkal összefüggő sérülékenységük miatt intenzívebb támogatást igényelnek. Annak ellenére, hogy ebben az időszakban az adaptáció, a kommunikáció és a társas készségek nagyobb mértékű javulását észlelhetjük, az elvárások növekedése, a felnőttkor kilátásai, a növekedő szociális és párkapcsolati igény és az esetleges kudarcok miatti izoláció, szorongás, valamint érzelmi nyomás komoly megbillenést okozhat.



## Előfordulási gyakoriság, társuló zavarok

Ma már tudjuk, hogy az autizmus előfordulása számottevően gyakoribb, mint azt korábban gondoltuk: a lakosság legkevesebb 1%-a az autizmus valamely formájával él. A diagnosztizált fiúk/férfiak száma átlagosan négyszer magasabb, mint a lányoké/nőké, azonban az ezzel kapcsolatos adatokat az utóbbi időben sok vizsgálat kérdőjelezi meg. Ennek oka, hogy a kutatások ma már egyértelműen azt mutatják, hogy a nők érintettsége bizonyosan jelentősebb annál, amit eddig gondoltunk, de az autizmus női megnyilvánulásának eltérései, sajátosságai és ismeretlensége miatt a nők sokszor észrevehetetlenek a szakemberek számára, diagnózis nélkül vagy más fedődiagnózissal élnek.

Az autizmussal érintettek társuló nehézségeivel kapcsolatban kiemeljük, hogy – a korábbi tudásunkkal szemben – a populáció több mint 50%-ának az intellektuális képessége az átlagnak megfelelő eloszlást mutat, bár az autizmussal összefüggésben a képességstruktúra kifejezett egyenetlensége jellemző. A kutatási adatok a nyelvi fejlődés tekintetében igen változóak, de a gyermekkori fejlődés során az érintettek legalább 50%-ánál megkésett nyelvi fejlődés tapasztalható, a teljes autista populáció mintegy egyharmada pedig nem beszél. Az autizmus előfordulási gyakoriságának emelkedése sokkal közvetlenebbül érzékelhető a gyermekpopulációban, mindemellett a felnőtt korú autista emberek valós száma – bár egyenletesen növekszik – mind a mai napig alábecsült.

A társuló zavarok részletezése meghaladja jelen útmutató kereteit, azonban az átmenet tervezése szempontjából is igen fontos ezek figyelembevétel. Az autizmussal élő felnőttek mintegy egyharmadánál alakul ki az epilepszia valamely formája, gyakori lehet kamasz- és felnőttkorban is a figyelmi zavar, társuló szorongás és hangulati zavar, esetleg más pszichiátriai kórkép (skizofrénia, bipoláris zavar) előfordulása, mely lényegesen befolyásolja a felnőttkori kimenetet (ld. később).

## Autizmus és felnőttkor

A felnőttkorba lépett autista emberekről szóló érdemi vizsgálatok az utóbbi időszakban kaptak egyre nagyobb hangsúlyt. A felismert autizmussal élő felnőtt autista emberek száma világszerte és Magyarországon is folyamatosan növekszik, melynek háttérben elsősorban a gyermekkorban diagnosztizáltak felnőtt korúvá válása és a felnőtt diagnosztika lassú, de érzékelhető javulása áll. Egyre ismertebb jelenség, hogy felnőtt emberek, részben az autizmus ismertségének növekedésével összefüggésben, részben a családtagok diagnózisa kapcsán ismerik fel magukon az autizmus tüneteit. Az utóbbi években egyre nagyobb figyelem fordul az autizmussal élő nők felé, és egyre több vizsgálat támasztja alá, hogy számuk sokkal magasabb, mint azt korábban feltételeztük.

A felnőttkori kilátásokkal foglalkozó tanulmányok – bár adataik sok különbséget mutatnak – sajnos egyöntetűen alátámasztják, hogy a felnőttkorba lépés nagyfokú visszaesést hozhat az autista emberek életében. A felnőtt életre vonatkozó vizsgálatok igen gyenge kimeneti eredményekről számolnak be az önálló életvitel, a munkavállalás, a továbbtanulás és a szociális beágyazódás területén egyaránt (Henninger&Taylor, 2012; Howlin&Magiati, 2017). Számos vizsgálat támasztja alá, hogy az autista felnőttek számára nagyon beszűkültek a munkavállalási lehetőségek, jellemző a munkanélküliség, igen kevesen tudnak továbbtanulni, sokan közülük otthon maradnak és a szülők aktív támogatására szorulanak, továbbá rendkívül

kevés lehetőségük adódik társas elfoglaltságban való részvételre (CDC, 2020). Mindezzel összefüggésben csökken az önbecsülés és a magabiztosság, számottevően nő a társuló pszichiátriai, valamint más egészségügyi betegség előfordulása. Hosszabb távon pedig anyagi bizonytalanság és gyenge életminőség várható. A sokszor ellentmondó adatok ellenére a felnőttkorra egyre gyakoribbá váló társuló zavarok között kiemelkedő a szorongás (22-39%) és a hangulati zavarok, elsősorban a depresszió (20-58%), valamint a szerhasználat magasabb előfordulása és az öngyilkosság gyakoriságának növekedése (Howlin&Magiati, 2017). A következményes zavarok tovább rontják a sikeres felnőttkori adaptáció esélyeit. Ugyanakkor a sikeres felnőttkori adaptáció, pl. megfelelő munka, pozitív hatással van a mentális és szomatikus egészségre és az autizmussal közvetlenül összefüggő nehézségekre is.

Nem elhanyagolható az a tény sem, amire az egészségügyi-közgazdasági szakemberek is felhívják a figyelmet, hogy felnőttkorban az ellátás költségei igen nagymértékben növekednek (Knapp és mtsai, 2009; Howlin&Magiati, 2017).

A felnőttkor kilátásai számos tényezővel függnek össze, melyek egymásra hatva erősíthetik, illetve kompenzálhatják egymást. A kutatásokat összehasonlító elemzések is gyakran ellentmondásosak, például abban, hogy a jó intellektus, a jó nyelvi képességek és az autizmusban való érintettség mértéke hogyan függ össze a felnőttkori életminőséggel (Howlin&Magiati, 2017). A tanulmányok azt viszont alátámasztják, hogy a társuló és következményes zavarok súlyossága, a korábbi és aktuális támogatások mértéke és minősége, valamint a szűkebb és tágabb környezet felkészültségének milyensége, beleértve az átmenetet is, lényegesen befolyásolja a felnőttkori kimenetet.

A komplex ellátórendszer mellett ebben az életszakaszban továbbra is meghatározó a családok szerepe. Az autista fiatalok jellemzően otthon, a szülőkkel élnek nemcsak az átmenet időszakában, hanem azután is. A szülőknek központi szerepük van, mindemellett a szempontjaik, elképzeléseik már sok esetben jelentősen eltérnek felnőtt gyermekükétől. A családok szerepe és bevonása az átmenet és a felnőttkori támogatás folyamatába nélkülözhetetlen és elengedhetetlen, azonban kiemelt figyelemmel szükséges lennünk az érintett autista felnőtt vágyainak, döntéseinek, önrendelkezésének elsődlegességére, valamint az idősödő szülők szükségleteire is (Thompson és mtsai, 2018).

## Hivatkozások

Centers for Disease Control and Prevention (2020) Autism Spectrum Disorder in Teenagers & Adults

Buck, T. B., Viskochil, J.[...], & Bilder, D. A. (2014) Psychiatric Comorbidity and Medication Use in Adults with Autism Spectrum Disorder. *Journal of Autism Developmental Disorders*, 2014. 44(12)

Henninger, J. A. & Taylor, J. T. (2013) Outcomes in adults with autism spectrum disorders: a historical perspective. *Autism*, 2013. 17: 103

Howlin, P. & Magiati, I. (2017) Autism spectrum disorder: outcomes in adulthood. *Curr Opin Psychiatry* 2017, 30:000–000; Volume 30 \_ Number 00

Knapp et al; (2019) Economic cost of autism in the UK. *Autism* 13; 317



### III. Az átmenet tervezésének módszertani szempontjai

#### A serdülőkorból a felnőttkorba való átmenet folyamata az autizmus spektrumon

Hagyományos felfogásunk szerint a kamaszkorból a felnőttkorba való átmenet során a fiatalok általában elköltöznek a szülői házból, befejezik tanulmányaikat és munkába állnak, sokan családot is alapítanak. Napjainkban talán már kevésbé kitaposott ez az út, hiszen a felnőtté válás folyamata a tipikusan fejlődő fiatalok esetében is nagyon sokféle egyéni célt, egyedi variációt jelenthet, és időben jócskán kitolódhat. A felsőfokú tanulmányok például egészen a 20-as évek közepéig, végéig tarthatnak, így sokan ezekben az években még a szüleiknél laknak. A felnőttkorhoz kapcsolódó kritériumok is változóban vannak: az utóbbi időben elsősorban az anyagi függetlenség, az önálló döntéshozatal és a másokért való felelősségvállalás mentén definiálják a felnőttkort (Taylor&Seltzer, 2013).

Bármely kritérium alapján is vizsgálódunk, azt látjuk, hogy az autizmusban a serdülőkorból a felnőttkorba való átmenet kulcsa a szakszerű, egyénre szabott, sérülés-specifikus tervezés és támogatás.

Az átmenet elhúzódása az autizmussal élő fiatalok esetében is jellemző, a középiskola befejezése a legtöbb országban akár 22-23 éves korig is kitolódhat. A tanköteles kor végével a szakmai támogatás általában jelentősen csökken, és a rendszeres, strukturált elfoglaltság is megszűnhet. Az autizmusban ez igen drámai életminőségromláshoz vezethet, mivel az idő beosztása, a mindennapi tevékenységek önálló megszervezése számukra sokszor nagyon nehéz. Rendszeres, tervezett feladatok és szabadidős aktivitások nélkül sokan tétlenül töltik a napjaikat, vagy kizárólag szűk érdeklődési körük mentén foglalják el magukat.

*Dávid<sup>2</sup>*

*Dávid 23 éves, jól beszélő, jó képességű fiatal. Szüleinek egyetlen gyermeke, akik nagy szeretettel nevelték fel. A középiskolát befejezte, jelenleg is otthon él a szüleivel, de a család egyre jobban aggódik Dávid jövője miatt. A szakemberek számára a felmérésekből a következő kép rajzolódott ki: a szülők szeretnék, ha Dávid az önállóság terén fejlődne, és kicsit jobban megbecsülné a pénzt. Az utóbbi években könyveket és folyóiratokat gyűjt, és ragaszkodik ahhoz, hogy a szülei mindent megvásároljanak, amit kinézett az interneten. Ha megpróbálják megtagadni tőle, erőszakoskodik, kiabál, öngyilkossággal fenyegetőzik. Az utóbbi években gondot okoz az is, hogy a külseje sokszor ápolatlan, a rendszeres fogmosásra, az időjárásnak megfelelő öltözködésre és általában az önápolásra nem könnyű rábeszélni, illetve ennek gondja is a szülők vállán van. Házimunkát egyáltalán nem végez, idejének nagy részét a számítógép előtt tölti, vagy könyveit, újságjait rendezgeti. Sokszor lehangolt, mert barátnőt szeretne, bár konkrétabb elképzelései nincsenek arról, hogy mit várna a párkapcsolattól.*

Az utóbbi évek kutatásai rávilágítottak azokra a környezeti tényezőkre, melyek meghatározóak az autizmussal élő emberek felnőttkorba való átmenetének sikere szempontjából: alapvető fontosságú a környezet és a személy szükségleteinek illeszkedése, a komprehenzív és integrált szolgáltatások elérhetősége, a támogató szülői jelenlét, valamint a jövővel

<sup>2</sup> A dokumentumban szereplő esetek valóságon alapuló, anonim példák. A nevek minden esetben fiktívek.

kapcsolatos pozitív elvárások megléte (Anderson és mtsai, 2017). A komprehenzív és integrált szolgáltatások felölelik az egyén fejlődésének és szükségleteinek minden területét és az összes szereplőt bevonják a folyamat tervezésébe és kivitelezésébe.

A környezeti tényezők mellett az átmenet folyamatát nagymértékben meghatározza „az autizmus természete”. *A társas-kommunikációs készségek fejlődésének minőségi eltérése mellett az autizmus alapvető jellegzetessége az állandósághoz, rutinhoz való merev ragaszkodás.* A társas-kommunikációs nehézségek és a változásokkal szembeni ellenállás nagymértékben megnehezíthetik az autizmussal élő fiatalok továbbtanulási, munkavállalási kilátásait és az önálló lakhatással kapcsolatos lehetőségeit (Howlin, 2001).

### Az átmenet problémája az autizmusban

Az átmenet az autizmusban különösen problémás, mivel változás jellemzi, ami a legtöbb autizmussal élő ember számára extrém nehézséggel jár. Az átmenet jellemzője, hogy több veszteséget el kell viselni és új kihívásoknak kell megfelelni, ami minden ember számára próbatétel, az autizmussal élő emberek számára pedig hatványozottan nehéz. Az elkerülhetetlen, minden embert érintő veszteségek és változások mellett (pl. szülők halála, felnőtt testvérek elköltözése, házassága, iskoláskor vége stb.) olyan, a fejlődési zavar természetéből fakadó fennakadással is számolni kell, mint például a saját test átalakulásából, a tárgyi környezet nem funkcionális változásából fakadó stressz, a viselkedéssel kapcsolatos környezeti elvárások és a megszokott napi rutin megváltozása.

A veszteségek elviselését a tipikusan fejlődő emberek esetében a támogató társas környezet, a helyzetről való beszélgetés jelentősen megkönnyítheti.

Ezek a lehetőségek az autizmus spektrumán korlátozottabban adóttak a kölcsönös társas és kommunikációs problémák miatt. A környezet többnyire nem is észleli, hogy a fiatal milyen nehéz időszakot él át, mivel nem feltétlenül tudja megfogalmazni, elmondani az érzéseit, gondolatait, és nem kér segítséget. A problémák okát a környezet sokszor nem érti, mértékét alábecsüli. A stressz jeleit gyakran csak a viselkedéses tünetek fejezik ki, melyek nagyon sokfélék lehetnek: tétlenség, passzivitás, a végzett tevékenységek beszűkülése, vagy éppen ennek az ellenkezője, erős izgatottság, önsértő vagy agresszív viselkedés megjelenése.

Az új szokások, ismeretek és készségek elsajátítása szintén nehezített: autizmusban a motiváció, az észlelés, a figyelem, az emlékezet, a problémamegoldó gondolkodás és az általánosítás egyaránt eltér a tipikustól (Howlin, 2001).

#### János

*János kiváló eredménnyel érettségizett, és az egyetemre is felvették. A középiskolai elvárások és a megszokott rutin megszűnését követően azonban mindennapi tevékenységei fokozatosan beszűkültek, otthonát sem hagyja el, súlyosan szorong. Egyetemi tanulmányait meg sem tudta kezdeni az újdonságoktól való idegenkedése miatt.*

Az autizmusra jellemző rugalmatlan gondolkodás és viselkedés következménye, hogy fennakadást okozhat az új színhely és tárgy, a megszokottól eltérő vagy új tevékenység, változás az elvárásokban és a társas környezetben. A felsorolt tényezők bármelyike nagymértékű stresszt és ellenállást válthat ki, de a nehézségek mértékében és leküzdésük lehetőségében egyénenként hatalmas eltérést tapasztalunk.

Mindezek mellett a fiatalok felnőttkorba lépve többféle jogosultságot és szolgáltatást veszítenek el, így például ebben az életkorban az oktatás sem jár már alanyi jogon (Volkmar és mtsai, 2014). Ezen túl komoly problémát jelent, hogy a felnőtteket célzó szolgáltatásokban dolgozók nem rendelkeznek mélyreható ismeretekkel az autizmusról, az érintett emberek speciális szükségleteiről (Bourgondien és mtsai, 2014), amely fokozhatja az autista emberek frusztrációját. Az egészségügyi ellátásokhoz való korlátozott hozzáférés különösen aggasztó, tekintettel az autizmusban fellépő komorbid pszichiátriai állapotok felnőttkori gyakoriságára (Volkmar&Wiesner, 2013). Szintén hiányterület az átvezetés az egészségügyi rendszerben, ritkán történik meg még fejlett autizmus ellátással rendelkező országokban is (Kuhlthau és mtsai, 2015).

### Az autizmussal élő fiatal helyzete: vágyak – lehetőségek – jogok

A tipikusan fejlődő fiatal felnőttek számára az átmenet időszaka egyben a tág lehetőségek, a pozitív perspektíva időszaka is. Az autizmussal élő fiatalok lehetőségei sokszor drámaian szűkösek, akár munkáról, lakhatásról, tanulásról, szabadidőről vagy kapcsolatokról gondolkodunk. A lehetőségeket elsősorban a szolgáltatások hiányosságai korlátozzák, miközben az autizmussal élő fiatalok vágyai, jövővel kapcsolatos elképzelései hasonlóak, mint a kortársaiké, és ez akár komoly szorongást is eredményezhet (Wisner-Carlson& Uram&Flis, 2020).

Mivel a lakhatás, a munka és a tanulás kérdéseiről külön fejezetek szólnak, az alábbiakban két, a felnőttkori támogatás szempontjából meghatározó témakörre, **az önrendelkezésre** és **a párkapcsolatra** fókuszálunk.

A szociális-kommunikációs készségek, a társas megértés és az önállóság terén az életkor előre haladásával egyre inkább nyilvánvalóvá válik a különbség a kortársak és az autizmussal élő fiatalok között. Az autizmus spektrum rendkívüli változatossága miatt ez szakadékszerű is lehet: a fejlődési elmaradás lehet igen markáns, míg más esetben az eltérés finom, kevésbé észlelhető a tágabb környezet számára, bár az életminőségre kihathat.

A nagykorúság ténye az autizmusban nem jelenti automatikusan az életkornak megfelelő önállóság lehetőségét, ezért közeledve a 18. életévhez, a családnak mérlegelnie kell, hogy kezdeményezi-e a fiatal gondnokság alá helyezését. Ez abban az esetben merülhet fel, ha úgy tűnik, hogy a fiatal teljes felnőttkori önállósága különböző környezeti tényezők, illetve a belátási képesség csökkent mértéke miatt nem érhető el. A belátási képesség csekély mértékű csökkenése esetén támogatott döntéshozatal alkalmazására, erősen korlátozott vagy hiányzó döntéshozatali képesség esetén helyettesítő döntéshozatalra (a cselekvőképesség részleges vagy teljes korlátozására) ad lehetőséget a jogszabály – a Polgári Törvénykönyvben (2013. évi V. törvény) meghatározottak szerint. Fontos alapelv, hogy a döntéshozatali képesség korlátozottságát elsősorban a támogatott döntéshozatal alkalmazásával kell kompenzálni, érintetlenül hagyva az autizmussal élő fiatal egyéni autonómiáját, biztosítva a saját élete fölötti rendelkezést.<sup>3</sup> A támogatott döntéshozatal esetében a döntést az érintett maga hozza meg, igénybevétele önkéntes, alapja a bizalmi kapcsolat. A támogatás során a támogatott saját akarata és vágyai számítanak, ezek megértése és érvényesítése a cél (Gazsi, 2019). Az utóbbi években a támogatott döntéshozatal egyre több hazai jó gyakorlatát ismerjük meg, azonban az autizmusban a markáns kommunikációs nehézségek áthidalása nem mindig egyszerű.

<sup>3</sup> Ptk. 2:19. § (4) bekezdés

A kommunikáció, mint alapjog biztosítása és az autizmus-specifikus módszertan alkalmazása azonban lehetővé teszi az önrendelkezés megfelelő biztosítását.

A jó képességű fiatalok esetében az önrendelkezés korlátozása sokszor szükségtelennek tűnik, ám ez nem jelenti azt, hogy a felnőttkorba lépés zökkenőmentes. A jó képességű fiatalok összehasonlíthatják helyzetüket más felnőttek lehetőségeivel, amely alacsony önbecsüléshez, depresszióhoz, szorongáshoz vezethet. Ezeket az érzéseket tovább fokozhatja, hogy velük szemben magasabb elvárásokat támaszt a környezetük (Howlin, 2001). A helyzetet szintén nehezíti, ha a környezet lebecsüli a problémákat, és megfelelő szakmai támogatás sem áll rendelkezésre.

Az autizmus spektrum változatossága a párkapcsolatok és szexualitás területén is megmutatkozik, de a jogok szempontjából a kép egységes: minden embernek alapvető joga, hogy rendelkezzen a saját kapcsolataival, az érzelmi élete és a teste felett, partnert válasszon, valamint a szexualitással kapcsolatban megkapja a megfelelő információt, és biztonságban legyen. A lehetőségek és nehézségek skálája e téren is igen széles. Míg a jó képességű személyek gyakrabban alakítanak ki párkapcsolatot, az autizmusban súlyosan érintett és értelmi fogyatékossgal is küzdő emberek esetében a kapcsolatteremtés nagyon sok okból akadályozott lehet. A párkapcsolatok kialakítását és megőrzését a társas megértés sérülése rendkívül megnehezítheti, ugyanakkor az autizmussal élő emberek „tudományos alapon”, direkt tanulással is elsajátíthatják a társas élethez nélkülözhetetlen készségek egy részét.

A társas megértés sérülésének következménye, hogy az autizmussal élő fiataloknak jellemzően kevesebb kapcsolatuk van, mint a kortársaiknak, a szexualitás és a párkapcsolat témájában pedig a szükségesnél kevesebb információt kapnak a szülőktől, szakemberektől. Fontos tehát, hogy a szülők és a szakemberek folyamatosan támogassák a fiatalokat ezen a téren is. Ennek egyik alapja a megfelelő oktatás biztosítása, melynek már gyermekkortól el kell kezdődnie. Lényeges, hogy a szülők hangolják össze az iskolával, hogy mikor, mit és hogyan tanítanak e témában. Az autizmusban a kamaszkori változások megértése hosszabb időt vehet igénybe, és sokkal részletesebb, személyre szabott információra van szükség. A nem, vagy alig beszélő fiatalok esetében is meg kell találnunk az információ átadásához és kéréséhez a megfelelő alternatív kommunikációs formát (pl. fotók, képek stb.). A témával foglalkozó kutatások rávilágítanak, hogy az autizmussal élő fiatalok többségénél a tipikus kortársakhoz hasonlóan zajlik le a biológiai érés, így a szexualitás és az intim kapcsolatok iránti vágy is megjelenik. A párkapcsolatok és a szexualitás területén számolnunk kell az autizmussal élő emberek sebezhetőségével, és fokozottan figyelniük kell arra, hogy ne váljanak bántalmazás, szexuális visszaélés áldozatává. Szintén hangsúlyos a társadalmi normáknak megfelelő viselkedés elsajátításának támogatása (Szabó&Stefanik, 2018).

## A szülők és családtagok helyzete

A szülők a diagnózistól kezdődően gyermeküket számtalan módon segítik. Rengeteg energiát, időt, pénzt fektetnek a megfelelő fejlesztés biztosításába, az ellátási hiányokból származó problémák megoldásába. Iskoláskorban sok esetben fáradhatatlanul együtt tanulnak a gyermekükkel, hogy sikerre vigyék, igyekeznek egyensúlyt teremteni a családban, menedzselni az autizmus tüneteit és a számukra kihívást jelentő viselkedést. Mindez hosszú évekig tartó stresszt és készenléletet kíván, mely sokszor a felnőttkorba lépve sem változik, sőt, ez az időszak újabb kihívások elé állítja a szülőket. Az autizmussal élő emberek felnőtt korukban is többnyire a szülei támogatásával élik a mindennapjaikat.

A felnőttkor küszöbén sok szülő úgy érezheti, kezdhet mindent előlről az ellátórendszer új intézményeiben, ráadásul sokkal kevesebb támogatással: a fiatal nem ismerik és lehet, hogy az autizmus-specifikus szolgáltatások sem érhetőek el. Az átmenet időszakában gyakran találkozunk azzal a jelenséggel, hogy a szülők túlzott elvárásokat támasztanak a gyermekükkel szemben, például azért, mert viszonylag magas iskolai végzettséget szerzett, és az iskolai sikerek elfedték a társas és az önállósági nehézségeket. Más családoknál a túlvédő, óvó attitűd lehet a jellemző, mely gátolhatja az önállóság kialakulását, illetve előfordulhat az is, hogy a szülők belefáradnak a mindennapi küzdelembe, és esetleg már kevésbé segítik a gyermeküket, mint korábban (Jásper&Kanizsai-Nagy, 2011).

### Az átmenet sikerességének összetevői az autizmusban

Több, autizmussal élő fiatal továbbtanulással és foglalkoztatással kapcsolatos helyzetét, illetve az autizmus felnőttkori kimenetét vizsgáló nemzetközi tanulmány is rámutat az átmenet tervezésének és támogatásának fontosságára. Az utóbbi évek kutatásainak egyik fő fókusza az is, hogy milyen tényezők segítik a sikeres felnőttkori átmenetet.

A vonatkozó vizsgálatok szerint a célzott, egyénre szabott, autizmus-specifikus tervezés és támogatás az átmenet során segíthet kompenzálni az autizmus természetéből fakadó hátrányokat, illetve a környezet és az egyén illeszkedésének problémáját. A felnőttkori célok eléréséhez a család és az intézményrendszer részéről nagyon sok erőfeszítésre és gondosan felépített, egyénre szabott, autizmus-specifikus támogatásra van szükség.

A kutatások azonban azt mutatják, hogy a megfelelő támogatás sokszor hiányzik. Úgy tűnik, hogy a jó képességű fiatalok különösen gyakran esnek el a sérülés-specifikus segítségtől, mivel a nehézségeik, problémáik rejtve maradhatnak. Míg azok a fiatal felnőttek, akiknél az autizmus mellett intellektuális képességzavar is jelen van, 86%-ban kapnak valamilyen segítséget a tanulmányok befejezése után, ez a jó képességű csoport esetében csak 18% (Taylor&Seltzer, 2011). A támogatások hiányosságai az élet minden területére, köztük a tanulásra, munkába állásra is rendkívül negatívan hatnak.

A jó képességű, autizmussal élő fiatalok esetében jellemzően a felsőoktatási tanulmányok befejeztével felerősödik a maladaptív, azaz a beilleszkedést gátló, nehezítő viselkedés, ami összefügghet a környezeti elvárások és a strukturált, rendszeres tevékenység csökkenésével. A maladaptív viselkedés megjelenése viszont negatívan hat az elhelyezkedési esélyekre. Amennyiben az autizmus mellett valamilyen pszichiátriai zavar is fennáll, az esetek 86%-ában nem találnak mindennapi elfoglaltságot az illető felnőtt számára. A magas iskolai végzettség tehát önmagában nem elegendő a munkába álláshoz, sokat számít a szociális működésmód és önállóság szintje is (Taylor&Seltzer, 2011).

Egy másik, 2012-ben USA-ban zajlott reprezentatív, országos vizsgálat az autizmussal élő fiatalok helyzetét tárta fel, a tanulmányok befejezését követő időszakra vonatkozóan. Eszerint az autizmussal élő fiatalok 34,9% egyáltalán nem dolgozott és nem tanult tovább. Az érintettek 34,7%-a ugyan felsőoktatásban tanult tovább, közülük azonban csak 55,1%-nak volt fizetett munkája a tanulmányok befejezését követő hat évben, az érintettek közel 50%-a pedig a főiskolai tanulmányokat követő két éven belül nem tudott elhelyezkedni. Mindezek alapján látható, hogy a tanulmányok befejezése után tervezettebb és sokkal több támogatást nyújtó, az átmenetet segítő rendszert kellene kiépíteni (Shattuck és mtsai, 2012).



Szintén az USA-ban végezték azt az országos, reprezentatív vizsgálatot, mely az oktatási szolgáltatások és a felnőttkori kimenet összefüggéseit tárta fel. A vizsgálatban olyan 16-26 év közötti, az iskolai oktatásból a foglalkoztatásba való átmenet időszakában lévő, autizmussal élő fiatalok helyzetét elemezték, akik korábban speciális oktatási rendszerben tanultak. Az elemzések során feldolgozott adatok egyrészt a speciális oktatásban részt vett fiatalok követésére szolgáló országos „The National Longitudinal Transition Study-2” (NLTS2) adatbázisából, másrészt 2008-ban munka-rehabilitációs felkészítésben részesült személyeket nyilvántartó adatbázisból származtak. Ebben a vizsgálatban a következőket találták: az iskolai és a szülői előzetes elvárások, célkitűzések nagymértékben determinálják az autizmussal élő fiatalok elhelyezkedési esélyeit, így közvetve az önálló lakhatás és a felnőttkori életvitel lehetőségét is. A vizsgált csoportban, az iskolai években az esetek több mint 50%-ában a támogatott foglalkoztatást vagy a védett foglalkoztatást tűzték ki célul az átmenetet segítő egyéni fejlesztési tervben, és csak a tanulók mintegy 25%-ánál terveztek továbbtanulást vagy nyílt munkaerőpiacon való elhelyezkedést. Az elhelyezkedés esélye viszont ötször nagyobb, ha az autizmussal élő személy a középiskola után még tovább tud tanulni.

Az autizmussal élő fiatalok kisebb arányban részesültek célzott felmérésben és pályaválasztási tanácsadásban, mint a kortársaik, és kevesen tanultak tovább a középiskolás évek végeztével (Butterworth és mtsai, 2010). A középiskolás fiatalok körében végzett kutatás szerint az iskola befejezése után az autizmussal élő fiatalok 44%-a nem tud elhelyezkedni, és kevesebb, mint 50%-uk tanul tovább a felsőoktatásban. A munkavállalás terén jobbak az elhelyezkedési esélyek, ha a középiskolában elérhető volt pályaválasztási tanácsadás, vagy ha szerveztek munkaerő-piaci szolgáltatást, illetve a fiatalok a középiskolás évek alatt munkatapasztalatot szerezhettek (Chiang és mtsai, 2013).

Összességében elmondható, hogy az iskolában töltött évek után az autizmussal élő fiatalok gyakran maradnak rendszeres strukturált tevékenység, cél és elvárás nélkül, ami hatalmas nehézséget jelent számukra.

A fenti kutatási eredmények is jól mutatják, hogy az autizmusban a felnőttkori sikeresség, társadalmi beilleszkedés egyik meghatározó eleme a rendszeres és strukturált tevékenység biztosítása. Szintén lényeges a szociális-kommunikációs készségek és az önállóság fejlődésének segítése az életút során, valamint a célzott autizmus-specifikus támogatás biztosítása az átmenet – például az oktatási rendszerből a munkaerőpiacra – időszakában.

Az alábbi táblázatban összegezzük, mely tényezők segítik és melyek gátolják a felnőttkori átmenet sikerességét.

GÁTLO TÉNYEZŐK	SEGÍTŐ TÉNYEZŐK
A környezet adaptálásának hiánya (munkahely, felsőoktatás)	Egyénre szabott támogatás és a környezet adaptálása
Bizonytalanság a szülői szerepek változásában	Átmenetet segítő rendszer kiépítése
Komprehenzív, integrált szolgáltatások hiánya	Együttműködés és információmegosztás a fiatal körüli intézményi és informális hálóban
Szociális és szocio-emocionális készségek sérülése, hiánya	Maladaptív viselkedés csökkenése
Alacsony elvárások, rendszeres kritika, stresszt fokozó kommunikáció a családtagok részéről	Támogató családi légkör, magas és pozitív jövőbeli elvárások
Strukturált, rendszeres tevékenység hiánya	Megfelelő szolgáltatások az intézményrendszerben: pl. célzott, egyéni felmérés, karriertervezés, pályaválasztási tanácsadás
Az elérhető szolgáltatások, támogatások csökkenése, hiánya felnőttkorban	Valódi munkatapasztalat már a középiskolás évek alatt
	Inkluzív iskolai környezetben lezajlott tanulmányok
	Önrendelkezés, önálló lakhatáshoz szükséges készségek megléte
	Akadémikus, munkahelyi és önállósági készségek és felkészültség

(Anderson és mtsai, 2017, Schall és mtsai, 2012)

## Az átmenet folyamata, támogatása – az autizmus-specifikus támogatás alapjai, közös jellemzői

Mint fentebb már említettük, a serdülőkorból a felnőttkorba való átmenet egyik alapvető nehézsége, hogy a korábbi strukturált, rutinjellegű tevékenységek megszűnnek (pl. a rendszeres tanulás, oktatási intézmény látogatása) vagy átalakulnak. Változik a társas közeg, a lehetőségek, az elvárások és a kötelezettségek is. Az átmenet időszakában ezeket a problémákat az autizmus-specifikus módszerek alkalmazása segít áthidalni és kompenzálni.

Az átmenet sikeres támogatásának egyik kulcspontja, hogy a folyamat során egyénre szabottan alkalmazzuk a tudományos kutatásokkal támogatott autizmus-specifikus módszertant. Az alábbiakban rövid áttekintés olvasható a módszertan legfontosabb elemeiről, kissé bővebben tárgyalva mindazt, ami az átmenet szempontjából kiemelendő.

### Egyénre szabott felmérés, tervezés, kivitelezés

Az autizmus-specifikus támogatás alapja annak az átlátása, hogy az autizmus miként befolyásolja az információfeldolgozást, a kommunikáció megértését, a kifejező kommunikációt, a társas helyzet megértését és a benne való részvételt. Emellett azt is meg kell értenünk, hogy adott személynek milyen konkrét erősségei és nehézségei vannak, illetve hogyan jelennek meg az autizmusra jellemző viselkedési és gondolkodási sajátosságok. Az egyéni képességprofil formális és informális felméréssel térképezhetjük fel (Peeters, 1997, Havasi&Őszi, 2015). A felmérés az egyén életének minél több színterére kiterjed, így az otthoni életre, az iskolára, a munkahelyre, illetve a szabadidős tevékenységre is: mindez egyéni és társas helyzetben, közvetlen megfigyelés és interjú formájában valósulhat meg.

Lényeges, hogy a megfigyelést lehetőleg valós élethelyzetben végezzük el, például, ha a közlekedésben való részvételt szeretnénk feltérképezni, kísérijük el a fiatal, miközben az iskolából tömegközlekedési eszközzel utazik haza.

Az interjú alanya lehet maga a fiatal, a szülők, a támogatott lakhatás szakemberei, az iskolai pedagógusok, a munkahelyi vezető vagy más, a fiatal támogató személy.

*A felmérés fő területei a következők (az 1. sz. melléklet részletezi az egyes területek szempontjait):*

- Alapinformációk (életkor, diagnózis, jelenlegi helyzet)
- Erősségek és preferenciák, motivációs bázis
- Önrendelkezés, önképviselés
- Egészség és biztonság
- Társas kapcsolatok
- Kommunikáció
- Szabadidő
- Önállóság, önkiszolgálás (otthon, iskolában, munkahelyen, szabadidőben)
- Munkavégzés (munkakészségek és munkaviselkedés)

## Viselkedés és kognitív viselkedés tanulási-tanítási stratégiák

A fejlődési-viselkedés és kognitív-viselkedés megközelítés egyénre szabott alkalmazása serdülő- és felnőttkorban is biztos alapot nyújt az autizmussal élő emberek fejlődésének előmozdítására. A viselkedés megközelítés a meglévő és a kialakulóban lévő készségek szisztematikus, objektív felmérésén és elemzésén alapul, a kitűzött célokat korszerű viselkedéses eljárások alkalmazásával éri el (pl. láncolás, formázás, pozitív megerősítés, modellnyújtás). A kognitív-viselkedéses módszer a különböző helyzetek elemzésén, megértésén alapul, és adaptív gondolkodási, viselkedési megoldásokra vezet rá a személyt (ESZK, 2017). Napjainkban már meglehetősen gazdag az autizmus-specifikus módszerek tárháza. A módszerek kiválasztásában, egyénre szabott alkalmazásában autizmusban képzett szakemberre van szükség.

Az alábbi példa az új viselkedés pozitív megerősítéssel támogatott kialakítását mutatja be:

*Zsuzsi*

*Zsuzsi 22 éves, nem beszélő, az autizmus mellett intellektuális képességzavarral is diagnosztizált fiatal, aki jól érti a képi szimbólumokat. Amikor jókedve van vagy izgatott, hangosan sikkantgat. A mindennapokban nehézséget okozott, hogy csendben maradjon, vagy legalábbis halkabban vokalizáljon, pl. amikor villamoson utaztak az édesanyjával. A viselkedés megváltoztatása érdekében megtanították számára a „Maradj csendben” szimbólum jelentését, és azonnali pozitív megerősítéssel jelezték vissza, ha csendesen utazott. Mivel nagyon szereti a mazsolát, eleinte minden megállónál kaphatott belőle, ha csendben utazott. Később a tárgyi jutalmat fokozatosan visszavonhatták, mert az adaptív viselkedés kialakult.*

Az alábbi eset a kognitív-viselkedéses módszer alkalmazásának egy példája:

*Zoli*

*Zoli jó képességű, érettségizett fiatalember, aki éppen most helyezkedett el az első munkahelyén. Komoly gondot okoz számára, hogy miről és mennyi ideig beszélgethet a munkahelyén a kollégákkal. Mivel jár autizmus-specifikus csoportos szociális-kommunikációs fejlesztésre, a csoportban közösen gyűjtöttek megfelelő tárgyköröket, kevésbé szerencsés és kifejezetten problematikus beszéd témákat, majd rövid jeleneteket játszottak el, modellezve a munkahelyi beszélgetéseket. Megfigyelték és elemezték a felvett társalgásokat: a tartalom és a téma mellett tanulmányozták a testtartást, a térközsabályozást, a mimikát, a hangerő jellemzőit, és figyelembe vették az időtartamot is.*

## Az egyéni motivációs bázis feltérképezése, támogatás a motiváció fenntartásában, a személyes célok meghatározásában

Akár új környezet, szokás, tevékenység megismeréséről és elsajátításáról, akár új munkatárs, kortárs, támogató szakember elfogadásáról van szó, feltétlenül meg kell találni azokat a személyes motívumokat, célokat, amelyek segítenek ebben. Ha valamiben tájékozottak, ügyesek, sikeresek vagyunk, akkor a tanulmányaink során szívesen mélyedünk el az adott témában, és választjuk hobbiként és hivatásként is. Az autista fiatalok számára szintén motiváló, ha a saját érdeklődési körükhöz illeszkedik a felnőttkori elfoglaltságuk. Az átmenet tervezésekor nagyon fontos feltárni az ebben rejlő lehetőségeket.

Nem mindig megoldható azonban, hogy a munka vagy a tanulás a speciális érdeklődési körhöz illeszkedjen, például azért, mert az érdeklődési terület nagyon szűk körű vagy szokatlan. Ilyenkor motiváló lehet a megfelelő kereseti lehetőség elérése, a növekvő önállóság és a munkatevékenység hasznossága.

#### *Dániel*

*Dániel sikeres, keresett jogász, aki a közlekedési ügyekre specializálódott. Kamaszkorában Asperger-szindróma diagnózist kapott, azonban az ezzel járó támogatást sosem igényelte, diagnózisáról nem is tudott más, csak a szűk családja. Kisfiú kora óta rajongott a közlekedésért, így számára nem volt kérdéses, hogy közlekedési ügyekkel szeretne foglalkozni a munkája során.*

#### *Zsolt*

*Zsolt jó képességű, érettségizett fiatalember, aki a nyílt munkaerőpiacon helyezkedett el, támogatott foglalkoztatási program segítségével. Társas helyzetben kissé szorong, nehezebbre esik például megszólítani valakit vagy hivatalos ügyet intézni. Az újdonságok általában szintén megviselik, szeret a megszokott rutinja szerint élni. A mindennapi életben szülei segítségével egyre jobban eligazodik, de legszívesebben az érdeklődése mentén tölti el a szabadidejét. Sok mindent gyűjt, rendszerez. Munkatempója kissé lassú, de nagyon pontosan tud dolgozni. A pénz nem különösebben érdekli: még otthon él a szüleivel, rendkívül kevés kiadása van. Nagyon szeret dolgozni, mert sikeres a munkájában, és büszke arra, mennyire hasznos az, amit végez.*

Mivel az autizmus spektruma igen széles, lesznek olyan, az autizmusban jobban érintett, esetleg társuló fogyatékossgal élő felnőttek is, akik nagyon sok segítséggel élik a mindennapjaikat, és szükségük van közvetlen, konkrét és gyakori pozitív megerősítésre.

#### *Linda*

*Linda 24 éves, nem beszélő lány, aki támogatott lakhatásban él. Minden délelőtt elmegy dolgozni egy védett munkahelyre, ahol egyedi kézműves termékek készülnek. Linda gyakran elkalandozik, kilép a helyzetből, de ha a segítők – amennyiben a feladatát elvégzi – általa kedvelt tevékenységet helyeznek kilátásba (pl. hintázást a kertben), vagy színes újságokat ígérnek jutalmul, sokkal szívesebben dolgozik.*

### **Az autizmus-specifikus beavatkozás egyik kulcsfogalma: a szenzoros védelem**

A szenzoros reakciók személyre szabott feltérképezése és az egyén számára zavaró, megterhelő szenzoros ingerekkel szembeni védelem az átmenet tervezésénél is valamennyi szintéren nélkülözhetetlen. Bármelyik érzékszervi modalitásban túlérzékeny fiatal támogatnunk kell abban, hogy jelezze, amennyiben megterhelőek számára a környezet ingerei, hogy nyugodt, csendes, zavaró tényezőktől mentes pihenőhelyet biztosíthassunk számára. Az is megszervezhető, hogy az autista személy a számára szenzorosan túlterhelő környezetet elkerülhesse, és ilyen helyzetben ne vagy csak az idő egy részében vegyen részt a tevékenységben. Szintén segíthet, ha elérhetővé tesszük a segédeszközök alkalmazását (pl. fülvédő zajos munkakörnyezetben).

A szenzoros ingerek iránt túlzottan érdeklődő fiatal esetében azzal segíthetünk, ha balesetmentes körülmények között lehetővé tesszük az örömforrást jelentő szenzoros élmények elérését. Munka és tanulás közben, valamint közösségi programok alkalmával küszöböljük ki azokat, segítve ezzel a sikeres részvételt és koncentrációt.

### **Struktúra és vizuális segítség, kiszámíthatóság a rugalmas viselkedésszervezés támogatása érdekében**

Az az autizmus spektrumán az egyénre szabott strukturált környezet alkalmazásának előnyeit számos kutatás igazolta már. A strukturált környezet bejósolhatóbbá, kiszámíthatóbbá, érthetőbbé és ezzel érzelmileg biztonságosabbá teszi a környező világot. A struktúra elősegíti az önállóságot és az autonómiát, valamint lehetővé teszi a tevékenységrepertoár bővülését, a rugalmasabb alkalmazkodást, csökkenti a változással kapcsolatos stresszt és szorongást (Peeters, 1997; Mesibov&Shea&Schopler, 2008; ESZK, 2017).

A strukturált környezet magában foglalja a tér strukturálását oly módon, hogy az egyes terek funkcióját az elrendezés, a bútorzat és a tárgyak látható módon világossá teszik. Hasznos a helyiségek, tárolók felcímkézése. A struktúra kialakítása vonatkozik az időre, a tevékenységekre, beleértve a társas helyzeteket is.

*Az önállóságot és rugalmasságot támogató eszközök:*

- egyénre szabott vizuális napirend, heti rend,
- önállóságot, önkiszolgálást segítő vizuális forgatókönyv, videómodell,
- társas viselkedést támogató vizuális forgatókönyv, videómodell,
- különböző, az idő múlását vizuálisan vagy hangjelzéssel konkréttá tevő időmérő eszköz (pl. time timer)<sup>4</sup>.

*A társas megértést és kommunikációt támogató módszerek, eszközök*

A társas tudást és megértést sokféle viselkedéses és kognitív-viselkedéses módszerrel egyénre szabottan támogathatjuk, melyek lényege a társas tudás direkt, explicit tanítása, az interakciók és a társas élet láthatatlan szabályainak világossá és érthetővé tétele. Az autizmusban az érzelmek, az énkép, az önismeret fejlesztése, a társas helyzetek megértésének és a különböző interakciókban való megfelelő részvétel támogatása egyaránt kulcsfontosságú.

A hazai gyakorlatban is elterjedt, egyéni és csoportos helyzetben is alkalmazható módszerek köre egyre bővül. Az alábbiakban néhányat említünk a legismertebb módszerek és eszközök közül:

- Az önismeret és a társas kapcsolatok megértésének fejlesztésében többek között nagyon hasznos az **Én-könyv**, a **Napló** és a **szociális körök** alkalmazása.

<sup>4</sup> Részletes leírás és magyarázat a vizuális segítségekről: DATA Felhasználói tananyag a DATA applikáció alkalmazásához 2. modul Autizmusspecifikus módszertan és vizuális támogatások  
<http://aosz.hu/wp-content/uploads/2020/03/Seg%C3%A9dlet-a-vizu%C3%A1lis-t%C3%A1mogat%C3%A1sok-meg%C3%A9rt%C3%A9s%C3%A9hez-alkalmaz%C3%A1s%C3%A1hoz.pdf>

- A **Szociális Történet** (Gray, 1998) szigorúan kidolgozott módszertan alapján készülő, egyénre szabott, rövid történet, mely az autizmussal élő személy számára leír egy helyzetet, fogalmat vagy szociális készséget. A módszer célja a szociális megértés fejlesztése és az egyes helyzetekben való megfelelő viselkedés támogatása.
- A **videómodellálás** segítségével új készségeket és viselkedést taníthatunk úgy, hogy az egyénre szabott forgatókönyv alapján videóra veszünk egy modellszemélyt, amint megvalósít egy célviselkedést. A videómodell kiemeli a releváns környezeti, szociális ingereket, valamint kiszámítható, bejósolható, könnyen elkészíthető és egyénre szabható (Havasi et al 2018).
- Az elmeolvasás fejlesztésének gyakorlati módszertana jól kidolgozott, a „**Miként tanítsuk az elme olvasását autizmussal élő gyermekeknek**” című **kézikönyv** (Howlin, Baron-Cohen, Hadwin, 2007) kiváló alapul szolgál az egyéni felméréshez és támogatáshoz.
- A **Csodálatos 5 Pontos Skála** (Buron&Curtis, 2016) a társas viselkedés és az önkontroll összefüggésének tudatosítására szolgáló módszertan, mely szociális és emocionális fogalmak különféle mérőskáláival segíti az adaptív viselkedést.
- Az **Ö.T.V.E.N. Önismeret Társas Viselkedés és Egészségnevelés – Oktatási program** (Speirs, 2014) számos, a társas megértés szempontjából kulcsfontosságú témához kínál kidolgozott, strukturált tananyagot.
- A **kortárs segítői programok** iskoláskortól felnőttkorig biztosítják azt a közeget, mely a nélkülözhetetlen kortárs tapasztalatokat nyújthatja.
- A **szociális készségfejlesztő csoportok** sokféle fókusszal és intenzitással, bármely életkorban szervezhetők. A szociális készségfejlesztő csoportok leggyakrabban a következő készségek fejlődését célozzák: perspektívaváltás, társalgási készségek, baráti kapcsolat kialakításának készségei, problémamegoldás, szociális kompetencia és érzelem felismerés-kifejezés. Hazai fejlesztésű program a *Babzsák Fejlesztő Program*, melynek alkalmazása széles körben elterjedt (Havasi et al 2018).

*A munkatársak, családtagok és támogató szakemberek kommunikációs stílusa, a vizualitás szerepe a kölcsönös megértés során:*

- Az autizmussal élő emberek gyakran szó szerint értik a közölt tartalmat, ezért lényeges, hogy a velük kapcsolatban lévő személyek pontosan és konkrétan fogalmazzák meg a mondandójukat.
- Érdeemes kerülni a kétértelmű, szarkasztikus és ironikus megfogalmazást, kivéve, ha a környezet meggyőződött arról, hogy azok nem okoznak megértési nehézséget.
- A szokásosnál több időt kell hagyni a hallottak feldolgozására, mert az autizmusban a szóbeli információ feldolgozása gyakran lassabb a szokásosnál.
- Érdeemes meggyőződni arról, hogy a fiatal valóban a beszélőpartner szándéka szerint értette a vele közölteket.
- A legfontosabb tudnivalókat vizuálisan, tehát írásban, ábrán/képen is érdemes rögzíteni, támaszkodva arra, hogy az autizmusban a látható és nem tűnékeny információk feldolgozása általában az erősségek közé tartozik.

- Digitális eszközök és alkalmazások az egyénre szabott támogatás során: számos applikáció érhető el az egyénre szabott vizuális támogatáshoz, melyek tableten, okostelefonon futhatnak. Előnyük lehet többek közt, hogy bármely környezetben alkalmazhatók, segítségükkel az autizmus-specifikus támogatás 24 órára, a személy életének valamennyi színterére kiterjeszhető. Tartalmukat tekintve egyaránt segítséget nyújthatnak a kommunikáció értése, a kifejező kommunikáció, a szociális készségek, az önállóság, a munkavégzés és a tanulás támogatásához (Havasi&Csákvári&Kanizsai-Nagy, 2019).

## Együttműködés a szülőkkel

A szülőkkel való együttműködés és a partneri viszony bármely élepszakaszban az autizmus-specifikus ellátás egyik központi alapelve (Mesibov&Shea&Schopler, 2008). Az átmenet tervezése és kivitelezése során szintén kulcsfontosságú a szülők bevonása. A szülők gyermekük jövőjével kapcsolatos elképzelései, valamint az, ahogyan a fiatal képességeit és fejlődését látják, egyaránt meghatározók, ezért a szakembereknek mindent meg kell tenniük, hogy folyamatos és hatékony együttműködést alakítsanak ki a családdal.

Előfordulhat, hogy a jövővel kapcsolatos tervek nem teljes mértékben reálisak, vagy a fiatal képességeinek alá-, illetve túlbecsülése miatt, vagy például a folyamat kezdetén még nem áll rendelkezésre megfelelő információ a lehetőségekről. A szülők aktív részvétele a lehetőségek mérlegelésében, valamint a felmérésekbe való lehető legteljesebb bevonásuk segíthet a reális és mindenki számára megnyugtató terv kialakításában. Ugyanakkor figyelni kell arra, hogy az átmenet tervezésének legfontosabb szereplője maga a fiatal, tehát elsősorban a vágyain, elképzeléseiben és erősségeiben kell, hogy alapuljon.

A szülők fő feladatai az átmenet tervezésében és kivitelezésében a következők:

- Ők a fiatal legfőbb támogatói a folyamat során.
- Mivel ők ismerik leginkább a fiatalt, egyedi, csak általuk ismert információt nyújtanak a felmérések során.
- Őrködnek afelett, hogy az átmenetet támogató terv a gyermekükre megfelelően szabott, praktikus és megvalósítható legyen.
- Követik a terv megvalósulását, rendszeresen kommunikálnak a fiatallal és a team többi tagjával annak érdekében, hogy a szükséges lépések megvalósuljanak.
- Támogatják a fiatalt az önállóságában, döntései meghozatalában és önmaga megfelelő képviselésében.
- Megtervezik gyermekük jövőjének pénzügyi kereteit és a szükséges szakmai támogatást (OAR Guide, 2006).

Annak érdekében, hogy a szülők minél inkább kompetensnek érezhessék magukat ebben a stresszes és sokféle problémát felvető élepszakaszban, nagyon hasznosak azok az útmutatók, melyek konkrét ajánlásokkal segítik a felkészülést.

Az alábbiakban olyan útmutató részlete olvasható, mely világosan kijelöli, mely kulcsterületek támogatása elengedhetetlen a felnőttkori önállósághoz.



## Az Autism Speaks ajánlása szülők számára – az önálló életvitel megalapozásának 10 jelentős lépése a gyakorlatban

### 1. A kifejező kommunikáció fejlesztése

A fiatal akár beszél, akár nem, nagyon lényeges, hogy képessé váljon a szándékai és az érzései kifejezésére. A nem vagy alig beszélő fiataloknál érdemes megfontolni az alternatív-augmentatív kommunikációs rendszer egyénre szabott bevezetését.

### 2. Vizuális támogatás önálló használatának kialakítása

A különböző vizuális támogatások egyénre szabott alkalmazása segít a tevékenységek önálló, sikeres elvégzésében, a rugalmas tevékenységváltásban és az újdonságokra való felkészülésben.

### 3. Önállósági és önápolási készségek fejlesztése

Az egyszerűbb (pl. fogmosás, fésülködés) és bonyolultabb (pl. takarítás, ügyintézés) önellátó készségek a felnőttkori önállóság szempontjából alapvetően hangsúlyosak, ezért fontos a lehető legkorábban beépíteni azokat a napi rutinba.

### 4. Megtanulni szünetet kérni

Kulcskészség, hogy a fiatal megtanulja szóban vagy alternatív-augmentatív eszköz segítségével közölni a szünet iránti igényét. Ha megfelelően jelezni tudja, hogy pihenésre van szüksége, és az elvonulás lehetőségét biztosítják számára, könnyebben visszanyerheti az egyensúlyát szenzorosan túlterhelt vagy stresszes állapotából.

### 5. Házimunka

A felnőttkori önállóság szempontjából a különféle házimunkákban való részvétel is meghatározó, ezért a fiatalot fokozatosan érdemes minél több ilyen jellegű tevékenységbe bevonni. Az összetettebb folyamatot lépésekre bontva könnyebb megtanulni, illetve csak egy részével is megbízhatjuk a fiatalot (pl. zöldséget hámozzon a leveshez).

### 6. Pénzhasználat

A felnőttkori önálló pénzhasználat elsajátításához sokféle ismeret kapcsolódik: többek között a pénz fogalmának, használatának megértése, a különböző pénzermék és bankjegyek megkülönböztetése, értékük ismerete, a bankkártya biztonságos használata, tájékozottság az árak tekintetében, gazdálkodás a jövedelemmel. Lényeges, hogy a fiatal az online és a valódi bevásárlások során lépésről lépésre értse meg a pénzhasználat lényegét.

### 7. Személyes biztonság a közlekedésben

Az önálló, biztonságos gyalogos és tömegközlekedés szintén alapvető felnőttkori készség, melyhez megfelelő tájékozódási képességek, a veszélyes helyzetek felismerése és elkerülése, a gyalogos és tömegközlekedés szabályainak ismerete, betartása szükséges. Az egyik legnehezebb kérdés a közlekedésben való önálló részvétel során, hogy a fiatal váratlan helyzetben képes lesz-e megfelelően reagálni és rugalmasan alkalmazkodni. (pl. segítséget tud-e kérni, ha eltéved, képes-e alternatív útvonalat tervezni, ha megszűnt a szokásos buszjárat stb.) Annak érdekében, hogy növeljék a fiatal biztonságát, sok család alkalmazza az ún. Autizmus kártyát. A kártya

segítségével igazolni tudják az állapotukat, és feltüntethető a vészhelyzet esetén értesítendő személy neve és elérhetősége.

#### 8. Szabadidős készségek fejlesztése

A szabadidő megszervezése, hasznos és élvezetes eltöltése szintén tanítandó kulcskészség. Az autizmus egyik jellemzője a szűk körű érdeklődés és tevékenykedés, mely gyakran meghatározza a szabadidő eltöltését. Mint annyi más dolog az autizmus spektrumán, a szabadidő eltöltése is kétarcú jelenség. A saját érdeklődési körben való elmélyedés megalapozhatja a későbbi munkavállalást: a választott kedvtelés erős motivációt és inspirációt nyújt. A stressz leküzdéséhez, a megnyugváshoz szintén remek stratégia, ha a fiatal az általa kedvelt tevékenységgel foglalja el magát. A speciális érdeklődési kör azonban bizonyos kockázatot is rejthet magában: a saját választás sokszor annyira kizárólagos, hogy az új dolgok kipróbálását a fiatal meg sem kíséri. A játék és a tanulás így nagyon nehezített, legtöbbször csak a család és a szakemberek aktív beavatkozásával bővülnek a tevékenységek.

#### 9. Serdülőkori önápolás

A kamaszkorral megnő az önápolás jelentősége, és olyan új tevékenységek elsajátítására van szükség, mint például fiúknál a borotválkozás, lányoknál a menstruációs higiénia, illetve a felnőttkorhoz közeledve az öltözködés, a megfelelő megjelenés (pl. munkahelyen, otthon) szintén egyre nagyobb jelentőségű.

#### 10. Munkakészségek

A serdülőkortól kezdve érdemes egyre intenzívebben foglalkozni a felnőttkori munka tervezésével és a munkavégzéshez szükséges készségek fejlesztésével (Autism Speaks, 2014).

### Az átmenet folyamata

A felnőttkori átmenet tervezése az egyes országokban különböző jogszabályi és szervezeti keretek közt zajlik. Például az USA-ban 1990 óta az IDEA 2004 (oktatási törvény) alapján<sup>5</sup> 16 éves kortól az Egyéni Fejlesztési Terv kötelező része.

Az átmenettervezés fő területei:

- munkakészségek,
- önállóság,
- közösségben való részvétel,
- felnőttkorhoz kapcsolódó ellátások megtervezése.

A tervnek konkrét, mérhető, elérhető, időhatáros célokat kell kijelölnie a fiatal erősségei, szükségletei, érdeklődése és preferenciái mentén (Taylor&Seltzer, 2011).

Az átmenet tervezése ideális esetben már 12-13 éves korban elkezdődik. Hosszú folyamatról van szó, mely számos partner együttműködését kívánja meg. A tervezést időben, legalább

<sup>5</sup> Az átmenet támogatása a hazai ellátórendszerben jelenleg nincsen szabályozva.

egy-két évvel a váltás előtt érdemes elkezdni, először is a lehetőségek lehető legteljesebb feltárásával.

Lényeges, hogy a tervezés a folyamatban résztvevő valamennyi partner bevonásával történjen, a személyközpontú tervezés elvei szerint beleértve az autizmussal élő személyt is. A tervezés koordinálását, a folyamat állandó monitorozását végző szakember kijelölése szintén meghatározó. Az átmenet tervezésében a következő szereplők bevonása mindenképpen elengedhetetlen: az autizmussal élő fiatal, a szülők, az ellátó szakemberek és a fogadóhely közösségei.

### **Az átmenettervezés lépései**

*Információgyűjtés, felmérés:* a motivációs bázis, erősségek, szenzoros profil, kognitív, szociális-kommunikációs készségek, viselkedés és fizikai képességek, támogatási szükséglet meghatározása. Az információgyűjtés formális és informális módszerekkel egyaránt történhet, de fontos, hogy a felmérést autizmus területén képzett szakember koordinálja, és autizmus-specifikus felmérést alkalmazzanak. Alapelv, hogy a felmérést többféle környezetben és mindennapi élethelyzetben is el kell végezni.

*A célok azonosítása:* a felmérés és a team döntése alapján a hosszú távú célok kijelölése (pl. a fiatal lakjon a saját garzonjában), majd olyan konkrét, mérhető és elérhető rövid távú célok meghatározása, melyek a hosszú távúak eléréséhez szükségesek.

*Az átmenetben résztvevő team létrehozása:* a koordinálást végző szakember és a tagok kiválasztása (autizmussal élő fiatal, szülők, ellátó szakemberek, majd a team később kibővül a fogadóhely által delegált személlyel), a működés céljának, feladatának és szervezési keretének meghatározása.

*A lehetséges befogadó helyek feltérképezése:* a megfelelő intézménytípus kiválasztása, intézménylista készítése, tájékozódás arról, hogy van-e hely, felvétel (akár oktatási intézménybe való felvétel, akár munkahely megszerzése vagy lakhatás a cél). Az elérhetőség mérlegelése (pl. utazás, költségek). A fiatal vágyai, erősségei, képességprofilja mentén a lista szűkítése, a fogadóhely kiválasztása.

*A fogadóhely bevonása:* a fogadóhely meglátogatása, a tárgyi és személyi környezet, a fiatallal kapcsolatos elvárások és a lehetőségek megismerése, kontakt személy bevonása, a kapcsolattartás tartalmának, gyakoriságának közös megtervezése.

*A környezet adaptálásának és a szükséges szakmai támogatás megtervezése:* a fizikai környezet adaptálása, pl. a térstruktúra és a bútorzat elrendezésének kialakítása, a szenzoros védelem megtervezése, az önállóságot segítő vizuális stratégiák kialakítása.

*A társas közeg felkészítése:* informálás, javaslat a hatékony, érthető kommunikációra, a zaklatás, bántalmazás megelőzésére. A beilleszkedés során, majd ezt követően is meg kell tervezni a szülőktől, szakemberektől, munkatársaktól és kortársaktól megkapható támogatásokat.

*A kulcsfontosságú, elsajátítandó készségek, viselkedés tanulása, általánosítása:* a társas viselkedés, a kommunikáció értése és használata, önállóság, munkakészségek, munkaviselkedés, a szabadidő eltöltéséhez szükséges készségek, viselkedés körének meghatározása.

*Az átmenet folyamatának megtervezése és kivitelezése:* a team koordinátora segítségével ütemterv készítése az átmenet kivitelezéséhez. Az ütemtervben a célok, feladatok, erőforrások, felelősök és résztvevők jól követhetően szerepelnek.

*Utánkövetés:* az új környezetben nyújtott támogatás fokozatos visszavonása. A team a beilleszkedés sikerességét a tervben meghatározott módon időről időre monitorozza.

*Az Átmeneti Terv tartalmi elemei a következők:*

- a fiatal felmérésének eredményei (szükségletek, igények, képességek)
- oktatási, lakhatási, foglalkoztatási igények
- a cél elérésének lépései
- a cél elérése érdekében felhasználandó módszerek és eszközök
- a célhoz vezető meglévő képességek, tapasztalatok azonosítása
- a szükséges, megszerzendő képességek, készségek felsorolása
- a cél elérése érdekében igénybe veendő személyek, támogatók és szolgáltatók
- az alábbi logisztikai információk meghatározása:
  - időbeli tervezés
  - egyes eredményekért felelős személyek
  - koordinációs folyamat
  - igénybe veendő szolgáltatók
  - finanszírozási feltételek
  - monitorozás módja és az éves felülvizsgálat pontos ideje

(Gallai és mtsai, 2010)

Az 3. sz. mellékletben egy fiatal esetének rövid összefoglalásával illusztráljuk az átmenet folyamatát. Az esetleírás meglehetősen ideális helyzetet ábrázol, de valós történeten alapul. Annak ellenére, hogy tisztában vagyunk az ellátórendszer súlyos mennyiségi és minőségi hiányosságaival, fontos kiemelni, hogy vannak már működő jó gyakorlatok.

### **Hivatkozások**

Anderson, K.A, Sosnowy C., PhD, Kuo, A. & Shattuck, P.T. (2018) Transition of Individuals With Autism to Adulthood: *A Review of Qualitative Studies Pediatrics April 2018, 141 (Supplement 4) S318-S327*; DOI: <https://doi.org/10.1542/peds.2016-4300>

Transitioning Toolkit (2014) Autism Speaks. *New York*

Butterworth, J. et al (2010) Services And Outcomes For Transition Age Young Adults With Autism Spectrum Disorders: *Secondary Analysis Of The Nlts2 And Rsa 911 Final Report*

Dunn Buron, K. & Curtis, M. (2016) A csodálatos 5-pontos skála - A társas viselkedés és az önkontroll összefüggésének tudatosítása a nevelésben-gyerekek, serdülők és felnőttek számára. *Budapest. Geobook Kiadó*

Chiang, H., Cheung, Y.K., Li, H. *et al.* (2013) Factors Associated with Participation in Employment for High School Leavers with Autism. *J Autism Dev Disord* 43, 1832–1842 (2013). <https://doi.org/10.1007/s10803-012-1734-2>

Egészségügyi Szakmai Kollégium (ESZK) (2017). Egészségügyi szakmai irányelv – Az Autizmusról/Autizmus spektrum zavarokról. Budapest: Emberi Erőforrások Minisztériuma Egészségügyért Felelős Államtitkárság. <https://kollegium.aeek.hu/Download/Download/2270>

Gallai, M., Gazsi, A., Farkas, E., Lehner, T. & Őszi, Tné (2010) Az autizmus spektrum zavarokban érintett személyek életútját kísérő dokumentációs rendszer modellje. *FSZK. Autizmus Stratégiai Munkacsoport*

Gazsi, A. Dr. (2019) Felnőtt autista emberek döntéshozatala (in Autizmus és öregedés – The National Autistic Society. magyar nyelvű kiadvány. NFSZK, 2020)

Gray, c. (1998) The Advanced Social Story Workbook. *The Morning News, Vol. 10. Number*

Havasi, Á., Csákvári, J. & Kanizsai-Nagy, I. (2019) Eligazodás az appok közt. in: Győri, M. & Billédi, K. (szerk). *Atipikus diákok, segítő appok, tudományos evidenciák*. ELTE, Eötvös Kiadó

Havasi, Á. & Őszi, Tné (2015). Babzsák Fejlesztő Program – Felmérési és tervezési kézikönyv autizmus-specifikus kiscsoportos szociális-kommunikációs fejlesztő foglalkozáshoz. *Educatio*

Havasi Ágnes, Szivós Zsanett, Mészáros Anna, Fábrián Anna, Rózsás-Solymosi Eszter (2018): Úgy csináltam, ahogy a fiú a videón – videómodellálás a gyakorlatban. *GYOSZE különszám (p.241-254)*

Havasi Ágnes, Őszi Tamásné, Ábrahám András, Balázs Anna (2018) Autizmussal élő gyermekek kiscsoportos szociokommunikációs fejlesztése – egy hazai fejlesztésű program eredményességének vizsgálata. *GYOSZE különszám (p.169-184)*

Howlin, P. (2001) Autizmus – Felkészülés a felnőttkorra. Kapocs Könyvkiadó, Budapest

Howlin, P., Baron-Cohen, S. & Hadwin, J. (2007) Miként tanítsuk az elme olvasását autizmussal élő gyermekeknek? *Kapocs, Budapest*

Jásper, É., Kanizsai Nagy, I. (2011) Autizmus Specifikus Támogatott Foglalkoztatás. *Fogyatékos Személyek Esélyegyenlőségéért Közalapítvány, Budapest*

Kuhlthau, K. A. (2015) Pediatric provider's perspectives on the transition to adult health care for youth with autism spectrum disorder: Current strategies and promising new directions. *Autism Volume: 19 issue: 3, page(s): 262-271*

Mesibov, G. B., Shea, V., Schopler, E. (2008). Az autizmus spektrum zavarok TEACCH szemléletű megközelítése. *Kapocs Kiadó, Budapest*

Peeters, T. (1997) Autizmus - az elmélettől a gyakorlatig. *Kapocs, Budapest*

Schall, C., Wehman, P., McDonough, J.L. (2012) Transition from School to Work for Students with Autism Spectrum Disorders: Understanding the Process and Achieving Better Outcomes. in: *Pediatric Clinics 2012 February Vol. 59 (1)*, pp 189–202

Shattuck, P.T. *et al* (2012) Postsecondary Education And Employment Among Youth With An Autism Spectrum Disorder In: *Pediatrics 2012 June; 129(6): 1042–1049. Doi: 10.1542/Peds.2011-2864*

Szabó, A. Zs. & Stefanik, K. (2018) Autizmus és szexualitás – a feltáró kutatásoktól a szexuális nevelés felé. *GYOSZE 2018/3*

Taylor, J. L., & Seltzer, M. M. (2011). Employment and post-secondary educational activities for young adults with Autism spectrum disorders during the transition to adulthood. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 41, 556–574

Taylor, J. L., & Seltzer, M. M. (2013): Transition to Adulthood in: Volkmar, F. R. ed. *Encyclopedia of Autism Spectrum Disorders* pp.68-72 Springer, New York

Organization for Autism Research (OAR) (2006) Life Journey Through Autism: A Guide for Transition to Adulthood

Volkmar F.R., Wiesner L.A.: (2013) Az autizmus kézikönyve – amit minden szülőnek, családtagnak és tanárnak tudnia kell. AOSZ, Geobook, Budapest

Wisner-Carlson, R. Uram, S. & Flis, T. (2020) The Transition to Adulthood for Young People with Autism Spectrum Disorder in: *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America* Vol. 29, Issue 2, April 2020, Pages 345-358

## IV. A felnőttkori átmenet lehetséges színterei, élethelyzetek, megoldások

### Az átmenet lehetséges színterei

Az autizmussal élő emberek tanulmányaik végeztével különböző szintereken folytathatják felnőtt életüket. Ezek a következők:

- otthon,
- nappali ellátást nyújtó intézmény,
- bentlakásos szociális intézmény,
- támogatott lakhatás,
- felsőoktatási intézmény, kollégium,
- munkahely (ennek több különböző lehetséges módja van).

Akármelyik élethelyzet vár is az érintett fiatalra, mindenképpen szüksége lesz új készségek mozgósítására. A felnőtt élet kihívásokkal jár több területen: felsőfokú oktatás, munka, közösségi élet és integráció, önállóság, függetlenség. Ezek a területek kulcsfontosságúak a sikeres átmenet szempontjából, meghatározzák a szükséges szolgáltatásokat és beavatkozásokat (Hendricks&Wechman, 2009). Az átmenet időszaka kritikus periódus az autizmussal élő fiatalok számára, de a családjuknak sem egyszerű, ezért mindenképpen támogatásra van szükségük. Fontos, hogy az érintett fiatalok elérhessék a céljaikat, megvalósíthassák álmaikat, és sikeresen illeszkedjenek be a társadalomba (Thompson és mtsai, 2018).

Napjainkban már egyre több tanulmány foglalkozik ezzel a területtel, melyek bizonyítják, hogy az eredményes, kevés stresszel járó átmenet olyan jól előkészített folyamat, melynek mozgatórugója a több szakterületet magában foglaló team. A tagok között lehetnek speciális pedagógusok, szaktanárok, szülők és a partnerként megjelenő fiatal. A team kidolgozza az átmenetre vonatkozó tervet, hogy minél inkább biztosított legyen a folyamat zökkenőmentessége. A fiatal számos támogatás segíti, azonban ez akkor lehet sikeres, ha ő is bevonódik (Hendricks&Wechman, 2009).

A következőkben a fent vázolt színtereket vizsgáljuk meg az átmenet folyamatának szempontjából. Ez a változás akkor tud viszonylag gördülékenyen megvalósulni, ha nem hirtelen történő váltást kell átélnie a fiatalnak, hanem jól előkészített és menedzselt folyamat részese lehet.

### Otthon

A felsorolás elején az otthonmaradás áll, mivel az érintett emberek jelentős százaléka – az ellátás hiánya vagy annak nem kielégítő mivoltából fakadóan – az iskolai oktatás befejeztével nem vállal munkát, illetve nem végez felsőfokú vagy egyéb tanulmányokat (Howlin, 2001).

Az intézményes keretek megszűnésével ezek a fiatalok jellemzően egyáltalán nem vagy alig szakadnak ki az otthoni környezetből (pl. heti rendszerességgel megtartott klubfoglalkozásra).

A stabil, megszokott rutinjuk megváltozik, az iskolába járás miatt strukturált napok hirtelen eltűnnek, életterületként kizárólag az otthon funkcionál. Gyakori tapasztalat, hogy éppen a magas gondozási igényű, az autizmus mellett súlyos, problémás viselkedéssel küzdő felnőtteket utasítja el az intézményrendszer. A családtagok gyakran magukra maradnak a nehézségeikkel, és a négy fal közé szorulnak.

### *Kálmán*

*Kálmán 19 éves fiatal. Középiskolai tanulmányait befejezte, de felsőoktatásba nem nyert felvételt. Napjait otthon tölti egyedül, jórészt számítógépes játékokkal foglalja el magát. Szintfenntartó tanulásra, házimunkára eddig nem sikerült rávenni. Barátai nincsenek. Magányos, és ettől egyre inkább elkeseredetté válik.*

Annak érdekében, hogy ne a fenti eset valósuljon meg, lehet és kell erőfeszítéseket tenni a változás érdekében. Amikor világossá válik, hogy a fiatal nem kerül más intézménybe, az iskola szakembereinek szorosan együtt kell működniük a családdal. Ebben a helyzetben a családtagok kompetenciaélményének növelése kulcsfontosságú, hiszen az otthoni életvitel kialakításában ők lesznek a fiatal elsődleges támogatói.

Ha időben elindul az átmenet folyamata, az nem csak a fiatal, hanem a szülők számára is előnyös. Az alaposan előkészített és gondosan lebonyolított átmenet során a szülők az új élethelyzetben megkapják a szakszerű támogatást: a szakemberek ugyanúgy segítik őket, mint a fiatalt. Azonban nem mindig ilyen ideális a helyzet, az esetek jelentős részében sokkal kevesebb támogatásban részesülnek a családok, illetve az is gyakori, hogy egyedül maradnak az új élethelyzettel. Fontos, hogy a magukra maradt családok keressék a szakemberek segítségét. Mindenképpen érdemes az Autisták Országos Szövetségéhez fordulni, ahol jogsegélyre és helyi szakmai támogatásra is kaphatnak javaslatot. Emellett érdemes felkeresni a ma már egyre nagyobb számban működő helyi civil szervezeteket.

Mindenesetre ebben a helyzetben a szülőre hárul, hogy végiggondolja azokat a tennivalókat, amelyek könnyebbé teszik a fiatal 24 órás otthonlétét, de természetesen az lenne elfogadható, ha egyetlen családnak sem kellene egyedül megbirkóznia az új élethelyzettel.

Néhány példa a teendőkre (az 1. sz. mellékletben található kérdőív segíthet alaposan végiggondolni a fiatal aktuális készségi szintjét):

- Milyen tevékenységgel lehet jól lekötni a fiatalt?
- Milyen tevékenység elsajátítását kezdheti el a közeljövőben?
- Mi az, ami nagyon zavarja a fiatalt?
- Szükséges-e átrendezni a lakást?
- Milyen anyagi vonzata van a fiatal 24 órás ellátásának?
- Melyik családtag és mikor tudja biztosítani a fiatal felügyeletét, segítségét?
- Van-e lehetőség rendszeres, házon kívüli programra?
- Hogyan tudnak speciális segítséget igénybe venni?
- Mi az, ami megnyugtató lenne a szülők számára?



## A gondosan menedzselte átmenet lépései

### *Információgyűjtés, felmérés*

Első lépésként összegeznünk kell mindazokat az információkat, amelyek a fiatallal kapcsolatban rendelkezésünkre állnak, illetve nélkülözhetetlen az aktuális állapot feltérképezése is, mely során több forrásra támaszkodhatunk: pl. megfigyelések, interjúk, formális felmérések. Mindent összevetve kirajzolódik a fiatal érdeklődési köre, erősségei, a kevésbé jól működő készségei, kognitív profilja, szociális-kommunikációs készségei, motivációs bázisa, illetve a viselkedésének jellegzetességei.

### *A fő cél(ok) meghatározása*

Az általános cél minden esetben, így a napjait otthon töltő fiatal esetében is, bizonyosan érvényes: tartalmas, változatos életvitel kialakítása, a lehető legmagasabb önállósági szint elérése és fenntartása az otthoni környezetben, illetve elérhető terv kialakítása a későbbi életútra. Gyakori cél a családtagok közötti együttműködési és kommunikációs problémák megoldásának támogatása, a család működésének segítése. Ezen kívül meg kell határoznunk az adott fiatal speciális igényeihez illeszkedő, konkrét célokat is.

### *Az átmenetben résztvevő team létrehozása*

Bár a hazai gyakorlatban kevesebb erre a példa, és nincs erre vonatkozóan törvényi szabályozás sem, a sokoldalú megközelítés és a sikeres kísérés érdekében elengedhetetlen a team tagjainak és a teamet koordináló szakembernek a kiválasztása, közös egyeztetése. Ideális esetben a tagok a fiatallal naponta foglalkozó szakemberek, illetve nagy létszámú szakembergárda esetén egy-két fő közülük: lehetőleg azok, akik a legtöbbet foglalkoztak vele, és a legjobban ismerik őt az intézményben. Célszerű, ha a team vezetője az a gyógypedagógus vagy más szakember, aki egyéni keretek között támogatta a fiatalt. Amennyiben mód van rá, a team tagjai a szülők vagy más közeli hozzátartozó, gondviselő és természetesen maga a fiatal. A team a célzott munkát az élethelyzet változása előtt hónappal, ideális esetben legalább egy évvel korábban kell, hogy elkezdje.

### *A fogadóhely bevonása*

Jelen helyzetben az otthon a fogadóhely, ami különleges helyzetet jelenthet, hiszen a „terep” ismerős, a mindennapok helyszíne. Számos szokás, rutin kötődik hozzá, és több ember személyes terét is jelenti, így a külső helyszínhez képest korlátozottabban alakítható. Ez a környezet nagy valószínűséggel már nem teljesen ismeretlen a szakemberek számára, de most új szempontok kerülhetnek előtérbe. Fel kell feltérképezni a kínáló lehetőségeket, például az önkiszolgálással, a házkörüli munkával, a szabadidős tevékenységekkel kapcsolatban. Fontos közösen áttekinteni a fizikai és a személyi környezetet, végiggondolni, hogy miként alakítható ki a felnőttkorhoz illeszkedő saját szoba vagy lakrész. A korábbi otthoni gyakorlat, szokások vagy például az otthon használatos autizmus-specifikus eszközök számbavétele sok információt nyújthat a további tervezéshez. Előfordulhat, hogy otthon korábban nem használtak autizmus-specifikus támogatást, ezért azok igénybe vételének célját, előnyeit és a használat módját a családtagokkal meg kell ismertetni.

### *A környezet adaptálásának és a szükséges szakmai támogatás megtervezése*

Ahhoz, hogy a fiatal a 24 órás otthon tartózkodása minél kevesebb feszültséggel járjon, nagy valószínűséggel szükség lehet az otthoni környezet bizonyos fokú átstrukturálására. Előfordulhat, hogy a szakemberek javasolják a lakás vagy bizonyos részeinek az átrendezését, a használati tárgyak kézenfekvőbb elhelyezését, a vizuális támpontok helyének megváltoztatását, illetve újak bevezetését. Ehhez a team minden tagjának alaposan meg kell ismernie a fiatal otthonát, számba vennie a család szokásait és az egyes tagok elvárásait a többiek felé. Kulcsfontosságú a szülők és családtagok felkészítése az új élethelyzetre, például a kihívást jelentő viselkedés megelőzésére és kezelésére, valamint a pozitív, konfliktusok elkerülését elősegítő kommunikációs lehetőségekre. Kiemelten kell hangsúlyoznunk, hogy a szakemberek ilyenkor rendkívül érzékeny „terepen” dolgoznak. A család személyes környezetének módosítására tesznek esetleg javaslatot, ezért még nagyobb a jelentősége valamennyi résztvevő tapintattal és empátiával történő bevonásának.

### *A kulcsfontosságú, tanítandó készségek, viselkedés tanulása, általánosítása*

A team feladata, hogy számba vegye azokat a lehetőségeket, tevékenységeket, amelyeket otthon végezhet majd a fiatal. Nagy valószínűséggel van olyan házimunka és önellátással kapcsolatos tevékenység, amelyet már ismer és végez a fiatal, illetve akadhat olyan is, amely eddig csak iskolai környezetben szerepelt a teendők között. A teamnek fel kell mérnie, hogy ezen túlmenően milyen további tevékenység elsajátíttatása célszerű. Az iskolai környezetben megismert tevékenységeket a fiatal nagy valószínűséggel nem tudja otthon gyakorolni, ezért meg kell tervezni e készségek általánosításának folyamatát. Rendkívül lényeges, hogy a vizuális támpontok a fiatal otthoni környezetben is segítsék. Az átmenetet támogatja, ha a fiatal még az iskolaidőben megismeri azokat a családi szokásokat, rendszeres vagy váratlan történéseket, amelyek iskolaidőben, otthon zajlanak (pl. délelőttönként átjön kávézni a szomszéd, olykor becsenget a postás). Az otthoni környezetben élő fiatalok esetében nagyobb a veszélye a szociális izolációnak, ezért kiemelt jelentősége van a családon kívüli társas helyzetek bővítésének. Fel kell térképezni, hogy milyen házon kívüli lehetőségek adódnak, amelyek a rendszeres kimozdulást támogatják, és színesebbé tehetik a mindennapokat (pl. rajzsakkör). Ezekre a programokra fokozatosan kell ráhangolódni, az adott helyzethez illő szociális-kommunikációs készségeket mozgósítani, emellett a „fogadóhely” alapos felkészítése is indokolt.

A házon kívüli programok egyik kulcsfontosságú feltétele a biztonság. Mérlegelni kell, hogy a fiatal képes-e biztonságos önálló közlekedésre, vásárlásra, sétálásra, sportolásra, vagy mindez felügyelettel, kísérettel valósulhat csak meg.

A függetlenség növelése érdekében a következő kulcskészségek megerősítése szükséges:

- idegenekkel kapcsolatos megfelelő viselkedés,
- annak felismerése, hogy kitől várhat a személy segítséget, ha váratlan helyzet adódik,
- segítségkérés,
- teendők eltévedés esetén,
- személyes adatok ismerete, szükség esetén közlése,
- mobiltelefon használata,

- privat és nyilvános helyek felismerése,
- lakókörnyezet ismerete (Autism Speaks, 2014).

### *Az átmenet folyamatának megtervezése és kivitelezése*

Annak érdekében, hogy a folyamat lehetőleg zavartalanul bonyolódjon le, illetve a team minden tagja számára egységesen követhető legyen, egyéni igényekre szabott Átmeneti Terv készítésére van szükség, melyet a team koordinátora állít össze a rendelkezésre álló információk alapján. Az Átmeneti Terv tartalmazza azokat az erősségeket, amelyekre támaszkodni lehet, azokat a területeket, amelyeket megerősíteni kell, az elérendő rövid és hosszabb távú célokat, ezek eléréséhez szükséges, megvalósítandó feladatokat, amelyek kivitelezéséért egy-egy nevesített teamtag a felelős. Emellett tartalmazza a résztvevők névsorát, illetve az anyagi és emberi erőforrásokat (lásd még „Az átmenet folyamata” fejezetrészt). Megtervezik azt is, hogyan követik a fiatal boldogulását otthoni körülmények között. A személyes Átmeneti Tervben mindig az adott fiatal szükségletei szerint megfogalmazott célok szerepelnek. A korábban említett általános szempontokon túl az otthoni élethez készített Átmeneti Terv tartalmazhatja például:

- egy átlagos nap napirendjét,
- a támogatandó önkiszolgálási készségeket (pl. saját ruházat rendben tartása),
- megtanulandó házimunkákat (pl. mosógép használata),
- szabadidős tevékenységek bővítésének lehetőségeit (pl. új társasjáték megtanulása),
- annak feltérképezését, milyen házon kívüli programokra van lehetőség, és azokon hogyan, milyen feltételek között tud a fiatal részt venni,
- milyen anyagi vonzata van egy saját lakótér kialakításának.

### *Mária*

*Mária a tanulmányai befejeztével otthon éli napjait. Erre a második félév elején kezdték el felkészíteni a szakemberek. Megtanult két új házimunkát, bővült a szabadidős tevékenységek listája. Új viselkedési formákat, a köszönés újabb módzatait, a bemutatkozás szabályait sajátította el. Otthon naponta 2-3 órát tölt változatos házimunkával, kézimunkázik, tv-t néz, olvasgat, sportol is egy keveset. Heti rendszerességgel eljár egy horgoló körbe, illetve varrótanfolyamra. A napok és a hetek struktúráját képes-szóképes napirend támogatja. Mária a következő nap részletes programját, tevékenységeit előző este állítja össze az édesanyjával együtt. Napjai többnyire feszültségmentesen telnek.*

Az ilyen harmonikus családi légkörben is célszerű azonban számolni azzal, hogy a körülmények és/vagy az igények megváltozhatnak, és az érintett családtagnak valamilyen otthonon kívüli ellátást kell keresni. Az átmenet tervezése erre a helyzetre is érvényes, mivel a gördülékenyebb váltás fokozatosan alakítható ki. Emiatt célszerű nem megvárni valamilyen krízishelyzet kialakulását. Javasolt a folyamatos tájékozódás, a lehetőségek kiterjedő keresése, hogy az érintett fiatalok minél önállóbban és függetlenebbül élhessék az életüket.

## Nappali ellátást nyújtó intézmény

Az iskola végeztével a fiatal nappali ellátást nyújtó intézménybe is kerülhet. Ezek az intézmények strukturált keretet biztosítanak a szolgáltatást igénybe vevőknek. Meghatározott napirend szerint folyik az élet: étkezés, házimunka, kézműves foglalkozás, betanított munka és testedzés teszik változatossá a napot. Az autizmussal élő embereknek nehézséget okozhat, hogy a legtöbb ilyen intézményben nem biztosított az autizmus-specifikus ellátás. A személyi és fizikai környezet adaptálása ebben a vonatkozásban kevésbé valósul meg, és nem elégséges a tudatosan kialakított vizuális támogatás. Például valószínűleg nem használnak személyre szabott napirendet, folyamatábrát, munkarendet és munkaszervezést egyértelművé tevő jelzéseket. Nem jellemző az alternatív-augmentatív kommunikáció alkalmazása sem, ami megnehezíti a kölcsönös megértés biztosítását. Lehet, hogy sok a strukturálatlan idő, és a szabadidő megszervezését a fiatalokra bízzák, emiatt viselkedésproblémák jelenhetnek meg. A csoportban való együttműködés és a rugalmas tevékenységváltás képességét sokszor adottnak veszik, de az autizmussal élő személyek esetében mindez gyakran nem várható el.

### Samu

*Samu napi négy órát tölt egy nappali ellátást nyújtó intézményben. Egyszerű munkatevékenységet végeznek, például világítótestek műanyag tartozékait csomagolják. A munkát bemutatás után végzik. Samu gyakran csomagol egybe a kelletténél több tartozékot. Ilyen esetben a személyzet mérges lesz, ő pedig eldobálja a még be nem csomagolt darabokat, mivel nem érti a segítők reakcióját.*

A fenténél kevesebb frusztrációval járó átmenet megvalósulását a jól menedzselte folyamat biztosíthatja, melynek elengedhetetlen része a fogadóhely megfelelő felkészítése.

## A gondosan menedzselte átmenet lépései

### Információgyűjtés, felmérés

Első lépésként – a korábban ismerttetett források, például megfigyelés, interjú formális felmérő eszközök segítségével – összegeznünk kell mindazokat a múltbéli és jelenlegi információkat, amelyek a fiatallal kapcsolatban rendelkezésre állnak. A felmérések során kiderül,

- hogyan viszonyul a fiatal a változásokhoz,
- hogyan reagál az új személyi és tárgyi környezetre,
- hogyan kommunikál, és mennyire érti a felé irányuló közlést,
- hogyan tud bekapcsolódni csoportos tevékenységbe,
- hogyan tölti el a szabadidejét,
- az önkiszolgálás területén mely készségek alakultak már ki, és melyek szorulnak még fejlesztésre,
- van-e valamilyen szenzoros érzékenysége vagy ingerkereső viselkedése,
- a munkaviselkedése és munkakészségei milyen szinten állnak,
- hogyan tűri és kezeli a stresszel járó helyzeteket,
- mivel motiválható.

A felmérés eredménye támpontot nyújthat ahhoz, hogy milyen profilú szociális intézményt lenne célszerű választani a fiatalnak, feltéve, ha van döntési lehetőség.

### *A fő cél(ok) meghatározása*

Hosszú távú cél minden, ebben a helyzetben lévő fiatal számára, hogy képes legyen elfogadni az új intézményt, az ottani életformát, és be tudjon illeszkedni az új közösségbe.

Ennek megvalósulásához sok kisebb lépés, rövid távú cél elérése szükséges, melyeket a felmérés eredményei alapján határozhatunk meg és alakíthatunk a fiatal speciális igényeihez. Ha hosszabb távú cél például, hogy a nappali intézményben folyó munkába vonjuk be a fiatalot, a rövid távú célok lehetnek többek között az alábbiak:

- megtalálni, milyen munka szerez számára örömet, és mit tud elvégezni,
- tudjon a közös munkaasztalnál dolgozni,
- tudja fogadni a társak közeledését,
- jelezze, ha segítségre van szüksége,
- jelezze, ha szünetre van szüksége,
- elvégezze az előirányzott feladatát.

A példaként felsorolt készségek (és számos egyéb, ami nem jelent meg) az iskolai környezetben akár már gördülékenyen működhetnek, de előfordulhat, hogy a megváltozott körülmények között a fiatalnak újra kell tanulnia.

### *Az átmenetben résztvevő team létrehozása*

Az átmenet folyamatát team támogatja, munkájukat a teamvezető koordinálja, aki lehetőség szerint az a gyógypedagógus, aki egyéni keretek között segíti a fiatalot. A team tagja kell, hogy legyen a nappali ellátást nyújtó intézmény megfelelő szakembere, lehetőség szerint autizmusban jártas és a fiatallal való munkában közvetlenül részt vevő szakember. Természetesen a team tagjai a szülők vagy gondviselő és a fiatal is.

### *A fogadóhely bevonása*

A sikeres átmenet egyik alapja, hogy a team lehetőleg minél előbb megismerkedjen a nappali ellátást nyújtó intézménnyel. Célravezető a nyílt napokon való részvétel, de nagyon fontos, hogy kérjenek egyéb alkalmak során látogatási lehetőséget. A team tagjai megfigyelhetik az intézmény hétköznapijainak minden aspektusát, megismerhetik a helyszínt, az ott folyó tevékenységet, a szakembereket és a leendő társakat. Elengedhetetlen, hogy a teamben közreműködő, a fogadóhelyen dolgozó szakember is felvegye a kapcsolatot az iskolával, mert csak így módon lehet konstruktív részese az átmenet folyamatának. Ezáltal a fiatalot az első látogatásnál ismerős ember fogadhatja, ami jelentősen megkönnyíti a nehéz helyzetet.

### *A szükséges szakmai támogatás és a környezet adaptálásának megtervezése*

A nappali intézményben a különböző helyszínek általában funkció szerint jól elkülönülnek egymástól. Megtalálható a munkaterület és az étkezés helye, a pihenésre szánt helyiség vagy egy helyiségrész. Az autizmussal élő fiatal számára ez mindenképpen jó, de nem elegendő támpont. Szükség lehet például a helyiségek funkció szerinti feliratozására, a munkaeszközök helyének vizuális jelölésére vagy a kész termékek helyének jelzésére, a munka- vagy önellátási folyamatok bemutatására, az adott tevékenységhez (pl. munka, házimunka, önkiszolgálás, szabadidő) tartozó folyamatábrára. Nyitott végű munkában, szabadidős tevékenységben az időmérő eszközök (pl. konyhai vagy vizuális óra) alkalmazása növeli az autista fiatal biztonságát.

Az autizmus-specifikus támogatás lényeges eleme, hogy a fiatal a számára lehető legjobban érthető szociális-kommunikációs közegbe kerüljön. A lényegre törő, konkrét megfogalmazás és vizuálisan megjelenített szabály, elvárás támogatja a megértést. Szükség esetén a kommunikációs eszköz használatát biztosítani és tanítani kell (papír-ceruza, AAK-eszköz), hogy a fiatal biztonságosan megértse magát. Alapvető kompetencia, hogy ki tudja fejezni a szükségleteit (pl. elakadt a munkában, mosdóba szeretne menni). Ha rendelkezésre áll ez a segítség, a fiatal sokkal komfortosabban érzi magát, kevésbé válik feszültté, és kisebb az esély viselkedésproblémák megjelenésére.

(A 3. és a 4. számú mellékletben arra találhatók példák, hogy milyen módon lehet körültekintően informálni az új intézményt az érintett fiatallal kapcsolatban.)

### *A kulcsfontosságú, tanítandó készségek, viselkedés tanulása, általánosítása*

Alapvető célkitűzés, hogy a fiatal minél több olyan tevékenységben részt tudjon venni, amely az adott ellátásban elérhető. Ennek eléréséhez a társas-kommunikáció, szabadidő, önállóság, munkakészségek, munkaviselkedés területén lehet szükség a legfontosabb készségek és viselkedés megtanítására.

Az alábbiakban a teljesség igénye nélkül ezekre a kulcskészségekre sorolunk példákat:

- A fiatalnak meg kell tanulnia jelezni, ha esetleg bántalmazás áldozata lesz.
- Elsajátítandó készség, hogy miként kommunikálhat a támogató szakemberekkel, a technikai dolgozókkal, a társakkal, kivel szemben milyen viselkedés fogadható el.
- A kamaszok, a fiatal felnőttek számára a kortárs kapcsolatok erősítése különösen meghatározó: megfelelő kapcsolatteremtés a társakkal, romantikus kapcsolatok létrejöttéhez nélkülözhetetlen készségek kialakítása és szexuális edukáció, ha ez korábban nem történt meg. A nemkívánatos, stresszt jelző viselkedés hátterében állhat a párkapcsolat, szexualitás megélésének hiánya is.
- Lényeges, hogy azon munkakészségek birtokába jusson a fiatal, amelyek az intézményben az adott munkavégzéshez kellenek. A konkrét munkafolyamat elsajátításához szükséges készségek mellett kiemelendők többek között:
  - a folyamatos munkavégzés,
  - az eszközök megosztása,
  - a segítségkérés,
  - a társak közelségének elviselése,

- a társak munkatempójának követése,
- a veszélyes helyzetek felismerése.

### *Az átmenet folyamatának megtervezése és kivitelezése*

A tervezés értelemszerűen az iskolában kezdődik, az első lépések között szerepel a fogadó intézmény bevonása (lásd korábban).

Az Átmeneti Terv nappali ellátás esetén magában foglalja:

- a fokozatos ismerkedés lépéseit,
- a vizuális támogatás megtervezését,
- a hiányzó vagy kialakulóban lévő munkahelyi készségek és viselkedés előmozdítását,
- szociális-kommunikációs készségek (pl. választás, figyelemfelhívás, segítségkérés, kezdeményezés társ felé) kialakítását, megerősítését.

A terv lényeges része, hogy az új intézményben megtalálják a módját olyan csendes, ingerszegény környezet biztosítására, ahová szükség esetén a fiatal elvonulhat. A tervhez tartozik a mindkét irányú kommunikáció megtervezése is (milyen eszközzel segíthető, hogy lehetőleg zökkenőmentes legyen).

### *Egy példa megfelelően alkalmazott támogatásra*

Egy hazai, jól működő nappali szociális intézményben a fiatalok autizmus-specifikus módon kialakított környezetben élik az életüket: az adott helyiségeknek jól meghatározott, különböző funkciójuk van. A fiatalok személyre szabott napirend szerint váltogatják a tevékenységeket, melyek önálló kivitelezését vizuális fogódzók támogatják (pl. folyamatábra). A rendelkezésre álló időt faliórán követik, vagy konyhai órát, vizuális timert használnak. Az elvégzendő feladatok sorrendje világosan jelzett, a munkafolyamat mikéntje egyértelmű vizuális támpontok (pl. alaplap) mentén halad. A szabadidő eltöltéséhez is kapnak segítséget a fiatalok, egyénre szabott repertoárból választhatnak ezekben az időszakokban. Az alapvető házimunkák mellett merített papír készítésével és nemezeléssel foglalkoznak. Füzeteket, naptárokat és ékszereket készítenek, melyeket karácsonyi és húsvéti vásárok alkalmával értékesítenek, illetve jelen vannak kirakodóvásárokbán. A fentiek mellett szociális-kommunikációs fejlesztésben részesülnek, mind egyéni, mind kiscsoportos keretek között. Hangsúlyt fektetnek az akadémikus készségek szinten tartására, elsősorban azokra, amelyek a mindennapi életben hasznosak lehetnek (pl. pénzhasználat).

A fiatalok önrendelkezésének támogatására változatos, egyénre szabott stratégia áll rendelkezésre. Például a preferenciáik, vágyaik megismerése érdekében az egyes tevékenységeket, helyszíneket, embereket és élményeket fotókon, rajzokon szemléltetik. Majd megkérlik a fiatalokat, csoportosítsák a képeket aszerint, hogy számukra kedveltek vagy kevésbé azok. Ezzel a strukturált, vizuális támogatással a nem vagy alig beszélő fiatalok szándéka, választása és elképzelése is feltérképezhető.

A rendszeres egyéni és kiscsoportos beszélgetések egyik fontos fókusza a felnőttkorral kapcsolatos témák feldolgozása, beleértve az önrendelkezés kérdését. Mivel a fiatalok számára ez a szolgáltatás gyakran átmenet a támogatott lakhatás megalapozásához, a szülők

és a munkatársak az érintettekkel együtt látogatják meg azokat a bentlakásos intézményeket, ahová a későbbiekben lehetőség nyílhat a beköltözésre.

*Jakab*

*Jakab az általános iskola befejeztével nappali szociális intézménybe került. Önállóan nem közlekedik, a szülei kísérik. A csoportban elsősorban nemezelt gyöngyök készítésével foglalkozik, mosogat, takarít és néhány egyszerű ételt elkészít. Ezekben a tevékenységekben folyamatábrák segítik. Szabadidejében újságot lapozgat, rajzfilmet néz, használja a szobakerékpárt, a kertben sétál vagy pihen. Beszéde nehezen érthető, ezért közlendőjét írásban fejezi ki. Egyéni és kiscsoportos autizmus-specifikus foglalkozáson vesz részt, ahol a felnőttkorral kapcsolatos kérdésekről szerez újabb és újabb ismeretet. Komoly kihívás számára, hogy nemet tudjon mondani. A foglalkozáson megszerezheti és gyakorolhatja a nemet mondani tudás képességét, és a szakemberek majd olyan helyzetet is teremtenek, amikor ezt a való életben kipróbálhatja. Jakabról elmondható, hogy alapvetően kiegyensúlyozott és vidám fiatalember.*

A fent bemutatott intézmény hangsúlyt fektet arra, hogy az átmenetet az iskolából az intézményükbe könnyebbé tegyék, például az érdeklődő diákoknak próbanapokat biztosítanak. Heti egy-két alkalommal, néhány órát töltenek a fiatalok az intézményben, majd az egyéni igényekhez igazodva az időtartam, a napok száma fokozatosan emelkedik.

## Bentlakásos intézmény

A bentlakásos intézménybe való költözés új, az ismert környezet elvesztésével és nagy változással járó, hatalmas kihívást jelentő élethelyzet. A szülők számára is jókora erőpróba a bentlakásos intézmény mellett dönteni, gyakran lelkiismeret-furdalást élnek át, és folyamatosan aggódnak, hogy a gyermekük megfelelő ellátásban részesül-e majd.

A fiatal helyzetét nehezíti, hogy nem pusztán a nap egy részében kerül új élethelyzetbe, hanem elválik a családjától, hétvégi, ünnepi látogatásokra jár csak haza, illetve a családtagjai keresik fel az intézményben. Mindez sokkal nagyobb megrázkódtatást jelenthet számára, mint a nappali intézménybe kerülés.

A nehézségek ellenére is, a felnőttkor küszöbén a függetlenebb, leválást segítő életforma sok előnnyel jár. (A bentlakásos intézmény nappali részlegével az alábbiakban nem foglalkozunk, mert fentebb már megjelentek a legfontosabb szempontok.)

## A gondosan menedzselte átmenet lépései

### Információgyűjtés, felmérés

A fiatal iskolaidőn túli életével kapcsolatban elsősorban interjúk alapján juthatunk információhoz, illetve a család beleegyezésével személyesen is nyerhetünk több-kevesebb bepillantást az életébe. Néhány lényeges szempont:

- részesül-e a fiatal autizmus-specifikus támogatásban,
- van-e saját szobája, lakrésze,
- milyen tevékenységet végez önállóan vagy segítséggel,



- az önkiszolgálás területén mely tevékenységekben önálló (pl. étkezés, alvás, szobatisztaság, mosakodás, öltözés),
- milyen módon kommunikál a családtagokkal,
- vannak-e választási lehetőségei,
- hogyan kezeli az elektromos berendezéseket, technikai eszközöket,
- van-e olyan berendezés vagy bármi egyéb, amitől fél, vagy ami balesetveszélyes lehet számára.

### *A fő cél(ok) meghatározása*

Az elsődleges cél mindenképpen az, hogy a fiatal fogadja el az új életteret és életformát, barátkozzon meg a környezetével. Fokozatosan meg kell ismerkednie azzal az új helyzettel, hogy a szülei nélkül, máshol alszik. Jó kezdet lehet, ha valamelyik, általa ismert családtagnál alszik egy-egy éjszakát, majd lassacskán egyre többet. Amennyiben mód van rá, vendégként tölthet két, majd több napot a fogadó intézményben. Megkönnyíthetjük az adaptációt, ha a fiatal magával viszi a napirendjét, a már megszokott tárgyait.

Az önkiszolgálási készségek fejlesztése létfontosságú (pl. testi higiénia, elpakolás, ruházat kiválasztása stb.). Nélkülözhetetlen a kifejező kommunikáció (pl. példamondatok, beszédpanelek, AAK eszköz használata) minél magasabb szintre való emelése, illetve a fiatal felé irányuló kommunikáció minél biztosabb megértése (pl. a metakommunikáció tanítása).

Végül elengedhetetlen annak az elfogadtatása és feldolgozása, hogy a felnőtt élethelyzettel együtt jár a családtagoktól való el- és leválás.

### *Az átmenetben résztvevő team létrehozása*

A korábban említettek erre a helyzetre is érvényesek, célszerű, ha a team munkájába a nappali részleg szakembere mellett a bentlakásos otthon – lehetőleg autizmusban jártas – munkatársa bekapcsolódik. A szülő vagy gondviselő és az autista fiatal részvétele nélkülözhetetlen.

### *A fogadóhely bevonása*

Szerencsés, ha a bentlakásos részleg szakembere iskolai körülmények között ismerkedhet meg a fiatallal. Képekkel, videókkal illusztrálhatja számára a mindennapi életet az otthonban, megmutathatja a szobákat és az egyéb helyiségeket, így a fiatal számára már kevésbé lesz idegen az intézmény az első látogatás során.

Hasznos, ha a fiatal a nyílt napok, egyéb látogatások alkalmával a bentlakásos részlegen eltölt valamennyi időt, melyet alkalmanként egyre hosszabbra lehet nyújtani. Vendégként is bevonódhat az esti programba, mely végeztével már késő lenne hazautazni, így igénybe vehet egy vendégszobát. A viselkedésproblémák megelőzése szempontjából célszerű, ha a fiatal ezeken az alkalmakon ugyanúgy használja a megszokott támogatási eszközeit, mint az iskolában és a családi körben.

### *A szükséges szakmai támogatás és a környezet adaptálásának megtervezése*

A bentlakásos otthonban egy vagy többszemélyes szobák találhatók. Elsősorban a szakmai szempontoknak kellene szerepet játszaniuk annak eldöntésében, hogy hány férőhelyes szobába kerüljön a fiatal, de sok esetben az intézményi adottságok, illetve a család anyagi lehetőségei a meghatározók.

Egyszemélyes szoba berendezése során célszerű úgy kialakítani a teret, hogy az alvás helye elkülönüljön a szabadidős tevékenység színterétől, hogy ennek eltöltése ne az ágyon fekvést jelentse. A szabadidős sarokban – személyre szabottan – lehet rádió, tv, magazinok, könyvek és játékok.

Többágyas szobában már nehezebb a személyes tér kialakítása, ez a legtöbb esetben magát az ágyat jelenti, de ekkor ugyanúgy nélkülözhetetlen, hogy más tárgyak a fiatal teréhez tartozzanak, például a saját szekrény, asztal, szék. Abban a helyiségben is szükséges a szabadidős tér kialakítása, melyet többen használnak. Ekkor az ágy vagy a saját asztal jelenti a személyes elvonulás lehetőségét, az intim teret.

A szobákban személyre szabott, speciális segítség (pl. napirend, fogmosás-folyamatábra) támogatják a fiatalot a lehető legönállóbb működésmódban. Figyelmet kell fordítani arra is, hogy minél kevésbé zavarják egymást a lakótársak (vizuális viselkedési szabályok, vizuális hangerőszabályzó, paraván vagy egyéni eszközök pl. fülhallgató használata).

A fiataloknak tudniuk kell, hogy veszély vagy bármilyen egyéb gond esetén kihez fordulhatnak. A szoba falára kihelyezett fotó és az elérhetőség megjelenítése segítheti az ügyeletes szakember könnyebb elérését. Többszemélyes szobában ügyeleti rendet alakíthatnak ki (napi vagy heti váltásban), így szükség esetén a kijelölt ügyeletes keresheti meg a szakembert, ha bármilyen gond adódna.

A munkatársaknak fel kell készülniük az autizmusban gyakori sztereotíp, repetitív tevékenységekre, a saját érdeklődési kör fontosságára. A fiatalok tevékenységéhez a megfelelő helyet és időt úgy kell biztosítani, hogy az más lakók életminőségét ne rontsa, de őket se korlátozza túlzottan.

#### *Márk*

*Márk szenvedélyesen szeret papírokat tépni, órákig el tudja foglalni magát azzal, hogy azonos méretű csíkokat tép a lapokból. Sajnos sem a tulajdon fogalmát, sem a különböző papírok értékét, funkcióját nem érti, ezért a lakóotthonban eleinte nagy gondot okozott, hogy minden könyvet és újságot megpróbált megszerezni. Lakótársaival és gondozóival ez a szokása sok konfliktusokhoz vezetett. A problémán gondos szervezéssel és vizuális stratégiákkal lehetett úrrá lenni: Márknak megtanították, hogy csak a saját szobájában, csak szabadidőben és csak a nevével és fényképeivel ellátott dobozban lévő papírokat tépheti el. Az új viselkedés elsajátítását szisztematikus jutalmazással támogatták. A munkatársak gondoskodtak arról, hogy mindig legyen megfelelő mennyiségű és minőségű tépni való anyag.*

### *A kulcsfontosságú, tanítandó készségek, viselkedés tanulása, általánosítása*

A délutáni, esti időszakban elsősorban a regenerálódáson, pihenésen van a fő hangsúly, hiszen a napközbeni feladatok fárasztóak lehetnek a fiatalok számára. Előtérbe kell helyezni annak a lehetőségét, hogy mindenki az igényei szerint tölthessen fel. A napirend használata

e tekintetben is nélkülözhetetlen. A napirendet a fiatal a szakemberrel együtt állíthatja össze, ezt célszerű az előző este megtenni. Vannak napok, amelyek rutinszerűen telnek, de lehetnek különleges programok (pl. mozilátogatás). A napirend mellett ajánlatos naptárt (heti-havi rendet) használni, amibe minden előre tudható, nem megszokott eseményt rögzíthetünk: így a fiatalnak lehetősége nyílik felkészülni egy adott programra.

Egyágyas szobában lakó fiatal napirendjének összeállításakor figyelni kell arra, hogy ne a teljes napot töltse egyedül, vegyen részt a külső programok mellett az otthonban zajló tevékenységekben (pl. szabadidő eltöltése).

A benti közösségi programok megkívánják, hogy a fiatal tudjon a társai felé nyitni és a kezdeményezéseket elfogadni. Képes legyen kivárni a sorra kerülést, tudjon figyelni a társaira (pl. társasjáték, étkezés során).

Mivel az érintett emberek számára a strukturálatlan szabadidő önálló megszervezése, eltöltése komoly kihívást jelent, hangsúlyt kell fektetni arra, hogy minden lakó rendelkezzen saját, vizuálisan is megjelenített repertoárral, választási lehetőséggel, amely révén változatossá tehető ez az időszak.

A külső programok zavartalan lebonyolítása érdekében többek között szükség van a közlekedéssel kapcsolatos néhány készségre (pl. várakozni tudás a járműre, hangerő-szabályozás, ülőhely elfoglalása és átadása), külső helyszínen megfelelő viselkedésre (pl. állatkert, színház). Figyelni kell arra, hogy bár iskolai keretek között ezek a készségek már kialakulhattak, ha a fiatal új társakkal látogat el ismert helyszínre, ezek a készségek nem minden esetben mozgósíthatók gördülékenyen.

Az önkiszolgálással és önellátással kapcsolatos készségek gyakorlása szintén tartogathat kihívásokat. Ezekben a tevékenységekben is kiemelkedő szerepe van az autizmus-specifikus, egyénre szabott támogatásnak (pl. folyamatábrák, időmérők, felcímkézett tároló helyek). Nagyon lényeges, hogy mindenki a lehető legmagasabb szinten tudja mozgósítani az adott készségeit: folyamatos szinten tartásuk, illetve szükség szerinti fejlesztésük állandó feladat.

Bentlakásos intézményben az elalvással, alvással kapcsolatos rutin kialakítása hangsúlyos feladat. Ezekkel a nehézségekkel küzdő fiataloknak meg kell tanulniuk csendesen eltölteni az elalvási időszakot (pl. fülhallgatóval zenehallgatás, csendes séta a folyosón). Kialakítható alvás előtti rituálé is (pl. tea, illatos párologtató). A komolyabb, állandó jellegű éjszakai problémák orvosi ellátást tehetnek szükségessé.

Az új élethelyzet előrejelzését, elfogadását autizmus-specifikus módszerekkel segítjük. Sokat segíthet a beköltözés és a látogatások időpontjának előre jelzése a naptárban (akár speciálisan egyénre szabott módon), amelyet rendszeresen megbeszélni és tudatosítani kell. Megjeleníthetjük a fiatal Én-könyvében, hogy milyen életszakaszai voltak már, milyen változás előtt áll, mi lesz számára új a következő időszakban, és mi az, ami nem változik. Mindezeket idővonalon jelölhetjük. A személyre szabottan elkészített szociális történetekkel is segíthetjük az új élethelyzet elfogadását, a felnőtt lét kritériumainak megismerését. Az új színtéren való viselkedési formákat rövid szituációk eljátszásával gyakorolhatjuk, akár az ezekről készült felvételek elemzésével. Képregény-beszélgetések szintén alkalmasak erre a célra.

## Az átmenet folyamatának megtervezése és kivitelezése

Az Átmeneti Tervnek többek között tartalmaznia kell:

- általános délutáni, esti rutint,
- fejlesztendő önellátási, önkiszolgálási készségeket (pl. fürdőszoba rendbe tétele használat után, borotválkozás, menstruáció),
- szabadidős tevékenységek repertoárjának bővítését,
- bizonyos, a többi lakótárs szükségleteit figyelembe vevő magatartás elsajátítását (pl. ajtócsapkodás kerülése, megfelelő hangerő használata),
- étkezési szokások kialakítását (pl. habzsolás kerülése, közös adagokon való osztozás megtanulása).

Az átmeneti tervnek az egyéni igényeket is mindenképpen tükröznie kell.

### Zsigmond

*Zsigmond számára az idős szülők megrendült egészségi állapota miatt a nappali intézmény helyett bentlakásos otthont kerestek. Az új intézménybe heti rendszerességgel kísérték el a vele dolgozó szakemberek, kezdetben pár órát, majd egyre hosszabb időszakot töltöttek ott. A bentlakásos intézmény dolgozói megismerkedtek Zsigmond sajátos igényeivel, a jól bevált támogatási formákkal, és igyekeztek a látogatások során figyelembe venni azokat. Mindkét fél fokozatosan ismerte meg egymást, így az átvezetés és az új intézményben való tartózkodás zökkenőmentesen zajlott.*

## Támogatott lakhatás

Az önállóságot, az önrendelkezést és az emberi méltóságot lényegesen jobban támogató életforma a támogatott lakhatás: önállóbb, a tipikushoz jobban közelítő életmódot tesz lehetővé, mint a hagyományos bentlakásos intézmény. Egy házban vagy lakásban él együtt néhány fogyatékossgal élő vagy sajátos szükséglettel rendelkező fiatal. Mindennapi tevékenységükben hivatásos segítő támogatja őket, de csak olyan mértékben, amennyire épp szükséges (Manuel-Jones, 2015). A fiatalok maguk fizetik be a számlákat, hívnak szerelőt, és elvégzik a házimunkát. Az új otthonukból járnak tanulni, dolgozni. Nehézséget okozhat, hogy több idegen embernek kell egy lakáson osztoznia. Mindenki más környezetből, gyakorlati tapasztalattal, eltérő egyéni szükséglettel érkezik. Nagy szerepe van a segítőnek abban, hogy mindegyik felkészüljön, és valamennyi lakó egyéni életútjával tisztában legyen. Ebben az életformaváltásban is célszerű, ha nem hirtelen történik. Fokozatos átvezetéssel mindkét fél fel tud készülni, hogy kölcsönösen elfogadják egymást és az új körülményeket.

Hazánkban a lakóotthoni ellátást bentlakásos formaként fokozatosan felváltja a támogatott lakhatás intézménye: Ez utóbbi az alapkonceptiójában azt képviseli, hogy a lakhatástól el kell különíteni a munkavégzést, a szabadidő és a szolgáltatások igénybe vételének a színterét. A nagy szociális intézmények úgynevezett kitagolásának célja a különböző támogatott lakhatási formák kialakítása.

Amennyiben ezt a lakhatási formát választja egy autizmussal élő fiatal, feltétlenül szükséges, hogy az egyéni, speciális igényei érvényesüljenek. A személyre szabott időbeosztás, a vizuális támpontok és az egyéni szükségletekhez adaptált kommunikáció nélkülözhetetlen feltétel

lenne minden érintett számára. Ehelyett sajnos gyakran tapasztalható, hogy „egyöntetű” támogatásban részesülnek a lakók, például mindenre egyaránt vonatkozó napirend, egységes vizuális jelzések, melyek a legtöbb lakónak nem jelentenek valódi segítséget, és így feszültséggel teli, frusztráló helyzetet teremthetnek. Kifejezetten autizmussal élő emberek befogadására felkészült lakhatási lehetőség korlátozott számban érhető el, és ezek között is sokszor jellemző a nem személyre szabott támogatás. A harmonikus együttélés érdekében létfontosságú a többi lakó felkészítése.

A támogatott lakhatás nem csak társakkal valósulhat meg, az érintett személy élhet egyedül támogatott keretek között. Segítője (aki lehet az egyik családtag is) az egyéni szükségletekhez alkalmazkodva tartja a kapcsolatot az önállóan élő fiatalal.

### *Elek*

*Elek 20 évesen beköltözött a nagypapától örökölt lakásba, amely a szülői ház közelében volt. A fiatalember ügyesen eligazodott a napi tennivalókban. A keresztanyja volt a segítője, aki rendszeresen látogatta, és telefonon is tartotta vele a kapcsolatot. Eleket nagyon sok praktikus dologra megtanította, és felkészítette a várható nehézségekre. Elek egy alkalommal elindította a mosógépet, majd leült tévézni. Mikor észrevette, hogy áll a víz a fürdőszobában és az előszobában, pánikba esett. Hívogatta a keresztanyját, majd más családtagokat, de senki nem vette fel a telefont. Kétségbeesetten járkált föl-le a szobában, mikor végre visszahívta a keresztanyja. Telefonon instruálta, majd odament személyesen segíteni.*

A fentihez hasonló eset bármikor előfordulhat. Több lakó által megosztott lakásban ritkábban kerülhetnek az ott élők kétségbeesítő helyzetbe, mivel akadhat valaki közülük, aki épp arra a problémára tud megoldást.

Ahhoz, hogy ebben az életformaváltásban a lehető legkevesebb frusztráció érje az autizmusban érintett fiatalot, elengedhetetlen a fokozatos átmenet. A támogatott lakhatásba kerülés rendkívül nagy változást hoz a fiatal életébe. Ez a lakhatási forma közelít leginkább az átlagos életvitelhez, hiszen az élet minden területén sokkal nagyobb önállóságot igényel. A fiatal leválása a családról nem elsősorban fizikai elválást jelent, mint egy hagyományos bentlakásos intézményben, hanem nagyobb függetlenséggel és felelősségvállalással jár együtt. Az új közösségben az új szerepek gyakorlása komoly kihívás (Schenkné&Justin, 2019).

## **A gondosan menedzselte átmenet lépései**

### *Információgyűjtés, felmérés*

Támogatott lakhatás igénybe vétele előtt kiemelten fontos az önállósági szint felmérése valamennyi, szóba jöhető élethelyzetben. Fel kell térképezni a meglévő, a kialakulóban lévő és a hiányzó készségeket. Rendkívül lényeges kideríteni többek között azt, hogy

- milyen szinten áll az önálló döntés, a választás képessége,
- hogyan viszonyul a fiatal a változásokhoz,
- hogyan reagál az új személyi és tárgyi környezetre,
- hogyan kommunikál, hogyan fejezi ki magát és milyen a megértése,
- hogyan, milyen funkciókban használja a kommunikációs eszközöket,

- hogyan vesz részt társas közegben (pl. kezdeményezés, bevonhatóság szempontjából),
- az önkiszolgálás területén mely készségek alakultak már ki,
- betartja-e a biztonsági szabályokat a mindennapokban, milyen a veszélyérzete,
- hogyan tölti a szabadidejét,
- milyen viszonya van a pénzhez.

### *A fő cél(ok) meghatározása*

Hosszú távú cél, hogy a fiatal képes legyen az új környezetben, a családja mindennapi támogatása nélkül megfelelni az új élethelyzet diktálta követelményeknek.

A fentiek fokozatosan egymásra építve, a kitűzött kisebb célok elérése mellett valósulhatnak meg. Ilyen célok lehetnek pl.:

- az új szabályok elfogadása,
- a mindennapok egyes feladatainak, eseményeinek minél önállóbb szervezése,
- a saját tárgyi, mindennapi szükségletek felmérése (pl. élelem, tusfürdő, új pulóver),
- a saját lelki szükségletek felmérése (pl. több pihenés, nehézségek megbeszélése),
- a saját és a közös felszerelés megóvása,
- a háztartási eszközök balesetmentes használata,
- szükség esetén figyelemfelhívás, segítségkérés,
- az intim helyzetek kezelése,
- a napi/heti időbeosztás (napirend, heti rend) önálló megtartása,
- időben való megérkezés megbeszélte helyre,
- a vállalt és beosztott feladatok maradéktalan ellátása.

### *Az átmenetben résztvevő team létrehozása*

A team tagjai: az előző intézmény szakembere (ha nem otthonról kerül támogatott lakhatásba), esetleg olyan más szakember, aki közlelről ismeri a fiatalat, az új helyszín szakembere (lehetőleg a leendő támogató), a legközelebbi családtagok/gondviselő és a fiatal. A koordinátor, aki lehetőleg a felsoroltak közül valamelyik szakember, egyeztetni a tennivalókat.

### *A fogadóhely bevonása*

A team megszervezheti, hogy a fiatal vendégségbe menjen a leendő otthonába. Rövid, majd egyre hosszabbra nyúló látogatás, esetleg néhány közös, házon kívüli program szervezése segítheti az átmenetet. Az épületről, a lakótérről, az esetleges lakótársakról készített fényképes összeállítás lehetőséget ad arra, hogy a fiatal otthon, a saját ritmusában készülhessen fel.

### *A szükséges szakmai támogatás és a környezet adaptálásának megtervezése*

Bármennyire magas önállósági szintet igényel a támogatott lakhatás, ugyanúgy szükség van az egyéni igényekhez illesztett, specifikus támogatásra. Biztonságot és gördülékenyebb átmenetet biztosít, ha a fiatal a megszokott, támogatást nyújtó eszközeit magával viszi. Korszerű megoldás, ha a napirend, a folyamatábrák és azok leírásai, a különböző tevékenységeket (pl. ételkészítés, ismerkedés egy bárban) demonstráló megoldások valamilyen digitális eszközön találhatóak, hiszen ezek használata bármilyen helyszínen elfogadott, és ráadásul nem feltűnő.

### *A kulcsfontosságú, tanítandó készségek, viselkedés tanulása, általánosítása*

A támogatott lakhatásban élő fiatalok esetében a korábbi ellátási formáknál már felsorolt kulcsfontosságú készségek számos területen bővíthetők. Az alábbiakban ezekre mutatunk be példákat.

Azok a támogatott lakhatásban élők, akik egyedül járnak dolgozni, tanulni, magas szintű önállósági készségekkel kell, hogy rendelkezzenek. Alapvető készség a jogok és a kötelességek ismerete, a hivatalos ügyek intézése, eligazodás a pénz és a banki ügyekben, valamint az elvárt viselkedésformák ismerete hivatalos helyen. Szerencsés, ha ezekre a készségekre már a beköltözés elején alapozni lehet.

Az alapvető szociális-kommunikációs készségek mellett szükség lehet olyanokra is, melyek az ismerkedést, udvarlást segítik. Jó, ha a fiatal tisztában van a különféle szórakozóhelyen elvárt, íratlan viselkedési szabályokkal. Elengedhetetlen, hogy a fiatal képes legyen felismerni veszélyhelyzetet, és szükség esetén nemet tudjon mondani (pl. alkohol, drog esetében).

Minden támogatott lakhatásban élő embernek úgy kell tudnia tevékenykedni, hogy azzal ne, vagy a lehető legkevésbé zavarja a lakótársait.

### *Az átmenet folyamatának megtervezése és kivitelezése*

Az Átmeneti Terv ennél az életformaváltásnál is gördülékenyebbé teszi a folyamatot. Már a kezdetektől tudatosítani kell, hogy a fiatal számára új, nagyobb személyes felelősséggel és kevesebb támogatással járó élet veszi kezdetét.

Hangsúlyt kaphat többek között:

- a pénz beosztása (pl. zsebpénz, fizetés kezelése, a háztartás költségvetése),
- a vásárlás megtervezése (pl. hiányzó termékek felmérése),
- a személyes tárgyak rendben tartása önállóan,
- az elromlott tárgyak megjavíttatása,
- az önálló időbeosztás
- az egészség-betegség közötti különbségtétel, egészségügyi panaszok jelzése.

Akkor lehet sikeresebb a fiatal, ha ezek a teendők nem hirtelen zúdulnak rá, hanem az átmenet időszakában, fokozatosan ismerkedik meg velük, tanulja meg a kivitelezésüket, hogy amire

ténylegesen beköltözik az új otthonába, a felsoroltak már kialakult készségszinten működjenek.

## Felsőfokú oktatás

Az előzőekben olyan színtereket mutattunk be, amelyek elsősorban lakhatási formát jelentettek a fiatalok számára. A továbbiakban két életpályát mutatunk be: a felsőfokú oktatásban való részvételt és a munkavállalást. A tanuló vagy dolgozó fiatalok lakniuk kell valahol, az átmenet tervezése során ez is a fókuszban áll. Mind a tanuló, mind pedig a dolgozó fiatalok élhetnek továbbra a családjukkal, illetve támogatott lakhatást vehetnek igénybe. A továbbtanuló fiatalok számára a kollégium is egy lehetséges lakóhely. Amennyiben ezt a lakhatási formát veszi igénybe a fiatal, többek között az alábbi szempontokat szükséges figyelembe venni:

- Képes-e egy vagy több társával közös szobában lakni?
- Milyen mértékben képes önálló életvitelre (pl. felkel az ébresztő hangjára, megoldja az étkezését)?
- Van-e valamilyen szenzoros érzékenysége (pl. lift hangja)?

Előfordulhat, hogy a fiatalnak segítő kutyája van. Ebben az esetben jó, ha magával tudja vinni a kollégiumba. A kortárs mentor bevonása nem csak a főiskolai vagy az egyetemi életben fontos, hanem nagy segítség a kollégiumi lét kihívásainak kezelésében is.

A felsőfokú oktatás nem jár alanyi jogon. A továbbtanulni vágyóknak el kell fogadniuk, hogy bizonyos elvárásoknak meg kell felelniük az egyetemi, főiskolai életben való részvétel érdekében. Az egyetemi élet más jellegű élethelyzetet von maga után, mint a középiskolai: a megszokott rutinnal fel kell hagyni, és az újakhoz kell alkalmazkodni. A szorgalmi és a vizsgaidőszak eltérő keretei komoly kihívást jelenthetnek, az idő és a tanulnivaló beosztása sok esetben nem egyszerű tipikus fiataloknak sem.

Megváltozik a szociális környezet, a fiatalok új társadalmi helyzetben találják magukat, melyeket strukturált és strukturálatlan helyzetek egyaránt jellemeznek. Strukturált helyzetben (pl. előadás, szeminárium) az autizmussal élő fiatalok magabiztosabban mozognak, a strukturálatlanokban (pl. büfé, szünet) feszültség és idegesség jelenhet meg. A gólyatábor nagy feszültséget generálhat: váratlan helyzetek, szokatlan szituációk, új, esetenként bizarr kontextusba helyezett események fordulhatnak elő (Lambe és mtsai, 2018). Vannak olyan sarkalatos készségek, amelyek mozgósítása a felnőtté válás folyamatában nélkülözhetetlen, pl. az önrendelkezés, az önálló gazdálkodás, stb. Az egyénre szabott támogatás szerepe ebben az életszakaszban is létfontosságú (Schall és mtsai, 2014).

Az élethelyzet támogatására, mely során a diákból hallgató válik, vannak már jó, dokumentált gyakorlatok. Céljuk, hogy a hallgatók beilleszkedése lehetőleg zökkenőmentes legyen, a társakkal és az oktatókkal való interakció minél gördülékenyebben valósuljon meg. Hazánkban is már van példa az autizmusban érintett egyetemi hallgatók szervezett támogatására. Ígéretes gyakorlat az ELTE támogatási programja<sup>6</sup>. Az egyetem rendszeresen szervez nyílt napot a

<sup>6</sup> <https://www.elte.hu/eselyegyenloseg/autizmus>; <https://www.facebook.com/ELTE-Speci%C3%A1lis-Hallgat%C3%B3i-%C3%9Cgyeket-T%C3%A1mogat%C3%B3-Iroda-105609100907974>



középiskolás tanulók számára: a program része a speciális igényű tanulók és családjuk tájékoztatása. A Speciális Hallgatói Ügyeket Támogató Iroda (SHÜTI) minden középfokú intézménynek meghívót küld az eseményre, melyen az érdeklődők tájékoztatást kapnak arról, hogy egyetemistaként milyen speciális kedvezményekre tarthatnak igényt, milyen ösztöndíjak és pályázatok érhetőek el az egyetemen, és az iroda mely szolgáltatásait vehetik igénybe. Az érdeklődők személyesen is találkozhatnak az Iroda munkatársaival, a kari koordinátorokkal és a speciális igényű hallgatókkal.

A másik kiemelkedő program a felvételt nyert fiatalok számára az úgynevezett nulladik nap, melynek keretén belül a hallgatók információt kapnak egyebek között az egyetemi rendszer felépítéséről, az első lépésekről, az adminisztrációs ügyek intézéséről, a Neptun használatáról, az aktuális pályázatokról és ösztöndíjakról. A Campus bejárására is sor kerül, így az új hallgatók megismerkedhetnek néhány munkatárssal és kortárssal. A program eredményeként a részt vevő fiatalok kevesebb nehézséggel és feszültséggel kezdenek el a tanulmányaikat.

A tanév során az autizmus területén felkészült gyógypedagógus támogatja a fiatalokat, akik egyéni tanácsadásban részesülhetnek, szociális-kommunikációs készségeket előmozdító, csoportos tréningen vehetnek részt, segítséget kaphatnak hatékony tanulási módszerek elsajátításában és az időbeosztással kapcsolatos nehézségek kezelésében.

#### *Vali*

*Vali az egyetemi időszak első hónapjaiban nagyon sok előadásról elkésett, és nem mert benyitni a terembe. Ehelyett behúzódott egy eldugottabb sarokba, és várt, miközben a haját tépkedte. A támogató gyógypedagógus néhányszor látta már így, és beszélgetést kezdeményezett. Rendszeres találkozókban állapotok meg, melyeken áttekintették az előadások, szemináriumok rendjét, ehhez igazodó napirendet készítettek, elsősorban a reggeli teendőkre és az elindulásra fókuszálva. Vali hamarosan megértette és elfogadta, hogy a megszokott napi rutin már a múlté, jelen élethelyzetben minden napnak más a struktúrája.*

A felsőoktatásban tanuló autista fiatalok harmonikus beilleszkedése érdekében hangsúlyt kell fektetni az egyetemi hallgatótársak tájékoztatására, felkészítésére, illetve a kortárs segítői program megvalósítására. A kortársak az egyetemi élet minden színterén – a vizsgára jelentkezéstől az egyetemi klubok látogatásáig – segíthetik a fiatalokat. Mindez érzékeny és tapintatos megközelítést igényel, hiszen minden érintett hallgató másképp viszonyulhat ahhoz, hogy állapotáról másokat tájékoztassanak. Emiatt az autista fiatallal való minden részletre kiterjedő, folyamatos egyeztetés szükséges.

#### *Tibor*

*Tibor nyelvszakos hallgató. Az egyetemi ügyek intézése nem jelentett kihívást számára, viszont az esti egyetemi programokra nem mert egyedül elmenni. Tiborral egyeztetve, a gyógypedagógus talált számára egy lelkes kortárs segítő, akivel közösen, hármásban áttekintették a lehetőségeket, meglátogattak néhány programot, majd a filmklub és a társasjátékklub mellett döntöttek. Ezekre a foglalkozásokra Tibor 2-3 alkalommal a segítőjével ment el, később már önállóan sem jelentett kihívást számára a klubokhoz csatlakozni.*

Emellett arra is szükség lehet – természetesen az érintett fiatallal egyeztetve –, hogy az egyetemi oktatók információt kapjanak az autizmus természetéről. A gyógypedagógus

munkatárs segít annak a megértésében, hogy az autista fiattól mi várható el, és mi nem, milyen támogatásra van szüksége a jó teljesítmény eléréséhez, illetve mi az, ami ebben gátolhatja.

#### *Péter*

*Péter analitikából rendszeresen 1-es és 2-es dolgozatot írt, pedig képességei alapján sokkal jobb eredmény volt elvárható. A gyógypedagógussal sorra átnézték ezeket a dolgozatokat, és egyértelművé vált, hogy a fiatalember abban a formában nem érti a kérdéseket. A gyógypedagógus felvette a kapcsolatot a tárgy tanárával, és meggyőzte őt arról, hogy Péter nem a tananyagot nem tudja, hanem a kérdések megfogalmazása értelmezhetetlen számára. A tanár hajlandó volt egy próbára: Péter számára a kérdéseket a következő dolgozatnál egyszerű nyelvezettel és egyértelműen tette fel, így a fiatalember 4-est kapott.*

A fenti esetek jól illusztrálják, hogy a tanulmányi eredményeik alapján felsőoktatásba kerülő fiatalok milyen kihívásokkal találhatják magukat szembe, milyen egyszerűnek tűnő, mindennapi helyzetek megoldásához van szükségük segítségre, és mennyivel nehezebb boldogulniuk, mint a tipikus társaiknak. Ezért célszerű, hogy az egyetemi életre már a középiskolában elkezdik felkészíteni a tanulókat. Az átmenetet segítő, egyes egyetemeken nyílt napokat szerveznek középiskolások számára, ahol megismerkedhetnek az egyetemi élet mindennapjaival és az elérhető speciális szolgáltatásokkal.

Jó hazai kezdeményezés (a módszertani segédlet írásának idején még az egyeztető megbeszélések fázisában) a 2019-ben indult, *Diákból hallgató* elnevezésű program. Jelenleg öt hazai egyetem és három – autizmussal élő tanulókat a pedagógiai programjában felvállaló – középiskola szakemberei közösen gondolkodnak az átmenet nehézségeiről, az ezt megkönnyítő lehetőségekről, a nemzetközi szakirodalom tapasztalatainak integrálásával a minél hatékonyabb támogatás módszereiről. Természetesen figyelembe veszik érintett hallgatók tapasztalatait is.

## **A gondosan menedzselte átmenet lépései**

### *Információgyűjtés, felmérés*

Ebben a kezdeti szakaszban fontos megtudni, hogy a választott szak megfelel-e a fiatal érdeklődésének, képességeinek, és a tanulmányi eredményei elérik-e az elvárt színvonalat. Fel kell mérni a fiatal tanulási stratégiáit és azt, hogy mennyire képes újabb stratégiákat elsajátítani és alkalmazni. Lényeges információ, hogy mennyire intézi önállóan a hivatalos ügyeit (pl. diákigazolvány érvényesítése, ebédbefizetés), a strukturálatlan szabadidő eltöltése mennyire változatos, és közelít-e a korosztályára jellemző tevékenységekhez. Felmérendő a társas kapcsolatok minősége (pl. bemutatkozás, megszólítás), illetve mely információkat tart relevánsnak a fiatal, hogy megossza másokkal, akár már az első találkozásnál.

### *A fő cél(ok) meghatározása*

Fő cél az új életformában való eligazodás, magabiztos, szorongásmentes mozgás. A fiatalnak meg kell ismernie a tanév során váltakozó, eltérő struktúrájú szakaszokat (szorgalmi és vizsgaidőszak), és el kell fogadnia az ezekre jellemző, különböző tennivalókat. A fő célokat támogató, néhány rövid távú cél lehet pl.:

- a körülményekhez alkalmazkodó időbeosztás elsajátítása, napirend összeállítása önállóan,
- kommunikáció az oktatókkal személyesen és digitális platformon,
- magabiztos információ- és segítségkérés,
- nyitás a társak felé, illetve a közeledés elfogadása, szabadidős programokban való részvétel,
- várakozni tudás (pl. vizsgára, mentortanár érkezésére),
- könyvtárhasználathoz kapcsolódó viselkedés kialakítása,
- hivatalos ügyintézés (pl. okiratok érvényesítése, befizetések),
- bankkártya használata.

### *Az átmenetben résztvevő team létrehozása*

A team tagjai között szerepelhet a korábbi osztályfőnök (vagy bármelyik szaktanár, aki jó kapcsolatot ápol a fiatallal), az egyetemi segítő munkatárs, a családtagok vagy gondviselő és maga a fiatal. Ideális esetben a mentorként működő hallgató is bekapcsolódhat. A koordinátor szerepét valamelyik szakember látja el.

### *A fogadóhely bevonása*

Napjainkban a felsőoktatási intézmények zöme tart már nyílt napokat, emellett rendelkeznek szóróanyaggal és színes, sok információt tartalmazó honlappal, melyek bárki számára hozzáférhetőek. A támogatott átmenetben részesülő fiatalnak ennél több lehetősége is van. Egyeztetett időpontban, az egyetemi segítő kíséretében ismerkedhet az épülettel, akár az egyéb területen dolgozó személyzettel (pl. portás, büfés). Beülhet az érdeklődésének megfelelő előadásra, bővebb információt kaphat az oktatókról, és megismerkedhet a szakmai koordinátorral vagy segítővel, illetve olyan hallgatókkal, akik szívesen vállalják a mentor szerepét. Ezek az előkészületek csökkenthetik az egyetemi élet indulásával kapcsolatos szorongást.

### *A környezet adaptálásának és a szükséges szakmai támogatás megtervezése*

Laptop, tablet, okostelefon ma már minden hallgatónál van. Állandó használatuk senkinek sem tűnik fel, ezért célszerű a fiatal támogatását szolgáló eszközöket ezek valamelyikére applikálni. Napirend, folyamatleírások, viselkedési szabályok, különböző helyzetek megoldásának demonstrációját szolgáló videók egyaránt rákerülhetnek. Lényeges, hogy használatukat már az egyetem megkezdése előtt elsajátítsa a fiatal, és az indulásnál már rutinszerűen használja. Célszerű, ha a fiatal megtanulja a Google naptárának (vagy hasonló programnak) a gördülékeny használatát.

Biztos, hogy nagy szükség lesz a tantárgyak felvételének, a kreditek számolásának és a vizsgára való jelentkezésnek a szemléletes, vizuális megjelenítésére. Ezek mind olyan ismeretek, amelyekkel jó, ha nem az alkalmazásuk első pillanatában találja magát szemben a fiatal. Ebben nagy segítséget nyújthat a mentor hallgató, az információk strukturált, vizuális

megjelenítését pedig felkészült szakember segítheti. A mentor hallgatónak komoly szerepe lehet abban is, hogy bevezesse a fiatalot a tanulmányokon kívüli életbe (pl. kávézó, klub).

#### *A kulcsfontosságú, tanítandó készségek, viselkedés tanulása, általánosítása*

Az egyetemi élet maga után vonja, hogy a fiatal gyakrabban számíthat csak magára. Nem szól a csengő kétszer a tanóra kezdete előtt, senki nem mondja meg, mit kell elővenni, mi az, amit feltétlenül szükséges feljegyezni. Mindez komoly kihívás elé állíthatja az autizmussal élő fiatalokat:

- Meg kell tanulnia, hogy saját maga állítsa be a figyelmeztető jelzéseket a digitális eszközén.
- Szerencsés, ha van olyan órarendje, ami a tárgy mellett feltünteti az emelet és az ajtó számát.
- Célszerű olyan listát készíteni, ami tartalmazza, hogy az adott előadáson, szemináriumon milyen eszközökre van általában szükség.
- Sokat segíthet neki, ha az előadáson a mellette ülőhöz tud fordulni, amennyiben valamilyen információt nem jegyzett fel.
- Jó, ha megtanulja, hogyan mehet oda az előadóhoz az óra végén, ha kérdése van.
- Hasznos, ha valamilyen közösségi médián csatlakozhat az egyetemi csoportjához. Azt is el kell sajátítania, hogy ezen a felületen milyen módon és stílusban mondhatja el a véleményét, kérhet információt vagy segítséget.
- Kiemelt figyelmet kell fordítani a bántalmazás jegyeinek felismerésére. A fiatalnak meg kell tanítani, ha bántalmazást észlel, ne maradjon egyedül és kiszolgáltatottan, hanem ossza meg azt a bizalmi személlyel.

#### *Az átmenet folyamatának megtervezése és kivitelezése*

Az Átmeneti Terv készítése már a középiskolában elkezdődik. Tartalmazza, hogy a tanuló hogyan ismerheti meg fokozatosan az intézményt és a rá váró új életmódot, mely készségei szorulnak fejlesztésre az önmenedzselés terén, milyen új tanulási stratégiákat kell elsajátítania ahhoz, hogy minél hatékonyabb legyen az ismeretszerzés. Hangsúlyt kell fektetni arra, hogy a várakozási időt (pl. hosszabb időtartam két egyetemi óra között) hogyan tudja eltölteni a fiatal anélkül, hogy zaklatott állapotba kerülne.

Az Átmeneti Terv része kell, hogy legyen egy alternatív terv is, hiszen az átmenet tervezése idején még nem lehet tudni, hogy felvételt nyert-e a fiatal. Az alternatívának tartalmaznia kell azokat a lehetőségeket, amelyek szóba jöhetnek az egyetem helyett (pl. OKJ tanfolyam, támogatott foglalkoztatás).

## Munkavállalás

Azoknak a fiataloknak, akik nem a továbbtanulást választják, a munka világába kell belépniük. Az autista fiatalok munkavállalása többféle módon történhet: teljes vagy részmunkaidős állásban a nyílt munkaerőpiacon, támogatott foglalkoztatás keretében ugyanitt vagy védett

munkahelyen. Az átlagos intellektuális képességű és nyelvi adottságokkal rendelkező autista emberek egy része támogatás nélkül is képes megállni a helyét a nyílt munkaerőpiacon. Esetükben a nehézséget elsősorban a szociális aspektusok jelenthetik, például a vezetővel és a munkatársakkal való, a helyzetnek megfelelő kommunikáció megvalósítása, társalgás kötetlenebb, pl. étkezési helyzetben, munkaidő utáni, strukturálatlan szabadidős programokon való részvétel során, stb.

Általánosságban jellemző, hogy az autizmussal élő munkavállalóknak nehézségeik lehetnek a hatékony kommunikációval, a szociális helyzetek megértésével, illetve olyan viselkedési jegyeket is mutathatnak, amelyek megnehezíthetik a munkában való részvételt (Howlin, 2001).

A nyílt munkaerőpiacon való megjelenés hasonlóan komoly kihívások elé állítja az érintett fiatalokat, mint a továbbtanulás. A támogatott foglalkoztatás egyre szélesebb elterjedése az elhelyezkedési lehetőségeiket úgy növeli, hogy az egyéni szükségletekre alapozza a támogatást. Ennek mértéke, intenzitása folyamatosan csökken, alkalmazkodva az egyéni eredményekhez és tempóhoz. A támogatott foglalkoztatás alapelve, hogy a kiválasztott munkakör illeszkedjen az egyéni kompetenciákhoz (Volkmar&Wiesner, 2013).

Az autizmus-specifikus támogatott foglalkoztatás alapját – a támogatás más területeihez hasonlóan – a személyre szabott megfelelő struktúra, az előrejelzés, a bejósolhatóság, a vizuális megerősítés, az egyértelmű kommunikáció, a motiváció és a társas felkészítés adják. K. Lee és munkatársa szerint a beilleszkedést megnehezíti, hogy a középiskolában nem igazán kerül szóba a munkára való felkészítés, csak a tanulmányi előmenetelre fókuszálnak. Bár a leendő munkavégzés szempontjából az előmenetel az akadémikus készségek terén vitathatatlanul fontos szempont, de nem az egyedüli. A szerzők hangsúlyozzák, hogy az átmenetet minőségi szolgáltatásnak kellene támogatni, melyre többek között jellemző a hatékony együttműködés kialakítása az intézmények között, a szociális és a foglalkoztatáshoz kapcsolódó készségek tanítása, az önállóság és a függetlenség elősegítése (Lee&Carter, 2012).

Temple Grandin hangsúlyozza, hogy az érintett fiataloknak joguk van olyan munkát vállalni, amely vonzza őket. Célszerű az iskolai tapasztalatokat is szem előtt tartani ebben az időszakban, hiszen a tanárok visszajelzései segíthetnek a pályaválasztásban. Ismereteik nagyban segítik annak a megítélését, hogy a fiatalnak mely területen vannak erősségei, illetve nehézségei. Jó gyakorlat, ha a kamaszok különböző szakemberekkel és minél változatosabb munkahelyekkel találkozhatnak (Grandin&Duffy, 2004).

Hazai szakemberek által kidolgozott program az Autizmus-specifikus Támogatott Foglalkoztatás (ATF) módszertana. A programon belül gondosan feltárt – autizmussal élő emberek speciális szükségleteire felkészített – munkahelyek várják a fiatalokat. A lehetőségről mindkét fél toborzás útján értesül (pl. hirdetések, tájékoztató előadások). A munkába álló fiatal két – egymást kiegészítő, de különböző felkészültségű – szakember támogatja: autizmus-specifikus tudással rendelkező szakember és foglalkoztatási tanácsadó. Felméri a programba bevont munkavállalók munkakészségeit, beszélgetnek velük, és sor kerül szülői interjúra (amennyiben lehetséges), az intellektuális képességek és képességstruktúra felmérésére, majd munkapróbára. Ennek alapján a szakemberek Egyéni Munkavállalási Tervet dolgoznak ki. A terv megvalósulásának biztosítékeként Együttműködési megállapodást fogalmaznak meg, melyet a két szakember és a munkavállaló (esetleg a szülő is) ír alá. A munkavállaló hosszabb felkészítési folyamaton halad végig, mely tartalmazza többek között a hivatalos ügyintézés, a megjelenés gyakorlását és a pályorientációt. A felkészítés formája lehet egyéni és csoportos, valamint része még a terepgyakorlat. Ha a felkészítés lezárul, a

munkavállaló állásinterjún vesz részt. Amennyiben megfelel, elkezdődik a munkahelyre való beilleszkedés támogatása: nem csak a konkrét munkavégzés betanítását segítik, ugyanúgy hangsúlyt fektetnek a társadalmi érintkezés és a munkahelyi szokások gyakorlására. A programot egy civilszervezet<sup>7</sup> vezette be Magyarországon, és jelenleg is támogatják az autista munkavállalókat (Jasper&Kanizsai-Nagy, 2011).

#### *Kristóf*

*Kristóf 23 évesen fejezte be tanulmányait. A jó képességű, autizmussal élő fiatal számára az újdonságok elfogadása és kezelése, az idegen emberekkel való gördülékeny társalgás és a rugalmas szempontváltás nagyon nehéz, de számos, a munkavállaláshoz és felnőttkori önállósághoz fontos készsége már kialakult. Érettségit és részszakmát szerzett.*

*Első munkahelyén napi 8 órában irodai munkakört töltött be a nyílt munkaerőpiacon. Ez a munkakör sok szempontból rendkívül megterhelő volt számára, nagyon elfáradt, előfordult az is, hogy hibázott, ami nagyon megviselte. Munkatársai nem igazán készültek fel az autizmussal élő munkatárssal való együttműködésre, így a beilleszkedés kevésbé volt sikeres.*

*Kristóf és családja ezután döntött úgy, hogy a fiatal bekapcsolódik egy civil szervezet támogatott foglalkoztatási programjába. Ennek keretében több hetes tanfolyamon vett részt, mely során felmérték az erősségeit és a nehézségeit, elsajátította a munkavégzéshez, a munkahelyi beilleszkedéshez szükséges általános ismereteket, majd a munkapróba következett. Ezután már könnyebb volt számára megfelelő munkaidőben, megfelelő munkakört találni, mivel a civil szervezet a program részeként számos munkáltatóval állt kapcsolatban. A programban résztvevő munkahelyeken a leendő munkatársak felkészítést kaptak a különleges fejlődésmenetű, például autizmussal élő kollégákkal való együttműködésre. Kristófit a program keretében az első hetekben mentor kísérte el a munkahelyére, segítve a kezdeti szervezési, társas és kommunikációs nehézségek leküzdését, az új napi rutin kialakítását. A mentor fokozatosan visszavonult, de az utánkövetés még egy évig biztosított volt. Kristóf nagyszerűen érzi magát a munkahelyén, kollégái és főnökei elégedettek vele, és elismerik a munkáját.*

#### *Információszerzés, felmérés*

Először azt a legfontosabb megtudni, mi a fiatal érdeklődési területe, van-e már konkrét elképzelése a munkájával kapcsolatban, és ha igen, az mennyire reális.

A felmérésnek arra kell irányulni, hogy:

- kialakultak-e azok a munkakészségek, amelyek elengedhetetlenek az adott munkakör végzéséhez (pl. kézügyesség, precizitás),
- megvannak-e azok a viselkedésformák, melyek megléte elvárt a munkahelyen (pl. időkeret tartása, eszközök megosztása),
- mi jellemzi a fiatal kommunikációértését és használatát,

<sup>7</sup> Salva Vita Alapítvány (szerk.)

- tud-e segítséget kérni,
- elviseli-e a negatív kritikát,
- hogyan tölti el a strukturálatlan időszakot a munkahelyén.

#### *A fő cél(ok) meghatározása*

A hosszú távú cél, hogy a fiatal be tudjon illeszkedni a munkahelyén, és megbízhatóan elvégezze a munkáját.

A rövid távú célok fókusza lehet többek között:

- monotóniatűrés kialakítása,
- figyelemösszpontosítás időtartamának növelése,
- utasítások pontos követése,
- segítségkérés képességének kialakítása,
- társas együttműködés elsajátítása,
- zökkenőmentes tevékenységváltás.

Ennél konkrétabb, speciálisabb célokat is kitűzhetünk, ha már pontosan be tudjuk határolni a munkakört, és a munkahelyről több ismeretet szerzünk.

#### *Az átmenetben résztvevő team létrehozása*

A team tagjai a fiatal az iskolában támogató gyógypedagógus, esetleg más pedagógus, volt osztályfőnök, a leendő munkahely támogató szakembere, a család és a maga a fiatal.

#### *A fogadóhely bevonása*

Amennyiben az adott munkahelyen működik program a fiatalok támogatására, egyszerűen megoldható a fogadóhely bevonása. Felmérés keretében a fiatal próbanapon megismerkedhet néhány munkakörrel, és a team tagjaival közösen eldöntheti, hogy melyik a legmegfelelőbb számára.

Ha önállóan keres munkát a nyílt munkaerő-piacon, akkor a korábban vázolt lehetőségek nem állnak a rendelkezésére, a felmerülő nehézségekkel (munkával kapcsolatos, szociális-kommunikációs fennakadások) támogatás nélkül kell megküzdenie.

#### *A környezet adaptálásának és a szükséges szakmai támogatás megtervezése*

A biztonságos, stresszmentes és hatékony munkához mindenképpen nélkülözhetetlen az autizmus-specifikus támogatás. A segítő eszközöket már az iskolában érdemes úgy kialakítani, hogy azok minél könnyebben alkalmazhatók legyenek a többségi környezetben, és ne tegyék az autista embert zaklatás célpontjává. Erre a célra a digitális eszközök tökéletesen megfelelőek. A megszokott napirendre továbbra is szükség lehet, de emellett elengedhetetlen a munkaidő pontos beosztása. Célszerű, ha a napirendben szerepel az érkezés időpontja, az esetleges átlötözés időtartama, a szünetek ideje és a munka vége. Az elvégzendő

munkafolyamat problémamentes végrehajtását jól támogathatják a különböző vizuális jelzések, pl. jelölések a munkaasztalon, folyamatleírások, a folyamat lépései digitális eszközön.

A fiatalnak tudnia kell, kinek és miként jelezze, ha elakad a munkában, vagy ha szüksége van valamire. Fontos megbeszélni és jelzésekkel segíteni a munkán kívüli helyzetekkel (pl. étkezés, kávészünet, mosdóhasználat) kapcsolatos információkat. Jó, ha a digitális eszközön megtalálhatók a problémák megoldását segítő ötletek, tennivalók, de bármilyen támogatás papíralapú is lehet.

### *A kulcsfontosságú, tanítandó készségek, viselkedés tanulása, általánosítása*

A munkavállaláshoz szükséges készségek fejlesztésével már az iskolában foglalkozni kell, hogy a munkakezdésnél legyen mire támaszkodni. A munkahelyen nélkülözhetetlen alapvető készségek például:

- a munkatársak közelségének elviselése,
- a munkatársak tempójának követése,
- figyelemfelhívás, segítségkérés,
- utasítások betartása,
- elfogadható közeledés a munkatársakhoz,
- társalgás kávé- és ebédszünetben.

Ezek a készségek az osztálytársak körében akár működhetnek gördülékenyen, de az új környezetben nem biztos, hogy a fiatal könnyedén mozgósítani tudja a korábban elsajátítottakat.

### *Az átmenet folyamatának megtervezése és kivitelezése*

Az Átmeneti Terv alapján már az iskolában kirajzolódik a fiatal előtt, hogy hamarosan átlép a felnőtt életbe, az életének új szakasza következik. A terv tartalmazza mindazon készségeket, amelyek már kialakultak, de az általánosítás folyamata még nem indult el, és részét képezik a hiányzó, de szükséges készségek és azok elsajátításának üteme. Kitér arra, hogyan lehet a fiatal specifikus támogatását megvalósítani az új körülmények között.

A fiatal segítése az átmenet folyamatának támogatása mellett hosszabb távon is indokolt lehet, hiszen bármikor felléphetnek nehézségek, szembekerülhet újabb kihívásokkal, és bekövetkezhetnek váratlan események (Hendricks&Wechman, 2009).



## Hivatkozások

Autism Speaks (2014) Transitioning Toolkit

Grandin, T., & Duffy, K. (2008) Careers for Individuals with Asperger Syndrome and High-Functioning Autism. *Autism Asperger Publishing, Shawnee*

Hendricks, D. R. & Wechman, P. (2009) Transition from School to Adulthood for Youth with Autism Spectrum Disorder, *In: Focus on Autism and Other Developmental Disabilities, Volume XX Number X*

Howlin, P. (2001) Autizmus – Felkészülés a felnőttkorra. *Kapocs Könyvkiadó, Budapest*

Jásper, É., Kanizsai-Nagy, I. (2011) Autizmus Specifikus Támogatott Foglalkoztatás. *Fogyatékos Személyek Esélyegyenlőségéért Közalapítvány, Budapest*

Lambe, S., Russell, A., Buttler, C., Fletcher, C., Ashwin, Ch. & Brosnan, M. (2018) Autism and the transition to university from the student perspective *in: Autism, [journals.sagepub.com/home/aut](http://journals.sagepub.com/home/aut)*

Lee, K. G. & Carter E. W. (2012) Preparing Transition-aged Students with High-funktioning Autism Spectrum Disorders for Meaningful Works, *Psychology in the Schools, Vol. 49. (10)*  
[wileyonlinelibrary.com/journal/pits](http://wileyonlinelibrary.com/journal/pits)

Manuel-Jones, C. (2015) Housing with support: the options for autistic adults, *The National Autistic Society, London*

Schall, C., Wehman, P. & Carr, S.(2014) Transition from High School to Adult School for Adolescent and Young Adults with Autism Spectrum Disorders. In: Volkmar F. K., Reichow, B., McPartland, J.C.(ed) Adolescents and Adults with Autism Spectrum Disorders, *Springer, New York*

Schenk, Tné & Justin, M. (2019) A támogatott lakhatás és szolgáltatási gyűrű kialakításának és működtetésének protokollja. *Nemzeti Fogycatékosságuigi- és Szociálpolitikai Központ Közhasznú Nonprofit Kft., Budapest*

Thomson, C., Bölte, S., Falkmer, T. & Gildler, S. (2018) To be understood: Transitioning to adult life for people with Autism Spectrum Disorder. *PLOS ONE 13(3): e0194758.*  
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0194758>

Volkmar F. R., Wiesner L.A.: (2013) Az autizmus kézikönyve – amit minden szülőnek, családtagnak és tanárnak tudnia kell. *AOSZ, Geobook, Budapest*

## V. Mellékletek

1. sz. Melléklet: Szempontok a munkára való felkészüléshez és a mindennapi önállósághoz szükséges készségek felméréséhez – Szülői változat
2. sz. Melléklet: Alapinformációk az átmenethez – Űrlap a fogadó intézmény számára
3. sz. Melléklet: Esetleírás – Zita
4. sz. Melléklet: Példa az átmenetet támogató tervre
5. sz. Melléklet: Kiadványok, támogató anyagok

## Szemponatok a munkára való felkészüléshez és a mindennapi önállósághoz szükséges készségek felméréséhez Szülői változat

Készítette: Roberta Weaver és Joseph R. DeLuca

Funded through the Ohio Department of Education, Division of Special Education, with monies provided through Title VI-B (Education of All Handicapped Children Act, P.L. 94-142).  
Administered by Miami Valley Special Education Center. Fiscal Agent: Montgomery County Board of Education

Az alábbi felmérés célja, hogy más, formális és informális felméréseket kiegészítve segítse a munkavállaláshoz szükséges készségek egyéni feltérképezését.

Az autizmus-specifikus felmérések mindig többféle környezetből és forrásból gyűjtik össze a szükséges információt, hogy megalapozott, egyénre szabott, konkrét célokat lehessen kitűzni a tervezéskor. A felmérés során lehetőség szerint készüljön interjú a fiatallal, vagy figyeljék meg különböző helyzetekben, és a szülők mellett az őt ismerő szakemberek is mondják el a tapasztalataikat.

Ez a felmérés a szülők megfigyeléseit és véleményét rögzíti azzal kapcsolatban, hogy miként ítélik meg a gyermekük teljesítményét konkrét, mindennapi helyzetekben. A felmérés által megcélzott tárgykörök az autizmussal élő fiatalokat gyakran kihívás elé állítja, ezért lényeges, hogy ráirányítsuk a szülők figyelmét e területek fontosságára és a munkavállalásban betöltött jelentőségükre.

## INFORMÁCIÓK A GYERMEKRŐL

Név: \_\_\_\_\_ Születési dátum: \_\_\_\_\_

## MEGHATÁROZÁS

Foglalkoztathatósághoz szükséges készségeknek azokat a szociális viselkedésformákat és mindennapos szokásokat nevezzük, amelyek a munkáltatók és a pályakezdő munkavállalók szerint elengedhetetlenek a munkahelyen való sikeres munkavégzéshez. Olyan mindennapi élethez szükséges készségekről van szó, melyeket ugyanolyan alaposan meg kell tanítani, mint az alapkészségeket. Fejlesztésük egész életen át tartó folyamat, amely során a gyermek adottságaitól és életkorától függő teljesítmény várható. A szülők felelőssége, hogy minden fejlődési szakaszban legyenek elvárásaik a foglalkoztatáshoz szükséges készségekkel összefüggően, és erre tanítsák is a gyermeküket.

## ÁLTALÁNOS INSTRUKCIÓK

A kritériumokon alapuló ellenőrző lista 14 éves kortól kezdve évente megismételhető annak érdekében, hogy felmérjük a gyermek teljesítményét a foglalkoztathatósághoz szükséges 24 legfontosabb készség területén. Ezeket az alapvető készségeket az „Ohio – foglalkoztathatósághoz elengedhetetlen készségek” elnevezésű projektben határozták meg. Minden készséghez három leírás tartozik, a gyermek teljesítménye az alábbi skála mentén sorolható be: 3 = általában, 2 = néha, 1 = ritkán, 0 = soha.

PÉLDA (egy 14 éves gyermeknél)

### I. ÖNELLÁTÁSI KÉSZSÉGEK

A. Megfelelő tisztálkodási és önápolási szokásokkal rendelkezik:

- a szülői elvárásoknak megfelelően tisztálkodik
- a szülői elvárásoknak megfelelően ápolja a kinézete (jól fésült, ing betűrve, stb.)
- a szülői elvárásoknak megfelelően következetesen, önállóan tisztán tartja és ápolja magát

Életkor

14	15	16	17	18	19	20	21
2							
1							
1							
4							

B. Megfelelően öltözködik:

- olyan ruhát választ és hord, amit az adott időjárás/aktivitás/szociális körülmény megkövetel
- felismeri, amikor a ruhát nem jó felvenni (piszkos, nem áll jól, stb.)
- jó állapotban lévő, tiszta, öltözéket hord, részletesen figyelve a külső megjelenésre

Életkor

14	15	16	17	18	19	20	21
2							
3							
1							
6							

Az egyes meghatározásokra adott értékeket összeadjuk, és az összértéket a gyermek foglalkoztathatósági készségeiről készült profiljában rögzítjük. A kész profil grafikusán megjeleníti a gyermek foglalkoztathatóságra vonatkozó teljesítményét, ami segítheti a tanítás megtervezését.

## OHIO foglalkoztathatósághoz szükséges készségek projekt

Funded through the Ohio Department of Education, Division of Special Education, with monies provided through Title VI-B (Education of All Handicapped Children Act, P.L. 94-142).  
Administered by Miami Valley Special Education Center. Fiscal Agent: Montgomery County Board of Education

**3 = általában**

**2 = néha**

**1 = ritkán**

**0 = soha**

### I. ÖNELLÁTÁSI KÉSZSÉGEK

A. Megfelelő tisztálkodási és önápolási szokásokkal rendelkezik:

- a szülői elvárásoknak megfelelően tisztálkodik
- a szülői elvárásoknak megfelelően ápolja a kinézete (jól fésült, inge betűrve, stb.)
- a szülői elvárásoknak megfelelően következetesen, önállóan tisztán tartja és ápolja magát

B. Megfelelően öltözködik:

- olyan ruhát választ és hord, amit az adott időjárás/aktivitás/szociális körülmény megkövetel
- felismeri, amikor a ruhát nem jó felvenni (piszkos, nem áll jól, stb.)
- jó állapotban lévő, tiszta, öltözéket hord, részletesen figyelve a külső megjelenésre

C. Megfelelő mobilitási képességekkel rendelkezik:

- a saját környékén sétálva vagy közlekedve, betartva a biztonsági előírásokat
- a saját környékén járva, ezen felül a kirándulásokon és középületekben
- a tágabb közösségben

D. Hatékonyan kommunikál:

- hatékonyan figyel és ért, beleértve a szemkontaktus-használatot
- kifejezi magát, kérdést tesz fel és válaszol
- elvárható társalgási készségeket mutat (átadja/átveszi a szót, odaillő témát választ, stb.)

### II. ÁLTALÁNOS MUNKAKÉSZSÉGEK/SZOKÁSOK

A. Megfelelő időérzéssel rendelkezik:

- időben elkészül az iskolába induláshoz
- időben érkezik a megbeszélte családi és szabadidős tevékenységekre
- ha késik, értesíti a családját a megbeszélte szabályok szerint

B. Folyamatosan végzi a feladatát:

- a szülői elvárásoknak megfelelően, a meghatározott időkereten belül végzi el a feladatot
- elvégzi a feladatot anélkül, hogy bármi elvonná a figyelmét
- ha valami elvonta a figyelmét, visszatér a feladathoz

C. Önállóan dolgozik:

- megtalálja a munkavégzéshez szükséges anyagokat
- a munkát késedelem nélkül képes megkezdeni
- a munkával kapcsolatos kérdéseit a megfelelő időben felteszi a családtagjainak vagy kortársainak

### III. FELADATVÉGZÉSHEZ KAPCSOLÓDÓ KÉSZSÉGEK

#### A. Törődik a munka- és lakókörnyezetével:

- az elvárásoknak megfelelően használja a munkaanyagokat és egyéb dolgokat
- képes megtalálni és a megfelelő helyükre visszatenni a munkaanyagokat és egyéb dolgokat
- fenntartja és törődik a munka- és lakókörnyezetével

#### B. Követi a biztonsági szabályokat

- kellő óvatosságot mutat a tűzhely, az elektromos eszközök, a víz és a lépcsők stb. használata során
- az eszközöket és munkaanyagokat csak rendeltetésüknek megfelelő célra használja
- szimulált sürgősségi helyzetben megfelelően hajtja végre a biztonsági előírásokat

### IV. MUNKAMENNYISÉG

#### A. Időben befejezi a munkát:

- időben befejezi a feladatot, szülői felszólításra
- időben befejezi a feladatot, szülői felszólítás nélkül
- elfogadható sebességgel dolgozik az adott feladaton

#### B. Kitartóan dolgozik:

- szünet nélkül elvégzi a korcsoportjának megfelelő feladatot
- a munkasebességét elfogadható szinten tartja anélkül, hogy elfáradna
- befejez, megtanul új feladatot anélkül, hogy az a régebben elvégzettnél mutatott teljesítményét rontaná

#### C. Alkalmazkodik a növekvő munkamennyiséghez:

- elvégzi a további feladatokat, szülői felszólításra
- próbálkozik az új feladattal, anélkül, hogy a frusztráció jeleit mutatná
- elvégzi a további feladatokat, szülői felszólítás nélkül

### V. A MUNKA VÉGZÉS MINŐSÉGE

#### A. Megfelelően választ és döntéseket hoz:

- több lehetőség közül a helyes megoldást választja
- korának megfelelő döntést hoz, szülői beavatkozás nélkül
- problémás helyzetekre ésszerű, alternatív megoldásokkal válaszol

#### B. Felismeri és kijavítja hibáit:

- ellenőrzi a feladat helyességét, mielőtt befejezettnek nyilvánítaná
- önellenőrző módszereket használ a feladat értékelésére
- egy hiba felismerése után kijavítja azt

### VI. SZÜLŐVEL, FELNŐTTEL VALÓ KAPCSOLAT

#### A. Elfogadja a szülő, felnőtt építő kritikáját:

- képes az építő kritika végighallgatására, oda nem illő gesztusok és megjegyzések nélkül
- építő jellegű kritika hatására képes a kért változtatások végrehajtására
- képes a végbement változtatást és a teljesítmény javulását felismerni

- B. Követi a szülőtől, felnőttől származó utasításokat:
- szóbeli utasítások alapján helyesen végrehajtja a feladatot
  - írásbeli utasítások alapján helyesen végrehajtja a feladatot
  - megosztja és elfogadja annak a következményeit, ha nem követte az utasításokat
- C. Képes a segítség kérésére, ha szüksége van rá:
- felismeri, ha segísége van szüksége
  - támogatást kér, amikor segísége van szüksége
  - a kért információt használva oldja meg a problémát

## VII. KORTÁRSÁKKAL VALÓ KAPCSOLAT

- A. Együttműködik a kortársaival:
- jól kijön másokkal
  - képes a kortársaihoz segítségért fordulni
  - képes irányítani a kortársakat anélkül, hogy az erőszakosan történjen
- B. Tiszteli mások jogait és tulajdonát:
- képes átadni a lehetőséget/lépést másoknak
  - engedélyt kér, hogy mások tulajdonát használhassa
  - a kölcsönvett tulajdont tiszteletben tartja/vigyáz rá
- C. Megfelelő nyelvezettel és viselkedéssel kommunikál a kortársaival:
- használja a hétköznapi viselkedési formákat (kérem, köszönöm)
  - kerüli a mások bosszantását, csúfolását
  - az adott szituációnak megfelelő nyelvezetet használ

## VIII. MUNKÁHOZ VALÓ HOZZÁÁLLÁS

- A. Keres és kialakít egyéni célokat:
- képes rövid távú célok elérésére, úgy, hogy napi feladatokat teljesít
  - képes elvégezni a tervezett tevékenységeit iskola után, hétvégén vagy nyaraláson
  - olyan egyéni célokat keres és alakít ki, amelyek elérhetőek és képességeinek megfelelnek
- B. Kezdeményező:
- elkezd a feladatot, amint megkérik rá
  - buzdítás nélkül nekikezd a feladatnak
  - további munkát és utasítást kér, amikor a feladatot elvégezte
- C. Elfogadja a társadalmi értékeket és jutalmat/megerősítést:
- elfogad különböző fajta jutalmat/megerősítést a jól végzett munkáért
  - felismeri, amikor jól végezte el a munkát
  - megfelelő módon reagál, amikor megdicsérik a jól elvégzett munkájáért
- D. Büszkeséggel tölti el a munkája:
- megosztja az eredményeit másokkal
  - törekszik olyan szituációk teremtésére, amelyek a képességei fejlesztését és bővítését igénylik
  - hozzájárul a családi jólléthez



## Foglalkoztathatósági készségek profil – gyermek

Önellátási készségek	Munkaszokások	Feladatvégzés	Munkamennyiség	Munkaminőség	Kapcsolatok Felnőttek	Kapcsolatok Kortársak	Munkához való hozzáállás
Higiéne, önápolás							
Megfelelő öltözködés							
Önálló közlekedés							
Hatékony kommunikáció							
Időtartás							
Kitartás							
Önállóság							
Törődés a környezettel							
Biztonság betartása							
Időben befejezés							
Kitartás							
Alkalmazkodás a követelményekhez							
Választások, célok							
Hibák javítása							
Kritika elfogadása							
Utasítások követése							
Segítségkérés							
Együttműködés a munkában							
Tisztelet							
Nyelvi szokások							
Személyes célok							
Kezdeményezés							
Értékek, jutalmazás							
Munkabüszkeség							

Kitöltő személy:

Dátum:

## Alapinformációk az átmenethez Űrlap a fogadó intézmény számára

Személyi adatok:
Tevékenységek, melyeket a fiatal kedvel:
Motivációs lehetőségek, érdeklődési körök:
Tevékenységek, melyekben a fiatal ügyes, sikeres:
Területek, tevékenységek, amelyekben segítségre lehet szüksége:
Dolgok, tevékenységek, melyeket a fiatal egyáltalán nem szeret:
Szenzoros túlérzékenység vagy ingerkeresés, ha van ilyen, és az ehhez kapcsolódó szokás, viselkedés:
Kommunikációértés és használat jellemzői:
Személyközi viselkedés:

A stressz jelei, viselkedés stressz esetén:

Egészségügyi információk:

Autizmus-specifikus támogatás eszközei, módszerei (ha használ ilyet):

## Egy sikertörténet: Zita támogatott lakhatásba költözik

### Két év krónikája dióhéjban

#### Alapinformációk

Zita 20 éves, beszélő, emellett súlyos tanulási nehézségekkel küzdő, az autizmus jellegzetes viselkedéses tüneteit mutató fiatal lány. Erősségei közé sorolható, hogy nagyon rendszerető, precíz, szeret a háztartási munkában részt venni, például főzésben és takarításban. Bár a szóbeli közlések megértésével és követésével gondja akad, a képi szimbólumokat jól érti. Zita kiegyensúlyozott mindennapjaihoz jelentősen hozzájárul az autizmus-specifikus módszertan tudatos alkalmazása. Ha nem érti megfelelően a környezetét, vagy túl nagy a hangzavar körülötte, nagyon hamar stresszessé válik: sír, kiabál, és önsértő viselkedés is kialakulhat. Kulcsfontosságú, hogy az egyénre szabott, érzelmi biztonságot nyújtó vizuális segítségait, kedvelt szabadidős tevékenységeit és azokat a feladatokat, melyeket sikeresen végez, az új, felnőttkori környezetbe is magával vihesse. Szintén lényeges, hogy a fogadó intézmény munkatársai megismerjék, alkalmazzák a bevált együttműködési módokat és a stresszkezelésben alkalmasnak bizonyuló stratégiákat.

#### A szülők és a fiatal perspektívái

Iskolás éveit egy autizmus-specifikus centrumban töltötte, ahol az utolsó néhány évben a munkatársak sokat beszélgettek a szülőkkel a felnőttkori perspektívákról és lehetőségekről. A szülők sokáig nem tudták elképzelni, hogy Zita a családi otthonon kívül máshol is élhetne, és lelkiismeret-furdalásuk volt, amikor felmerült, hogy felnőttkorában lányuk külön költözhetne. A rendszeres beszélgetések során azonban világossá vált, hogy Zita érdeke a biztonságos és a lehető legfüggetlenebb felnőttkori életvitel, ráadásul képes is erre, így a szülők elkezdték feltérképezni a lehetőségeket.

A szakemberek segítettek az intézménytípus kiválasztásában Zita erősségei, vágyai, önállósági és egyéb, frissen felmért képességei tükrében. Támogatták a szülőket az aggályaik elosztatásában és annak megtervezésében, hogy Zitát miként lehet a legjobban bevonni a jövővel kapcsolatos tervekbe.

#### Intézményválasztás

A szülők választása olyan lakhatást és intézményen belüli foglalkoztatást is nyújtó intézményre esett, melyben mód volt Zita biztonságát szolgáló és kedvelt tevékenységeit lehetővé tevő, külön – saját bútorzattal és tárgyakkal berendezett – lakoszoba kialakítására. A család felmérte az anyagi lehetőségeit, és úgy ítélte meg, hogy elő tudja teremteni a szükséges erőforrást gyermekük hosszú távú ellátásának finanszírozására. A fogadó intézmény rendelkezett férőhellyel, a munkatársaknak voltak már autizmussal kapcsolatos tapasztalatai, valamint képzett szakember is rendelkezésre állt.

## Felmérések és az Átmeneti Terv

Az átmenetet támogató team megalakult, koordinátora Zita egyéni fejlesztő gyógypedagógusa volt.

Az intézményválasztást követően a fogadó intézmény munkatársai meglátogatták a családot az otthonában, majd az iskolában is egész napos megfigyelést végeztek.

Ezt követően Zita, az iskola munkatársai és a szülők felkeresték a fogadó intézményt. Zita jól érezte magát, aminek egyik jele volt, hogy több felkínált tevékenységben is részt vett. Az intézmény munkatársairól, az épületről és a belső terekről fotókat készítettek. Egyrészt a későbbiekben Zitával fel tudják idézni az emlékeket, másrészt a vizuális segítség támogatja annak a megértését, hogy hol, mikor és mi fog történni a beköltözés után.

Az iskolában ezt követően célzottan felmérték azokat a kulcsterületeket, melyek a lakhatás és munka szempontjából különösen fontosak lesznek a fogadó intézményben, és az egyéni fejlesztési terv ezekre fókuszált a hátralévő időben. Hangsúlyos volt a gyermekkor-felnőttkor elkülönítése, annak a megértése, hogy a felnőtté vált gyermekek legtöbbször elköltöznek a szülői házból. A szülőkkel friss interjú készült az otthoni önállóság, szokások és preferenciák felmérése érdekében. Végül a több forrásból származó felmérés eredményei alapján elkészült az Átmeneti Terv.

## A beköltözés előkészítése és az új lakóhely elfoglalása

A beköltözést megelőzően megtervezték az új környezethez illeszkedő napirendet, elkészítették és összeállították az egyénre szabott vizuális segítséget: heti rendet, napirendi kártyákat, folyamatábrákat, szociális történeteket, viselkedési szabályokat.

A szülők a Szociális Történet módszerét alkalmazva beszéltek meg lányukkal, hogy hogyan változik meg a költözéssel az életük. A heti rendben egy hónapra előre megjelenítették Zita korábbi otthonában, illetve az új lakóhelyén töltött napokat.

A fogadó intézmény munkatársai részletes leírást kaptak Zita önállóan és csoportban végzett tevékenységeiről, társas viselkedéséről, kommunikációjáról és önállóságáról.

Az iskolából a szakemberek a költözés előtt elutaztak a fogadó intézménybe, és segítettek megtervezni a környezet adaptálását, a konkrét tevékenységi formákat, illetve egyeztették a fogadó intézmény munkatársaival a legfontosabb praktikus tudnivalókat.

A beköltözés napján Zita saját bútoraival és személyes tárgyaival berendezett szobájába érkezett, melyben az önállóságát segítő vizuális algoritmusok is elő voltak már készítve. A fogadó intézmény munkatársai nagyon sok olyan tevékenységet terveztek, melyek Zitának sikerélményt nyújtanak, szükség esetén pedig általa kedvelt jutalmat helyeztek kilátásba.

A gondos előkészítést követően a fiatal sikeresen beilleszkedett új otthonába.

## Utánkövetés

A költözést követő első három hónapban a szülők és a szakemberek gyakran konzultáltak, ha nehézség merült fel, és a korábbi egyéni fejlesztő is elérhető volt.

Példa az átmenetet támogató tervre

<b>NÉV:</b> Nagy Edit		<b>ÉLETKOR:</b> 19 év	
<b>A TERV IDŐTARTAMA:</b> 2020. 01. 01 – 2021. 12. 15.			
<b>A TEAM TAGJAI:</b> Nagy Edit tanuló, Nagy János édesapa, Nagy Anna édesanyja, Szabó Zsuzsa, az egyéni fejlesztést végző gyógypedagógus (autizmus szakirányú végzettséggel), Kiss Eszter osztályfőnök (középiskola), Kovács Zita osztályfőnök (felsőfokú végzettséget nyújtó szakképzés)			
<b>HOSSZÚ TÁVÚ CÉLOK:</b> szakmatanulás, végzettség megszerzése, beilleszkedés az osztályközösségbe, felkészülés a munkavállalásra			
<b>RÖVID TÁVÚ CÉL</b>	<b>FELADATOK, MÓDSZEREK</b>	<b>FELELŐSÖK/ RÉSZTVEVŐK</b>	<b>HATÁRIDŐ/TERVEZETT IDŐSZAK</b>
Átmenet tervezése a középiskolából a szakképzésbe	Az átmenetet támogató team létrehozása  Rendszeres teamtalálkozók	Tanuló, szülők, intézmény munkatársai, folyamatot koordináló egyéni fejlesztő gyógypedagógus	2020. 01. 31-től két havonta
Információgyűjtés: tanuló erősségeinek, vágyainak, céljainak, fejlesztendő területeinek felmérése, az elérhető képzések feltérképezése	Informális felmérések, elérhető adatbázisok áttekintése	Szülők és pedagógusok	2020. március végéig
Hosszú és rövidtávú célok megfogalmazása	A felmérések összegzése alapján a célok meghatározása	Teljes team	2020. április végéig
Az intézmény kiválasztása, jelentkezés	Tájékozódás a bemeneti követelményekről, jelentkezés	Tanuló és szülei	2020. nyaráig
Kapcsolatfelvétel a fogadó intézménnyel, a team kibővítése	A kapcsolat kezdeményezése, a partneri együttműködés kialakítása	Gyógypedagógus-koordinátor	2020. szeptember 30.
A fiatal megismerése a jelenlegi környezetében	Egyszeri vagy többszöri látogatás, közvetlen megfigyelés és megbeszélés	Gyógypedagógus-koordinátor, fogadó intézmény munkatársa	2020. október
A fogadó intézmény megismerése	Helyszíni látogatás az intézményben	Teljes team	2020. október

A sikeres átmenet szükséges kulcskézségek meghatározása	A fogadó intézmény követelményeinek és lehetőségeinek azonosítása	Gyógypedagógus-koordinátor	a képzés kiválasztásától folyamatos
A fogadó környezet adaptálása	Szükség esetén szenzoros védelem, egyénre szabott vizuális segítség megtervezése	Gyógypedagógus-koordinátor	2021. tavasz
Kulcskézségek tanulása, általánosítás	Rendszeres egyéni és kiscsoportos fejlesztés	Tanuló, szülők, intézmény munkatársai	A képzés kiválasztásától folyamatos
A fiatal felkészítése a váltásra	Az elérendő célok, az új napi- és heti rend megvitatása, a változások és az azonos körülmények megismertetése	Tanuló, szülők, gyógypedagógus-koordinátor	A képzés kiválasztásától folyamatos
A fogadó intézmény felkészítése (munkatársak, kortársak, szülői közösség)	Alapinformációk az autizmus spektrum állapotáról, gyakorlati stratégiák megismertetése a mindennapokban	Gyógypedagógus-koordinátor	2021. március-május
Az átmenet megvalósítása	Az első napok forgatókönyvének kialakítása, szükség esetén azonnali korrekció	Gyógypedagógus-koordinátor, fogadó intézmény munkatársa	2021.09. 01.
Sikeres részvétel támogatása az új környezetben	Utánkövetés, a beilleszkedés sikerének monitorozása, a felmerülő problémák megoldására tanácsadás	Gyógypedagógus-koordinátor	2021. december 31-ig, legalább havonta

## Az autizmus és felnőttkori vonatkozásainak mélyebb ismeretét támogató, magyar nyelven elérhető anyagok, kiadványok

- Attwood, T. (2015) Az Asperger-szindróma kézikönyve. *Budapest, Animus Kiadó*
- DATA: Digitális autonómia-támogatás az autizmus spektrumon – Felhasználói tananyag a DATA applikáció alkalmazásához
- Dénesné Spitzer É. szerk. (2010) Foglalkozunk vele! Fókuszban az autizmussal élő emberek munkavállalása. *Aura Egyesület, Budapest*
- Dunn Buron, K. & Curtis, M. (2016) A csodálatos 5-pontos skála – A társas viselkedés és az önkontroll összefüggésének tudatosítása a nevelésben-gyerekek, serdülők és felnőttek számára. *Budapest, Geobook Kiadó*
- Grandin, T. (2014) Képekben gondolkodom – Életem az autizmussal. *Budapest Park*
- Gray, C. (2015) Rajzbeszélgetések – Beszélgetések rajzos illusztrációja autizmussal élők és más hasonló, kommunikációjukban akadályozott gyermekek, fiatalok, felnőttek tanításához és a velük való hatékony társalgáshoz. *Szentendre, Geobook Kiadó*
- Győri, M., Billédi, K. (2018) Atipikus diákok, segítő appok, tudományos evidenciák. *Budapest, ELTE Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Kar*
- Gyógypedagógiai Szemle 2018/3. szám – Tematikus különszám – autizmus
- Howlin, P. (2001) Autizmus – Felkészülés a felnőttkorra. *Budapest, Kapocs Kiadó*
- Jáspér, É. – Kanizsai-Nagy, I. (2011) Autizmus-specifikus támogatott foglalkoztatás – Módszertani kézikönyv. *Budapest, Fogyatékos Személyek Esélyegyenlőségéért Közalapítvány*
- Janoch, M. (2014) Hogyan? Útmutató füzet autizmussal élő emberek problémás viselkedéseinek értelmezéséhez, megváltoztatásához. *Budapest, Kapocs Könyvkiadó*
- Jordan, R. (2007) Autizmus társult értelmi sérüléssel. *Budapest, Kapocs Kiadó*
- Mesibov, G. B., Shea, V. & Schopler, E. (2008) Az autizmus spektrum zavarok TEACCH szemléletű megközelítése. *Budapest, Kapocs Kiadó*
- Nyolc Pont Projekt (2015) Jó gyakorlatok az autizmus ellátás területéről. *FSZK – Autizmus Koordinációs Iroda* [https://issuu.com/autizmuskoordinaciosiroda/docs/aki\\_jo\\_gyakorlatok](https://issuu.com/autizmuskoordinaciosiroda/docs/aki_jo_gyakorlatok)
- Peeters, T. (1998) Autizmus – az elmélettől a gyakorlatig. *Budapest, Kapocs Könyvkiadó*
- Speirs, F. (2014) Ö.T.V.E.N. Önismeret Társas Viselkedés és Egészségnevelés – Oktatási program autizmussal élő tanulók számára. *Budapest, Geobook Kiadó*
- Vermeulen P. (2014) Az autizmus, mint kontextusvakság. *Budapest, Geobook Kiadó*
- Volkmar F. R. & Wiesner, L. A. (2013) Az autizmus kézikönyve – Amit minden szülőnek, családtagnak és tanárnak tudnia kell. *AOSZ, Budapest, Geobook Kiadó*



## Filmek, spotok az autizmus témájában

Autizmus-specifikus módszertani segítség és hiteles információ az autizmusról szülők, testvérek, autista gyermekek és felnőttek, illetve szakemberek tolmácsolásában

Autista vagyok: <https://www.youtube.com/autistavagyok>

Autizmus alapismeretek – Dr. Peter Vermeulen: <https://youtu.be/42yU4OGvAKg>

Autizmus, beszéljünk róla! (<https://www.youtube.com/watch?v=96dlC2vHMRQ>)

Autizmus és öregedés – Dr. Wenn Lawson előadása:  
<https://www.youtube.com/watch?v=tgKkbljVQ7g>

Autizmus-specifikus Támogatott Foglalkoztatás módszertani film: <https://vimeo.com/29034885>

Automatikusan – Az Autisme Centraal filmje az autizmusról: <https://youtube/6nd6vezom0w>

Data minden nAPPra: <https://www.youtube.com/watch?v=DsCS5CQamYI>

Középpontban a boldogság és a jóllét: az autista emberek kimenetelének meghatározása más megközelítésben – Dr. Peter Vermeulen a XI. Autism-Europe Nemzetközi Kongresszuson elhangzott előadása: <https://youtu.be/urb4-ol9yho>

Mária útja: <https://www.youtube.com/watch?v=8ExoWyn0q0g>

Önkontroll és viselkedésproblémák – viselkedéskezelés autizmusban – Bo Hejlskov Elven:  
<https://www.youtube.com/watch?v=ZXtxZYzQeww&t=19s>

Tanulástól a munkavállalásig – Kanizsai Nagy Ildikó:  
<https://www.youtube.com/watch?v=4JtnzbYLiEk>