

# Hogyan változtatja meg az autista gyermekek életét az autizmus-barát környezet?

**Joan Scott Love**

Leeds Beckett Egyetem, a belsőépítészet docense

2019. július 31.

Képzeld el, hogy milyen lehet úgy hordani egy hallókészüléket, hogy a hangerősség a maximumra van állítva és nem tudjuk halkabbra venni. Halljuk azt, amit a velünk szemben ülő ember mond, de ugyanolyan hangosan halljuk a fán daloló madarat, a klímaberendezés bűgő hangját és az autóforgalom morajlását is. A különféle hangforrásokat nem tudjuk kiszűrni, ami hangzavart eredményez. Vegyük még ehhez hozzá, hogy egyes érzékszerveink összeakadnak vagy összegubancolódnak egymással, mint amikor szakadozik a telefonvonal, és akkor már kezdjük kapizsgálni, hogy egyes, az autizmus spektrumon lévő emberek hogyan szembesülnek a világgal. Ezek után aligha meglepő, hogy egy autista gyermek tanítása jelentős kihívásokat tartogat.

A saját lakókörnyezetünkben valamennyiünket seregnyi szenzoros inger bombáz folyamatosan – hangok, szagok, tapintási érzetek, ízek, mozdulatok – a vizuális információ végtelen áradatáról nem is beszélve. Sok embernek sikerül megszűrni ezeket az ingereket és boldogulni azokkal, de az autista emberek másképpen tapasztalják meg a világot. Náluk a szenzoros nehézségek hiperérzékenység (túl sok mindent érzékelnek) vagy hipoérzékenység (túl keveset érzékelnek) formájában vagy akár a kettő kombinációjaként is jelentkezhetnek. Ha egyszerre túl sok információt kell feldolgoznunk, akkor a környezetünk egy csapásra bizonytalan, zavaros helyé válik. A nem várt változások szorongást válthatnak ki, amit nehéz kezelni, ráadásul az ingerek intenzitása is átléphet egy olyan határt, ami már szenzoros túlterheltséget okoz, amit néha – tévesen – dühkitörésként értelmeznek.

Kulcsfontosságú, hogy minden egyes gyermek számára megfelelő tanulási környezetet teremtsünk. Az autista gyermekek esetében ennek különösen nagy jelentősége van, így esetükben kiemelt előnyökkel járhat egy ideális belsőépítészeti kialakítású és berendezésű környezet.

Immáron 5 éve kutatom, hogy hogyan is lehet a jövő tervezőinek megtanítani az autizmus-barát terek megtervezését és kialakítását, melynek részeként már 8 esettanulmányt végeztünk iskolákban és felsőoktatási intézményekben. A kutatás eredményeként számos módszert és lehetőséget találtunk a terek megváltoztatására, amikkel az iskola segíteni tudja az autista gyermekeket vagy fiatalokat abban, hogy könnyebben megbirkózhassanak a környezetükkel és ennek köszönhetően hatékonyabban tudjanak tanulni.

## Hogyan segíthetnek az iskolák?

Az egyik legfontosabb javaslat, hogy vegyük figyelembe, hogy az autista emberek számára nagy jelentőséggel bír a felkészülés egy adott tevékenységre, mivel ez lehetőséget biztosít számukra ahhoz, hogy a saját tempójukban dolgozzák fel a szükséges információkat. Ez tehát időt biztosít a gyermekeknek, hogy felkészülhessenek rá, mit is várnak el tőlük. Ez a fajta felkészülés csökkenti a szorongásukat, megnyugtatja őket és javítja a tanulási képességüket is, mivel nyitottabbá válnak a tanulásra.

### **1. Teremtsenek pihenésre alkalmas helyeket!**

Használjunk ki minden beszögellést és falmélyedést! Ürítsük ki a „lépcső alatti teret” vagy szabadtéren különítsünk el egy helyet arra, hogy valaki elvonulhasson a többiektől, feldolgozhassa az információkat és „újrakalibrálhassa” magát. Ez akár azt is jelentheti, hogy egy szekrényről leszereljük az ajtót vagy elhelyezünk egy gyorsan felállítható (pop-up) sátrat. Ez különösen fontos az egyik épületből a másikba való áthaladásnál – amikor jelentős különbség van a kétféle környezet között.

### **2. Legyen több bejáratuk!**

Az iskolák főbejárata gyakran túlszűfolt és zajos, biztosítsunk egy nyugodtabb, csendesebb oldalsó bejáratot. Az iskolák azzal is segíthetik a diákjaikat, ha egy lassabb, hosszabb utat és egy gyorsabb, rövidebb utat is kijelölnek a játszótérről vissza az osztályterembe. Ezáltal két dolgot is biztosíthatnak: egyrészt választási lehetőséget, másrészt plusz időt az információk feldolgozásához.

Ehhez hasonlóan, az is sokat segíthet, ha tompítani tudják az átmenetet (határt) egy belső és egy külső tér között. Például, egy nagyobb vitorlavászon kifeszítésével vagy egy pavilonnal nemcsak egy esőtől védett külső tanulási helyszínt biztosíthatunk, de ez abban is segít, hogy mikor kilépnek az udvarra, tompítsa a szenzoros ingerek hirtelen változását és az ezek által kiváltott szorongást.

### **3. Az ablakok, nyílások is megnyugvást nyújthatnak**

Vannak gyermekek, akik szoronganak és rituálészerű viselkedés jellemzi őket, ők általában szeretnek vissza-visszatérni a már jól ismert helyükre, mert az megnyugtatja őket. Ha megfelelően elhelyezett nyílásokat biztosítunk nekik, akkor nem kell visszamenniük arra a helyre, már attól is megnyugszanak, ha visszanézhetnek rá a közelből. Ezáltal több időt lehet a tantermi tanulásra fordítani.

### **4. Kössék össze a részeket!**

Az iskoláknak keresni kell a lehetőséget arra is, hogy olyan tevékenységeket kínáljanak, amelyek a mindennapos élethelyzetekben felmerülő feladatokat imitálják, mivel ez lehetővé teszi az autista gyermekek számára, hogy a dolgok közötti kapcsolatokat, mintázatokat felfedezzék. Bent a tanteremben és kint a játszótéren vagy az udvaron is berendezhetünk egy leegyszerűsített “játék” boltot, hogy segítsünk a gyermekeknek megtanulni, hogyan általánosítsák különféle környezetekre azt a készséget, hogy fizetségért cserébe árucikkeket kapnak.

### **Egy gazdagabb tanulási élmény**

Az “ismerkedő terek” alkalmazása is kiváló ötlet, mivel ezek helyet és lehetőséget teremtenek a gyermekeknek arra, hogy egy felkészítő, előzetes tevékenységben vegyenek részt, ami a későbbi, tágabb tevékenységnek egy kisebb vagy egy bizonyos részéből ad nekik ízelítőt.

Ez megkönnyíti a gyermekek számára az utat a tényleges tevékenységhez – mondjuk a falra szerelt fémtárgyak hangjával való játék, mielőtt egy hangszeren kezdene játszani, vagy egy vizesárokvaló ismerkedés, mielőtt megmerítkézne az úszómedence vizében.

A fenti ötletek is megmutatják, hogy az autista gyermekek és fiatalok számára kulcsfontosságú a gazdagabb tanulási élmény elősegítése egy szabályozott, az igényeikre reagáló környezet megteremtésével. Az egyik legalapvetőbb és legfontosabb dolog, amit figyelembe kell vennünk, hogy nincs két autista ember, akik pont ugyanúgy érzékelnék a környezetet, ezért nem létezik egyetlen helyes út, megközelítés vagy megoldás egyik szenzoros területen sem. Az egyéni igényekhez igazított apró változtatásokkal (amilyeneket fent leírtunk) viszont nagy

eredmények érhetőek el, amik nemcsak megkönnyítik a gyermek számára a tanulást, de a gyermek és a családja életminőségét is jelentős mértékben javítani tudják.