

# ÚTMUTATÓ

autizmus-barát rendezvények szervezéséhez  
integráló intézmények számára





# ÚTMUTATÓ

---

autizmus-barát rendezvények szervezéséhez  
integráló intézmények számára

Szerzők

© Sajó Eszter

© Weibli Mónika

© Rajnik Kata

Lektorálta

Várnai Zsuzsa

Szerkesztette

Somogyi Krisztina

Borítóterv

Lelkes Szilvia

© Fogyatékos Személyek Esélyegyenlőségéért Közhasznú Nonprofit Kft., 2015

1071 Budapest, Damjanich utca 4.

A kiadvány az Európai Unió Szociális Alapjának támogatásával, a Nyolc Pont projekt keretében létrejött Autizmus Koordinációs Iroda (AKI) gondozásában készült.

Autizmus Koordinációs Iroda

[www.autizmusiroda.hu](http://www.autizmusiroda.hu)

Nyolc Pont - „Az autista személyek ellátórendszerének országos szintű, komplex innovációja szakmai tanácsadó hálózat és koordinációs központ kialakításával” kiemelt projekt (TÁMOP 5.4.11-12/1-2012-0001)



# TARTALOMJEGYZÉK

---

1. Bevezető	5. oldal
2. Hogyan használd?	7. oldal
3. Az autizmusról	10. oldal
4. Farsang az iskolában	15. oldal
4.1 Tervezés	15. oldal
4.2 Autizmusbarát környezet eszközeinek kitalálása, elkészítése, beszerzése	17. oldal
4.3 Autizmussal élő gyermek felkészítése a farsangra	19. oldal
4.4 Kivitelezés	20. oldal
4.5 Utómunkálatok	21. oldal
5. Múzeumlátogatás	25. oldal
5.1 Tervezés	25. oldal
5.2 Előkészületek	27. oldal
5.3 Az esemény	31. oldal
5.4 Utómunkálatok	32. oldal
Mellékletek	35. oldal
M.1 Szociális történetek	35. oldal
M.2 Napirend	38. oldal
M.3 Szempontkártyák	39. oldal
M.4 Naplórészletek	41. oldal
M.5 Checklist	42. oldal
M.6 Példák	43. oldal



# 1

## BEVEZETŐ

Az óvodás/kisiskolás léttel számos olyan tevékenység, élményteli esemény, ünnepség, rendezvény jár együtt, amely a mindennapos rutintól, a hétköznapi menetrendjétől eltér. A legtöbb gyermek számára ez a fajta változatosság örömteli. A megszokott, ismerős aktivitás helyett olyasmivel találkoznak, ami teljesen újszerű, esetleg korábban csupán néhány alkalommal megtapasztalt. Az új élmények új helyszínek megismerését, új emberekkel való találkozást és új tapasztalatokat jelentenek. A gyerekek izgalommal, izgatottsággal, lelkesedéssel és nem kevés kíváncsisággal állnak a még ismeretlen helyzet előtt. A várakozásteli előkészületek, a felfedezés izgalma, a változatosság és a megszokottból való kilépés mind-mind teljesebbé, feledhetetlenebbé teszi az élményt. Minden ilyen esemény a világ egy újabb szeletének megismerését rejti magában. Természetesen egy új vagy nem rutin-szerű esemény olykor az ismeretlennel szembeni szorongást, bizonytalanságot is hozhat a gyermek életébe, de ezekkel a negatív érzésekkel a legtöbb gyerek minden nehézség nélkül megküzd. Ebben segítik a társak, szülők, pedagógusok, ha szükség van rá, de gyakran elég csak annyi, hogy rövid felkészítést kap arról, hogy mire is számíthat.

Mindezek a helyzetek sokkal nagyobb nehézségek elé állítják az autizmussal élő gyerekeket. Az, hogy ismeretlen környezetben és/vagy a megszokottól eltérő eseményen kell részt venniük nagyfokú szorongást jelenthet számukra. A már megszokott és jól ismert, de nehezen megértett világ újra bizonytalanná válik, és az autizmus esetében ezt a bizonytalanságot néhány magyarázó szóval nem mindig lehet eloszlatni. Kézenfekvő megoldás ezekben a helyzetekben, ha inkább megkíméljük az autista gyereket az ilyen jellegű kihívásoktól, ezzel megkönnyítve a környezetében lévő helyzetét is. Ugyanakkor a kézenfekvő megoldás – bár sokszor a legegyszerűbb megoldás – nem feltétlenül a jó megoldás. A többségi közösségbe integráltan járó autizmussal élő gyerekek számára ugyanolyan fontosak a mindennapi élmények, mint társaik számára. Mind a megszokott rutintól eltérő, de átlagos helyzetek és az azokban való részvétel, mind az ezzel megtapasztalt közösségbe, közösséghez tartozás élménye fontos eleme egy autista gyermek integrációjának, és olyan tapasztalatokat nyújt az érintett gyerekeknek, amelyek pótolhatatlanok.

Éppen ezért gondoljuk, hogy közösen kell tennünk azért, hogy az autizmussal élő gyerekek is részesei lehessenek az iskolai/óvodai élet minden történésének. Az a tapasztalatunk, hogy az autizmus-specifikus igények figyelembevételével, az autizmusból fakadó igények ismeretében kis erőfeszítéssel lehetséges az autizmussal élő gyerekek bevonása ezekbe a közösségi élményekbe. Ebben szeretne segítséget nyújtani ez az útmutató, amiben igyekeztünk szakmai tapasztalatainkat összegezve elméleti és gyakorlati segítséget nyújtani a tanév során előforduló, nem-rutinszerű eseményeken való részvétel megsegítésére.





# 2

## HOGYAN HASZNÁLD?

Az Útmutató azzal a céllal készült, hogy segítsük azon pedagógusok munkáját, akik autizmussal élő gyereket integráló csoporttal/osztállyal foglalkoznak. Az Útmutatóban tegeződünk veled, Kedves Olvasó, hiszen egy csapat – az autista gyereket segítő csapat – tagjaiként kollégák, társak leszünk. Az Útmutató első részében részletesen foglalkozunk azzal, hogy mi az autizmus, napjainkban hogyan gondolkodunk róla, jelenlegi tudásunk alapján mi állhat a háttérben, ami segíthet megérteni az eltérő viselkedést, és így megfelelő értelmezési keretet adhat az autizmussal élő gyerek olykor nehezen érthető viselkedésére. Reméljük, továbbá, hogy ez a rövid elméleti bevezető segít abban, hogy jobban értsd az osztályodba/csoportodba járó autista gyermeket, szokatlanak tűnő reakcióit, illetve javaslatainkat a vele való kommunikáció módszereiről. A bevezetőt követően két konkrét példán (múzeum-látogatás, illetve farsangi ünnepség) keresztül mutatjuk be, hogy mit és hogyan gondolj végig a tervezett eseménnyel kapcsolatban, hogy aztán úgy szervezhesd meg a neki nyújtott segítséget, hogy azáltal részese lehessen a közös élménynek. A fent említett két konkrét példából kiindulva végig vesszük, hogy mik lehetnek azok a pontok, amik nehezek az érintett gyerekek, milyen előzetes felkészítéssel, illetve a helyzetben használható eszközökkel és módszerekkel lehet számára mindezt megkönnyíteni. Végül egy melléklettel szeretnénk konkrétan is segíteni a munkát, ahol példákat, illusztrációkat, személyes történeteket találhatsz, hogy könnyebb legyen elképzelni, mire is gondoltunk.

Fontosnak tartjuk, hogy egy ilyen munka ideális esetben több személy együttműködésével lehet eredményes. Az előkészületekben, a felkészítésben és a lebonyolításban is szerepe van a pedagógusnak, a gyermek szüleinek, az iskola gyógypedagógusának/pszichológusának, a gyógypedagógiai asszisztensnek, de akár még a gyerekek fejlesztést nyújtó szakembernek is. Az együttműködésben lényeges, hogy a gyermekkel kapcsolatos fontos tudnivalókat a programban részt vevő felnőttek egyeztessék. Sok információ van, amivel a szülő segítheti az iskolai dolgozókat, hiszen ő ismeri legjobban gyermekét, korábban tapasztalt élmények megosztásával segítheti a felkészülést. Bizonyos tudnivalókat a tanító oszthat meg, aki a hétköznapiak nagy részében a gyermekkel van, továbbá az autizmushoz értő szakemberek (gyógypedagógus, gyógypedagógiai asszisztens) ötletekkel, szempontokkal, eszközök elkészítésével, részben a gyermekkel való közös felkészüléssel járulhat hozzá ahhoz, hogy a gyermek minél adekvátabban tudjon részt venni a programon.

Itt szeretnénk jelezni, hogy az Útmutató legnagyobb, a két konkrét példával szemléltető részében igyekeztünk röviden, tömören és lényegre törően fogalmazni, az egyértelműség és jól érthetőség kedvéért. Jellemzően a javaslatainkhoz tartozó magyarázatok korábban, az autizmusról szóló részben találhatóak, hogy áttekinthetőbb legyen, mi is a teendő egy adott iskolai eseményen való

részvétel megszervezésekor. Éppen ezért úgy tűnhet, hogy az Útmutató hangneme túlságosan száraz, kimért, miközben a célunk csupán a minél hatékonyabb információ-átadás volt.

Végül fontos megemlítenünk, hogy legyen szó bármilyen mértékben érintett autista gyerekről, az adott programon való részvétel kimenetele, sikeressége kétesélyes. Szakemberként megpróbáltunk egy típusos esetet elképzelni, hogy az Útmutatóban minél több javaslatot tehessünk és minél átfogóbb szemléletet adjunk át. Tekintettel az autizmusban tapasztalható tünetek és problémák sokszínűségére, érdemes szem előtt tartani, hogy valószínűleg az adott gyermek kapcsán nem feltétlenül van szükség az útmutatóban szereplő összes javaslat felhasználására, illetve az adott gyerek igényeinek megfelelően módosításokra lehet szükség. Az autizmussal élő gyermek, a pedagógus, valamint maga az aktuális helyzet nagyban befolyásolja, hogy javaslatainkból, mit és hogyan érdemes felhasználni.

Ahogy azt korábban említettük, az autista gyerek bevonása a rendhagyó, napi rutintól eltérő eseményekbe elengedhetetlen a megfelelő integráció érdekében. Ugyanakkor fontos, hogy lásd a bevonásnak nem bármi áron kell megtörténnie. Számos oka lehet annak, hogy a pedagógus-szülő-gyógypedagógus csapat, akár a gyerekkel egyeztetve úgy dönt, hogy az adott helyzetben a legjobb megoldás, ha a gyerek nem vesz részt a tervezett eseményen, esetleg csupán az esemény bizonyos részeinél csatlakozik a társaihoz.

És végül fontos, hogy tudd, előfordulhat, hogy még a legalaposabb felkészítés után sem biztos, hogy a gyerek bevonása, részvétele sikeres lesz. Ismét fontos emlékeztetnünk, hogy minden autista gyerek egyedi, nehézségei, erősségei eltérőek, ugyanakkor az autizmus-specifikus igények figyelembevétele, az ilyen eszközök használata a gyerek igényeihez igazítva sok esetben hatékonyak. Mindazonáltal, számos olyan tényező van, amit az alapos előkészületek és a pontos tervezés-kivitelezés ellenére sem lehet kontrollálni (ilyen lehet a gyermek aznapi hangulata, esetleg az időjárás vagy akár csak egy mentőautó feltűnése), és ami befolyásolhatja az autista gyerek eseményen való részvételének sikerességét.

Szeretnénk, ha egy esetleges rosszul sikerült program nem szegné kedvedet, hogy a későbbiekben is megpróbáld bevonni a gyermeket!



# 3

## AZ AUTIZMUSRÓL

A gyermeknek, aki az osztályodba jár „valamilyen” autizmus diagnózisa van. Lehetséges, hogy más osztályokba is járnak gyerekek az iskolában ezzel a diagnózissal, vagy találkozta már máshol autista gyerekekkel. Ami talán a legszembetűnőbb, hogy azonos diagnózisuk ellenére ezek a gyerekek nagyon különbözőek. Személyiségük legalább annyira eltér, és egyedi, mint bármelyik másik tanítványodé, sajátos nehézségeik és erősségeik is nagyon különbözőek lehetnek. Hogy lehet mégis, hogy ugyanaz áll a háttérben az ennyiféleképpen eltérő viselkedéseknek? Mégis mi a közös ezekben a gyerekekben?

Az autizmus valójában autizmus spektrum zavar. Ez azt jelenti, hogy a tünetek nagyon sokféleképpen megnyilvánulhatnak, így a viselkedéses kép rendkívül sokszínű, miközben minden autizmus spektrum zavarral diagnosztizált személy esetében tapasztalható valamilyen mértékű nehézség a társas készségek, a kommunikáció, valamint a rugalmas viselkedés területén. Ezért a viselkedés eltéréseinek mértéke, valamint a tünetek kombinációja egyénről egyénre rendkívül változatos, éppen ezért két gyerek ugyanazzal a diagnózissal is nagyon eltérő viselkedést mutathat.

Pedagógusként valószínűleg sokféle meghatározást hallottál, olvastál, ilyenek lehetnek a magasan funkcionáló autizmus, atipikus autizmus, autizmus spektrum zavar, pervazív fejlődési zavar, Asperger-szindróma. Mindez nagyon zavaró lehet, mert a szakembereket leszámítva sokaknak semmit nem árul egy ilyen címke a gyerekről, és arról, hogy pontosan milyen nehézségekkel küzd. Pedagógusként nem nyújt sok segítséget pusztán a probléma pontos megnevezése, leginkább az segít, ha ismerjük az módszereket, technikákat, melyek a gyermek igényeit célozzák. Ezek a módszerek azért hatékonyak, mert az autizmus háttérben megbújó okokat ismerve alakították őket ki.

De mégis mit kell tudnunk az autizmusról és a mögöttes magyarázatokról, hogy értsük, mitől működik egy adott módszer? Az autizmus spektrum zavar genetikailag meghatározott fejlődési zavar, mely befolyásolja, hogy hogyan dolgozza fel az ingereket az érintett személy, illetve hogyan látja a világot.

Az autizmus spektrum zavarra utaló jelek és tünetek nagyon sokfélék egy viselkedés hiánya, vagy túlzott megjelenése éppúgy lehet tünet, ami mégis tünetté teszi, az nem az, hogy „csinálja-e, vagy sem”, sokkal inkább a viselkedés minősége a meghatározó, valamint az, hogy az adott eltérő viselkedés utal-e a három terület egyikére:

- Társas nehézségek
- Kommunikációs nehézségek
- Beszűkült érdeklődés, játék

Minőségében eltérhet annak a gyerekek a viselkedése, aki az iskolai szünetekben soha nem szól senkihez (társas-kommunikációs nehézség), csak a padjában ülve olvassa a könyvét, ahogyan azé a gyereké is, aki bármelyik osztálytársához odamegy, hogy a ventilátorokról (beszűkült érdeklődés) beszéljen neki.

Az autista gyerekek eltérő, furcsa viselkedése mögött gyakran szenzoros problémákat találunk. Ezek a gyerekeknek az érzékenysége lehet csökkent és lehet megnövekedett („hypo” és „hyper”) az érzékelés több területén is: tapintás, ízlelés, hallás, szaglás, látás, egyensúly és sajáttest-érzékelés. Ez megmagyaráz olyan viselkedéseket, mint az evésproblémák: különös vagy váratlan reakciók egyes ételekre, állagukra, színükre, szagukra, bizonyos ételek elutasítása. Esetleg nehézségek a tömegközlekedésben való részvételben: a zaj, a szagok és a látványok túlterhelik. Jól magyarázza a gyakran tapasztalt viselkedést, a testkontaktus elutasítását, illetve megfigyelhető a saját test felől érkező ingerek nem vagy túlzott érzékelése, pl. fájdalom, éhség, hideg-meleg.

A fent említett tüneteket az agy eltérő fejlődéséből következő eltérő pszichológiai működések magyarázhatják. Az eltérő pszichológiai mechanizmusokra több magyarázó elmélet is született, melyek együttesen, egymást kiegészítve jól magyarázzák az említett területeken tapasztalható viselkedéseket.

Az egyik ilyen elmélet az **„elmeolvasás”** vagy **naiv tudatelmélet** (ToM-Theory of Mind), más néven mentalizáció zavarát feltételezi. Az elmeolvasási képességünk, agyunk „szociális működése” teszi lehetővé számunkra, hogy mások viselkedését minden különösebb erőfeszítés nélkül megértsük. Ez azért fontos készség, mert ennek alapján következtetni tudunk a másik személy várható viselkedésére, és arra szinte automatikusan reagálhatunk. Általánosságban tudatában vagyunk annak, hogy mások például gondolhatnak, hihetnek valamit, érzéseik, vágyaik vannak.

Az autista gyerekek nem csak azt nem értik, hogy mások mit gondolnak és éreznek, hanem azt sem értik, hogy az emberek gondolkodnak és éreznek. Emiatt van az, hogy autista gyerekeknél gyakran tapasztaljuk, hogy nem érti a másik ember szándékát, ezért szó szerint értheti a mondatait és a viselkedését. Nehéz megérteniük mások nézőpontját, így megesik, hogy nem értik, hogy más nem tudhatja azt, amit csak ő látott, vagy hallott, túl kevés, túl sok, vagy nem helyénvaló információt oszt meg másokkal. Az elmeolvasási nehézség miatt ügyetlen a társas helyzetekben, figyelmen kívül hagy szociális szabályokat.

Tehát, amikor úgy tűnik, egy gyerek érzéketlen, udvariatlan, szemtelen, nevetlen, esetleg úgy viselkedik, mint egy jóval kisebb gyerek, jó, ha tudjuk, hogy a gyermeknek nehézséget jelent-e az, hogy „belelásson” a másik ember fejébe, mert akkor azt is tudjuk, hogy a viselkedése mögött az autizmus spektrum zavar, illetve az elmeolvasási nehézség áll.

Egy másik elmélet az általános **„problémamegoldó”** rendszer működésének hiányosságait látja sok, autizmusra utaló viselkedés hátterében. Ez a rendszer a **végrehajtó működések** rendszere, azt teszi lehetővé, hogy egy cél érdekében viselkedésünket megtervezzük és megszervezzük. A cél ebben az esetben bármi lehet egy egyszerű mindennapi feladattól, mint például a felöltözés, lényegesen összetettebb, bonyolultabb feladatokig, mint amilyen egy felkészülés egy egyetemi felvételre. Ez a működésünk teszi lehetővé cselekvéseink megszervezését olyan készségeket, képességeket mozgósítva, mint a célravezető terv kidolgozása, viselkedés sorrendiségének a megtervezése, rugalmas gondolkodás, alternatívák kidolgozása, emlékezés, cselekvés ellenőrzése.

Autizmus spektrum zavar esetében a személy **figyelmét** nehezen tudja az éppen lényeges dolgokra irányítani, vagy **átirányítani**, inkább a **véletlen, esetleges** történések terelhetik el vagy irányítják. Amennyiben megváltoznak a körülmények, nehezen alakít ki az **új helyzethez** alkalmazkodó **új választ**, és általában nehezen **vált** egyik feladatról a másikra. Megesik, hogy **letapad** egy-egy részletnél, lépésnél, esetleg **ragaszkodik a jól bevált, rutinszerű** megoldásokhoz és tevékenységekhez. Meglepő módon nehézsége lehet akár egyszerű, hétköznapi **cselekvéssorok kivitelezésében**, illetve nehezen tudja az **időt** megtervezni.

Tehát, amikor úgy tűnik, hogy egy gyerek lusta, vagy csak minket akar bosszantani, nem is figyel ránk, álmodozik, képtelen egy feladat végrehajtására, nem akar önálló lenni, vagy a szülei által túlságosan ki lett szolgálva, jó, ha tudjuk, hogy lehetséges, hogy a végrehajtó működések zavara miatt nehézségei vannak a tervezés és a kivitelezés terén.

Egy harmadik megközelítés szerint az emberek gondolkodását a **centrális koherenciára** való törekvés irányítja, jellemzően törekszenek az információk feldolgozása során arra, hogy a különböző részinformációkat egységes, jelentésteli egésszé szervezzék kiszűrve a nem odaillő, jelentéktelen részeket. Mindezt a kontextus, a körülmények figyelembevételével teszik, automatikusan kiszűrve, figyelmen kívül hagyva azokat a részleteket, amelyek az adott helyzetben, az adott kontextusban lényegtelenek. Ez azért fontos, mert a körülöttünk lévő világ kisebb és nagyobb részletei különböző jelentőségűek, ugyanaz a dolog egyik helyzetben fontos lehet, míg egy másik helyzetben lényegtelen. Továbbá ugyanaz a dolog mást jelenthet egyik helyzetben, mint egy másikban.

Jellemző, hogy az autista gyerekek elvesznek a részletekben és kevésbé látják át az „egészet”, nehéz felismerniük a beérkező információk közötti összefüggéseket, így nehezen választanak. Nem ritka, hogy a részletek elvonhatják a figyelmüket, így nem látják meg a mögötte álló valódi jelentést. Ugyanakkor a centrális koherenciára való törekvés hiányának köszönhetően szó szerint, pontosan tanulnak meg szövegeket, jól emlékeznek korábbi részletekre. Kifejezetten jól teljesítenek olyan feladatokban, ahol egy apró részlet elvesztése hiba lehet, pl. mechanikus másolási feladatokban, illetve rajzaik, ábrázolásaik részletgazdagok és pontosak.

Az autista gyerekek számára a mindennapokban olyan speciális eszközöket javasolt használni, amelyek a fent említett nehézségek kiküszöbölésében nyújtanak segítséget.

A társas-kommunikációs nehézségek, valamint a tevékenységek megszervezésének nehézségei miatt a világ olykor nehezen érthető, a történések kiszámíthatatlanok, bejósolhatatlanok. Ezért elsődleges cél olyan környezet kialakítása, melyben biztonságban érzik magukat, ezt pedig a tér és az idő szervezésével, vizuális támogatással érhetjük el. Mindezt ráadásul úgy, hogy a rengeteg információból kiemeljük számukra a lényegeset. Tekintettel arra, hogy az egyes autizmussal élő gyerekek igényei nagyon eltérőek és egyediak, a legtöbb specifikus eszköz nem vásárolható meg készen, azokat a gyerek egyedi igényeihez, képességeihez igazítva a vele foglalkozó szakembernek kell előállítania. Alább szeretnénk kiemelni néhány olyan eszközt, amely segíthet az integráltan tanuló autista gyerek számára az iskolai élet árnyaltabb megértésében, az ahhoz való alkalmazkodásban.

A tevékenységek térbeli és időbeli megszervezésében nyújthat segítséget a **Napirend, Hetirend, Havirend**. Ezek az eszközök nyújtanak információt a gyermek számára arról, hogy milyen tevékenységek várhatóak az adott napon, héten, hónapban. Ezeken lehet jelezni a változásokat, a megszokott rutintól való eltérést.

A társas készségek fejlesztéséhez, illetve a társas helyzetek megértéséhez, az abban való tájékozódáshoz, és a megfelelő viselkedésekhez adnak támpontokat a **Szociális Történetek**. Ezek a szülők vagy szakemberek által írt rövid történetek felkészítik az autista gyereket az ismeretlen, váratlan helyzetekre, megelőzhetik a viselkedésproblémák megjelenését, támpontot adnak a társas helyzetek megértéséhez, új viselkedések kialakításához (lásd. Melléklet, Szociális történetek)

A **Napló** abban segítheti az autista gyereket, hogy fel tudja idézni a vele történt eseményeket, élményeit meg tudja osztani környezetével.

Bizonyos helyzetekben elvárt, de az autista gyerek által nem értett viselkedési szabályok **szempontkártyák**on történő megjelenítésével kialakíthatjuk, vagy megerősíthetjük az elvárt magatartási módokat. Jelezhetjük a nem helyénvaló viselkedéseket, és helyettük alternatívát nyújthatunk.





# 4

## FARSANG AZ ISKOLÁBAN



A következőkben áttekintjük öt fő részben, hogyan tehetünk autizmusbaráttá egy közös, iskolai programot:

- 4.1 Tervezés – Gondold át!
- 4.2 Az eszközök kitalálása, elkészítése – Készítsd el!
- 4.3 Felkészülés – Mutasd meg! Beszélgetsetek róla! Játsszátok el!
- 4.4 Kivitelezés – Csináljátok együtt! Használjátok az eszközöket!
- 4.5 Utómunkálatok – Nézd át!

### 4.1 Tervezés

„Gondold át!”

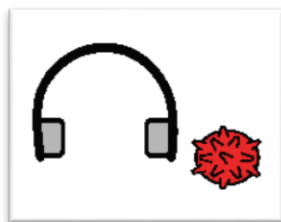


*„Nekem a farsang olyan dolog, ahol sok-sok ismeretlen dolog történik. Nem szeretem a meglepetéseket, megijesztenek. Ha megijedek, lehet, hogy kiabálok, bántom magamat vagy egy másik*

*gyereket, ugrándozok, a kezeimmel repkedek, fel-alá futkosok, de az is lehet, hogy „csak” üldögélek, nem csinálok semmit.”*

**Farsang előtt néhány hónappal beszéld át, gondold át a gyermek szüleivel, az iskolában dolgozó gyógypedagógussal/pszichológussal/gyógypedagógiai asszisztenssel az alábbiakat!**

- A program tartalmát lépésről lépésre. (Pl. jelmezbe öltözés, a többi osztály műsorának megnézése, szereplés, tombola, evés-ivás, játékok, tánc)
- Az esemény helyszínét. (Pl. osztályterem, tornaterem)
- Az eseményen elvárt viselkedési szabályokat. (Pl. Csendben vagyok, amíg a többi osztály előadja a műsort. A padon ülök, amíg az előadásokat nézem. A szalvétát a kukába dobom.)
- A szabályok betartásáért a jutalmazás – tárgyának, módjának, időpontjának – kitalálása. (Pl. kedvenc témában képek, X perc kedvelt tevékenység)
- A szenzoros érzékenységből adódható nehézségeket.
- A résztvevő felnőttek számát, személyét, „feladatait”.
- Egyéni igényeket. (Pl. nyugtatótárgy, fülvédő)



**Váratlan helyzetekre (változás a program bármely pontjában, a gyermek aktuális állapotából adódó váratlan reakciók) megoldási lehetőségek kitalálása!**

*„Sajnos olykor történnek váratlan dolgok vagy egyszerűen rossz napra ébredtem a farsang reggelén, amitől annyira nyugtalan vagyok, hogy nem tudok az osztályommal maradni. Azért, hogy megnyugodhassak, hadd bújjak el kicsit egy kuckóba, ahol azt csinálhatom, amit nagyon szeretek.”*

Gondold át a szülőkkal, a gyermekkel foglalkozó gyógypedagógussal, hogy váratlan helyzetekben milyen lehetőségekkel tudtok segíteni az autizmussal élő gyermeknek a megnyugvásban!



Mit csinálhat, ha elfáradt, ha zavarja valami, ha nem ért valamit? (Pihenőhely biztosítása, fülvédő, nyugalmat biztosító tárgy kézbeadása, napirend átnézése, szociális történet megmutatása, szempontkártya felmutatása stb.)

**Ha mindenképpen szükséges a helyzetből kikerülni, gondold át a gyermeket jól ismerő felnőttekkel a következőket!**

- A gyermek kommunikációs lehetőségeit.
- Hol lehet a pihenőhely, milyen tárgyak lesznek ott! Ideális, ha a pihenőhely egy külön kis helyiséget jelent, de ha nincs erre lehetőség, akkor egy csendes kuckó, sarok is alkalmas lehet.
- Kivel tud a helyzetből kimenni az autizmussal élő gyermek és ki marad az osztály többi tagjával! Kísérőnek természetesen érdemes olyan embert választani, aki nyugtatólag hat a gyermekre.
- Hogyan jelezzétek a pihenőhelyen tölthető időt!
  - Köthetitek tevékenységhez. (Pl. amíg meghallgat X dalt a kedvenc cd-jéről, amíg kirak egy puzzle-t.)
  - Biztosíthatok különböző időjelző eszközt. (Pl. óra, stopper, homokóra)
- Mik azok a dolgok, amelyek nyugalmas tevékenység(ek)et biztosítanak a gyermeknek!
- Hogyan tud visszakapcsolódni a gyermek a társaihoz!

## 4.2 Autizmusbarát környezet eszközeinek kitalálása, elkészítése, beszerzése

„Készítsd el!”



Mindenekelőtt az autizmussal élő gyermekkel RÖVID, EGYSZERŰ, KONKRÉT tartalmú mondatokkal kommunikálj!

## Mit tegyél? Mit készíts?

Szerezz be egy falinaptárt, amit az osztályterem falára, ajtajára kitehetsz!

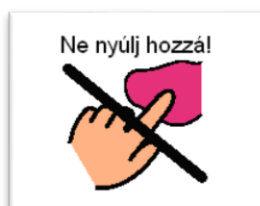


Legyen a gyermeknek egy írásos vagy képes napirendje a farsang napjára a pontos **tevékenységekről!** (Pl. jelmezbe öltözés, a többi osztály műsorának megnézése, műsor előadása, tombola, evés-ivás, játékok, tánc)

*„Ha látom egy képen, hogy mit kell csinálnom vagy mit nem lehet csinálnom, jobban megjegyzem. Nem kell mindig emlékezni próbálni. Ettől könnyebben figyelek. De miért kell betartani ezeket a szabályokat? Nem értem! Ha jutalmat kapok, ügyesebb tudok lenni.”*

Készítsd el azokat a szempontkártyákat, amik a farsangon segíthetik a gyermek együttműködését! Írd le, rajzold le a közös elvárásokat! Azt fogalmazd meg, hogy mit csináljon, ahelyett, hogy a tilos dologra fókuszáltok.

A szempontkártyák elkészítésében kérj bátran segítséget a gyógypedagógustól, az asszisztentstől egyaránt.



Az autizmussal élő gyermeknek segíthet a szabályok betartásában, ha számára fontos jutalommal motiváljuk. Ez egyaránt lehet kedvelt étel, tárgy, tevékenység. Az előkészületek során szerezd be a jutalmat (pl. csoki, chips, matrica az érdeklődési köréről), a hozzá szükséges eszközöket (pl. laptop a kedvenc számítógépes játékához)!



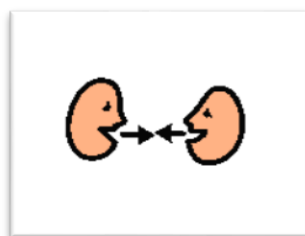
Az iskolában dolgozó gyógypedagógust kérd meg, készítsen szociális történetet!

## Mik a pihenőhellyel kapcsolatos teendők?

- Szerezd be azokat a dolgokat, amelyek nyugalmas tevékenység(ek)et biztosítanak a gyermeknek!
- Rendezd be a pihenőhelyet a gyermek igényeinek megfelelően!

## 4.3 Autizmussal élő gyermek felkészítése a farsangra

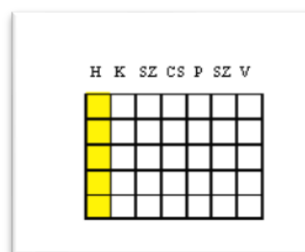
„Mutasd meg!”  
„Beszélgetsek róla!”  
„Játsszátok el!”



*„Miket fogunk csinálni? Hova kell mennem? Mit csinálhatok? Mit kell csinálnom? Mit tilos csinálnom? Milyen jutalmat kapok? Mikor kapom meg? Lesz hangos zene? Mert attól nagyon megfájdul a fülem. Ki lesz festve az arcom? Fel kell vennem szoros ruhát? Mit fogunk enni? Lesz éles fény? Mert attól mindig izgatott leszek! Ki ül mellettem? Ki lesz velem? Kitől kérdezhetek? Kitől kérhetek segítséget?”*

**Egy falinaptáron tanév elején jelöld be, melyik nap lesz a farsang! Így már egészen korán láthatóvá válik, hogy melyik hónap, melyik napján lesz ez a program.**

A hét elején már mindenképpen fontos látnia a gyermeknek, hogy melyik napon, milyen napszakban kerül sor a farsangra. **Ezt a falinaptáron is megmutathatod, ám ha van hetirendje, azon jelezd neki!**



Aznapi reggel pedig lássa a napirendjén, hogy milyen tevékenységek lesznek a farsang előtt, és mi lesz utána. Ez az információ egész nap elérhető legyen számára! Szükség esetén jelezd

**számára, hogy mi marad el a farsang miatt vagy a tevékenységek sorrendjében milyen változás lesz.**

A szociális történetet először érdemes kétszemélyes helyzetben, a gyógypedagógussal közösen megnézni, beszélgetni róla. A feldolgozásnak fontos módja lehet, ha a gyermekkel eljátsszátok a történetet. A dramatizálásba bevonhatók osztálytársak, történhet valódi szereplőkkel, játékfigurákkal is.

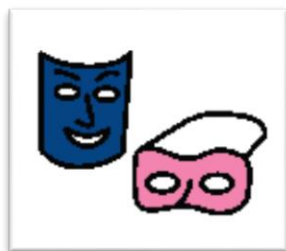
Mondd el, mutasd meg a gyermeknek a helyes viselkedéssel kapcsolatos elvárásokat! Ezek megjelenhetnek a szociális történetben, de szempontkártyákon is.

- Mi az elvárt viselkedés pontosan?
- Meddig/mikor kell betartani az elvárt szabályt?
- Kell-e gyűjteni érte pontokat?
- Mi lesz a jutalom?
- Mikor történik a jutalmazás?
- Hol történik a jutalmazás?

A szociális történettel való ismerkedés és az elvárt viselkedéssel kapcsolatos tudnivalók az iskola mellett otthon is megvalósulhatnak. Lényeges, hogy a gyermek minél több emberrel, több helyszínen, többféleképpen „gyakorolja” a leendő farsangolást.

## 4.4 Kivitelezés

„Csináljátok együtt!”  
„Használd a kitalált, elkészített eszközöket!”



Add a gyermek kezébe vagy tedd elérhető, látható helyre a napirendet! Mindig mutasd és/vagy mondd az aktuális lépést! Ha véget ér egy tevékenység, akkor azt is jelezd a gyermeknek! (Pl. áthúzod ceruzával, kipipálsz, lefordítod a kártyát)

Vidd magaddal a jutalmat, szükség esetén az ehhez kapcsolódó eszközöket!

Vigyél magaddal papírt, ceruzát arra az esetre, ha valamit gyorsan érthetővé kell tenni, azaz le kell rajzolni vagy írni a gyermek számára!

Vigyél magaddal időmérő eszközt!



**Szükséges helyzetben használd a szempontkártyákat! A problémás szituáció előtt vagy elején mutasd meg a gyermeknek! Röviden, tömondatokkal jelezd számára, hogy mit vársz tőle! Emlékeztess a jutalomra!**

**Figyeld a gyermek jelzéseit!** Nem biztos, hogy időben tudja kommunikálni, ha fáradt, nehezen viseli már a tömeget, a zajt, a sok ingert, vagy ha bármi zavarja. Amennyiben ilyenkor értőn, érzőn tudod nézni őt, megelőzheted a problémás viselkedést. Igyekezz a számára megnyugtató helyzetet (pl. pihenőkuckó), tárgyat (pl. kedvenc plüssfigura), tevékenységet (pl. kedvenc könyv nézegetése, kedvelt zene hallgatása) biztosítani, vagy ha lehetséges a zavarótényezőt megszüntetni!



## 4.5 Utómunkálatok

„Nézzük át újra!”



A farsangot mindkét főszereplő – autizmussal élő gyermek, tanító – szempontjából érdemes áttekinteni.

**Lehet önellenőrzés neked!**

- Jól érezte magát az autizmussal élő gyermek? Részese volt az élménynek?
- Sikeresnek érzem a programot?

- Úgy sikerült, ahogy terveztem?
- Mi az, amivel elégedett vagyok?
- Mi volt nehézség a számomra?
- Mi volt nehézség a gyermek számára?
- Mi okozta az egyes nehézségeket?
- Hogyan tudnánk felkészülni következőalkalommal, hogy megelőzzük a nehéz helyzetet?
- Volt-e váratlan esemény?
- Mire szükséges még tekintettel lennem a következőprogram alkalmával?
- Felmerült-e bármilyen kérdés vagy jelzés az osztálytársak felől az autizmussal élő társuk jelenlétével, viselkedésével kapcsolatban? (A befogadás segítése, a feszültségek kezelése szempontjából fontos, a közeli és a távoli jövőre nézve.)
- Milyen visszajelzést adtam a családnak és a gyermeknek a program sikerességéről?
- Ők milyen visszajelzést adtak nekem? (Ha nem adtak, kérhetek visszajelzést.)
- Kivel tudnám megbeszélni a tapasztalataimat, kérdéseimet, kétségeimet? (pl. utazó gyógypedagógus, iskola pszichológus, a gyermek egyéb fejlesztője, szülő)

### Lehet a gyermeknek segítség ahhoz, hogy

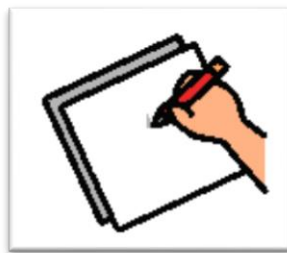
- ő maga is feldolgozhassa az élményeit.
- a későbbiekben könnyebben beszélgethessen a farsangról, megoszthassa élményeit másokkal (osztálytársaival, családtagjaival, ismerőseivel).

*„Sokszor nehéz beszélgetnem, pedig szívesen elmesélném otthon, hogy milyen volt a jelmezbál. Gyakran csak arról beszélek örömmel, ami nagyon érdekel. Arra nehezen válaszolok, amire mások kíváncsiak. Ha rajzolsz, fényképezel nekem a farsangról vagy olvashatok róla, jobban tudok beszélgetni. Azt is nehéz megfigyelnem, elmondanom, hogyan éreztem magam, mi volt jó, mi nem tetszett, mikor és miért voltam mérges vagy boldog.”*

Ennek eszköze a **napló**, amelyben

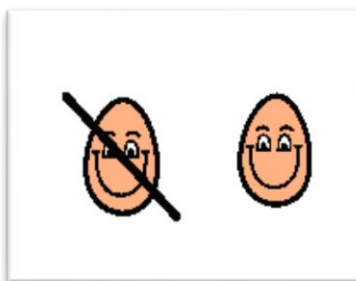
- **Jelenítsd meg** – akár a gyermekkel közösen – **az eseményt!** (pl. rövid mondatokkal, szavakkal leírni, rajzokkal-fényképekkel illusztrálni)



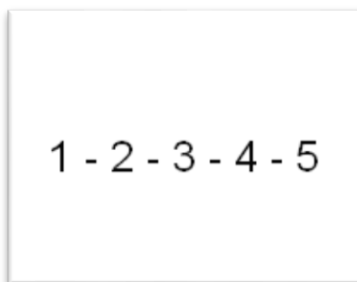


- **Beszélgétek át** a gyermekkel az ő érzelmeit, hangulatait. Beszélgetsetek arról, rajzoljátok le, írójátok le, hogy a farsangon, annak egy-egy részében hogyan érezte magát a gyermek!

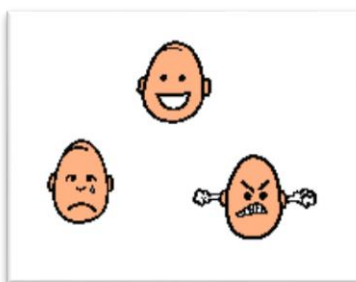
Pl. tetszett – nem tetszett



Osztályozás – skálán jelölni, mennyire tetszett



Mérges/vidám/szomorú/boldog/fáradt voltam/unatkoztam stb.

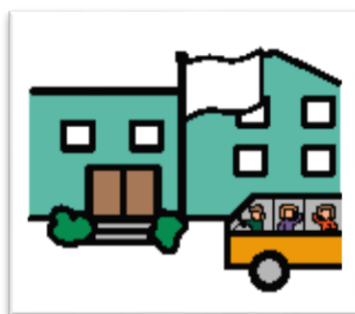




# 5

## MÚZEUMLÁTOGATÁS

### Iskolán kívüli program szervezése



A következőkben áttekintjük négy fő részben, hogyan tehetünk autizmus baráttá egy közös, iskolán kívüli programot:

- 5.1 Tervezés – Gondold át!
- 5.2 Előkészületek – Készítsd el! Beszélgetsetek róla! Játsszátok el!
- 5.3 Az esemény – Használjátok az eszközöket!
- 5.4 Utómunkálatok – Nézd át! Oszd meg a tapasztalatokat!

### 5.1 Tervezés

„Gondold át!”



### Előre gondold át az alábbiakat!

- **Az esemény menetét,** elejétől a végéig. Milyen nagy szakaszai lesznek a programnak (készülődés, elindulás, út közben, a program a múzeumban, más program út közben, visszaérkezés az iskolába).
- **A közlekedést.** Gondoljátok végig, hogy **sorakozáskor, párba álláskor** hol álljon és kinek a párja legyen a gyermek. Olyan nyugodt, megbízható társat érdemes választani, akivel szívesen van együtt, aki szükség esetén finoman segítheti, irányíthatja. Az is lehet, hogy a te párod lesz.



Gondold át, milyen járművekkel fogtok utazni. Hány megállót mentek azzal. Kell-e sétálnotok a célig. Ugyanilyen módon és úton jöttök-e visszafelé is.

- **A kísérő felnőttek számát.** Egy egész csoportnyi gyermek mellé jó, ha van veletek néhány felnőtt kísérő.
- **A múzeumi programot.** Tájékozódj, mi fog történni a múzeumlátogatás keretén belül, hogy a szülővel és a gyógypedagógussal közösen fel tudjátok készíteni a gyerekeket is az eseményekre.
- **Fényképezéssel** is megörökíthetitek az eseményt. Ha lehet, fényképezzetek a közlekedés közben, a múzeumban, vagy más fontos helyszínen. Rögzítsétek a fontos pillanatokat.

*„Az jó, ha előre tudom, mikor mi fog történni. A meglepetéseket nem szeretem. Lehet, hogy még karácsonykor sem. Ha hirtelen nagy zajt hallok, vagy bejön egy idegen és hozzám szól vagy hozzám ér, megijedek. A hangos zajokat és a tömeget ki nem állhatom, de amikor lesz ilyen, anya mindig előre szól. Akkor rákészülök, s nem ijedek meg annyira. Új helyeken nem tudom, mi hol van, és lehet, hogy összezavarodom. Az jó, ha tudom előre, hogy ki lesz a párom, főleg, ha szeretem. A tanár néni párja is szeretek lenni, mert ott nem lesz semmi baj. Azt is tudni szeretném, hogy mivel fogunk utazni, na és szeretem számolni a megállókat.”*

### Vond be a szülőt!

Vannak olyan kérdések, amelyekről érdemes beszélgetni a szülővel, mert ő ismeri a gyermekét a legjobban. Segíthet abban, hogy tudd, mire számíthattok, ha közösen indultok útnak.



- Hogy bírja a közlekedés **zaját**?
- Hogy viseli a **tömeget** a járműveken?
- **Hogyan közlekedik** a gyermek az utcán? Szokott-e elszaladni, vagy épp lemaradni a többiektől?
- **Járt-e már** korábban a gyermek **múzeumban**? Javasolhatod a szülőnek, hogy nézegessenek az interneten képeket arról, milyen a múzeum, ahova mentek.
- Hogy reagál, ha **várakozni** kell? Pl. a buszmegállóban vagy a múzeumba valóbejutásnál
- **Mi nyugtatja meg**, ha ideges lesz? Pl. mentőautó szirénájától, egy ijesztő embertől  
Lehetnek váratlan események a program során, ezért legyen nálatok valami, ami megnyugtatja a gyermeket (zene, kedvenc újság, kabala, stb.). Hosszú várakozás alkalmával is jól jöhet pl. egy kedvenc újság vagy egy játékfigura.
- Fontos, hogy otthon is **előre jelöljék be**, számolják a napokat, hogy mikor jön el a különleges program napja.

## 5.2 Előkészületek

“Készítsd el!”

“Beszélgetsetek róla!”

“Játsszátok el!”

**A naptár**



**Tartsatok egy naptárt jól látható és hozzáférhető helyen az osztályteremben.** Pl. a falon vagy az ajtó belsején. Minél előbb jelezd, mikor lesz a külső program: írd, és egyszerű ábrával rajzold be a naptárba.

**Tegyetek így minden fontos iskolai vagy közös, iskolán kívüli eseménnyel.**

*„De jó, hogy tudom, hogy mikor megyünk a múzeumba, számolom a napokat!”*

### **A napirend (melléklet)**

*„Sok kérdés van a fejemben, nem tudom, mi lesz ma. Az órarend érvényes vagy ma nem érvényes? Akkor mi az érvényes? Lesz tanulás az iskolában indulás előtt? Mikor érünk vissza? Hol fogunk ebédelni? Utána tanulni is fogunk? Mi lesz, ha közben vécére kell mennem? Bemegyünk a játszótérre vagy a boltba is, ahova anyával szoktunk, ha erre jövünk?”*



A napirendkészítés az egyik legfontosabb teendő a felkészülés, felkészítés során. Elkészítheted egy kis papíron, amit a gyermek majd végig magánál tarthat, vagy egy névjegykártya-tartóban, oldalanként egy-egy esemény képével. Ebből láthatja a gyermek, hogy mikor mi fog vele történni, mikor mit kell tennie.

### **Hogyan készítsd?**

Rajzolj vagy nyomtass az internetről egyszerű, a lényeget megmutató képeket a nap eseményeiről. Nagyobb gyerekek lehet, hogy értik az egyszerű szavakból álló napirendet is. Rendezd sorba a képeket vagy szavakat, amilyen sorrendben majd történni fognak.

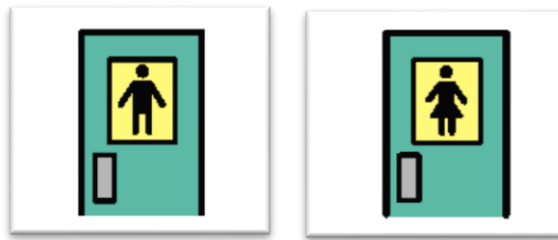
### **Szerepeljen a napirendben:**



- az indulás ideje,
- a közlekedési eszközök, séta,
- programok a múzeumban, pl. kötött rész, előadás, szabad rész, játék vagy séta az épületben,
- a közlekedés visszafele,

- a következőtevékenység az iskolában, amire visszaérkeztek.

Egyéb lehet még: ruhatár, uzsonnázás, mosdóhasználat, játszótérezés, stb.



Hívd fel a figyelmét arra, ha egy program bizonytalan a napirendben (pl. a múzeum utáni játszótérezés) tehettek közösen a kép mellé egy kérdőjelet.



*„Szeretem, ha meg tudom nézni, hogy milyen sorrendben lesznek a dolgok. Azt nehéz figyelni és megjegyezni, amikor elmondja a tanár néni. El tudom tenni a zsebembe a napirendet. És akkor mindig meg tudom nézni, hogy mi fog mindjárt következni. És így jobban tudok türelmes is lenni. Meg azt is rárajzolhatja a tanár néni, hogy mikor eszünk kekszet, vagy mikor fogok jutalmat kapni.”*




### Szempontkártyák (melléklet)

A szempontkártyákon látszik, milyen szabályokat kell betartani, mikor hogyan kell viselkedni. Megmutatják, mit kell tennie a gyermeknek az adott helyzetekben. Lehet jelölni például, hogy „fogom a párom kezét”, „csendben vagyok”, „a szememmel nézem, nem nyúlok hozzá”...stb.

Legjobb, ha a kártyákon az látható, amit szeretnél, hogy csináljon a gyermek, ahelyett, hogy a „tilos” viselkedést ábrázolnád. Ha mégis megjeleníted, amit ne csináljon (pl. ne pörögjön körbe, vagy ne röpökdjön a múzeumi vezetés vagy előadás alatt), fontos, hogy azt is lássa, hogy mikor csinálhatja majd ezt a tevékenységet (pl. miután kijöttünk a teremből, vagy a parkban), vagy mit csinálhat helyette.

Gondold végig, hogy az iskolában az órákon és a szabadidő alatt mely dolgokra kell gyakran figyelmeztetni. Milyen szabályokat tart be nehezen? Ezekről készíts szempontkártyát. Elkészítésükben kérj bátran segítséget a gyógypedagógustól, pedagógiai asszisztentstől.

### Példák

- A többiekkel maradok.
- Csendben vagyok. 
- Csak a szememmel nézem a tárgyakat, nem fogom meg.
- Türelmesen várok: megállóban, ruhatárnál, amíg mosdóban vannak a többiek.
- Várakozáskor ezt csinálhatom (ha nehéz a várakozás): pl. kedvenc újságom nézegetése.
- Lehet kérdést feltenni – jelentkezés.

*„Nem olyan könnyű sokáig csendben lenni és egy helyben állni. Úgy, hogy nem lehetetlen. Sok szabályt kell betartani. De miért?  
Az iskolában van olyan szabály, amit már jól be tudok tartani, például óra alatt a helyemen maradok.  
De amikor nem vagyok az iskolában, akkor lehet, hogy eszembe sem jut, hogy vannak szabályok.  
Könnyebb betartani a szabályt, ha látom, hogy kapok érte olyan klassz jutalmat, amit imádok!”*

### Jutalmazás

Lehet, hogy a gyermeket jutalmazással is motiváljátok az iskolában. A szabályok betartását segíti, ha jutalmat kap, amennyiben betartja azokat.

Van, aki csillagokat vagy matricát gyűjt, vagy gyűjthet x percet a kedvenc tevékenységéből (trambulinon ugrálás, számológépezés, hetesi teendők, stb.).

A szabálykártyákra az adott kép mellé rajzoljátok fel, akár közösen a gyermekkel, a betartásért járó jutalmat. Állapodjatok meg, mikor kaphatja meg a jutalmat.

### Szociális történet (melléklet)

Ha foglalkozik gyógypedagógus, fejlesztőpedagógus a gyermekkel, vond be őt is a felkészülésbe.

A szociális történet egyszerűen, érthetően, rövid mondatokban meséli el a várható eseményt. Felkészíti a gyermeket, elmagyarázza neki, hogyan fog történni a különleges program, a múzeumlátogatás. A történet leírja, mikre lehet számítani. Magyarázhatja a fontos viselkedési szabályok okát.

Érdeemes kétszemélyes helyzetben foglalkozni a szociális történettel. El is játszhatjátok előre az odautazást, a megfelelő viselkedést a járműveken, a múzeumi történéseket, a segítségkérést, amikor elfáradt a túl sok ingertől, és a várhatóan nehezebb helyzeteket.

### Tekintsd át...



Az 5.1. és 5.2. pontok alapján tekintsd át, hogy állsz a tervezéssel és a felkészüléssel. A mellékletben található check-list a segítségedre lesz.



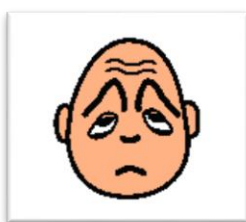
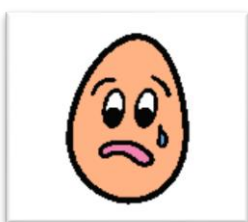
## 5.3 Az esemény

„Csináljátok együtt!”  
„Használjátok az elkészített eszközöket!”

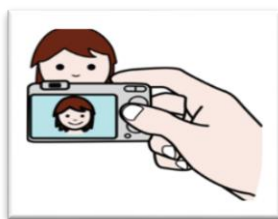
Vidd magaddal az eszközöket, amiket készítettetek. Figyeljétek tanár társaiddal a gyermek jelzéseit. Gyakran egészen apró jelzésekből, pl. a testbeszéde változásából következtethettek arra, hogy számára nem kellemes vagy már túl megterhelő egy helyzet. Talán tanácstalan vagy nagyon szorong.

*„Sokszor nem jut eszembe, hogyan kérdezzek meg valamit. Ha kérdeznek, lehet, hogy nagyon lassan válaszolok. Van, hogy ideges leszek és nagyon nyugtalan, és nem tudom, hogy mitől. Talán csak melegem van, vagy régóta nem ittam, mert eszembe sem jutott. Néha ennyin múlik a nyugalmam.”*

- **Használjátok a napirendet.** Tartsd magadnál vagy add oda a gyermeknek, ha el tudja tenni. Be lehet hajtani vagy le lehet fordítani azt a képet, amin már túl vagytok a program során.
- **Mutasd meg a szabálykártyát,** mielőtt kezdetét veszi a helyzet, amire a kártya érvényes. Pl. mutasd meg, amikor a vezető a kiállítás alatt elkezd a beszédet, hogy most csendben hallgatni kell. Ha elég a **szóbeli támpont** a gyermeknek, akkor egyszerű tömondatokkal hívd fel a figyelmét arra, hogy éppen mit kell tennie, mi a szabály az aktuális helyzetben.
- **Figyeljétek a jelzéseire!** Ha túl megterhelő a program a gyermek számára, add oda neki, vagy mondd, hogy vegye elő a megnyugtató tárgyát. Ki is mehettek együtt kis időre egy félreeső részre, esetleg a mosdóba. Így megelőzhetitek a problémás viselkedést.



- **Készítsetek fényképeket,** esetleg videót, hogy később tudjatok beszélgetni a programról.



- **Jó, ha van nálad papír és ceruza,** arra az esetre, ha bármit a program közben szükséges lenne leírni, lerajzolni.

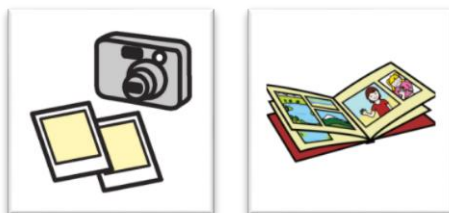
## 5.4 Utómunkálatok

„Nézzétek át!”  
„Oszd meg a tapasztalatokat!”

### Naplókészítés

*„Nehezen tudom elmesélni, mi történt velem. Pedig lehet, hogy jól emlékszem. Magamtól legszívesebben arról beszélek, ami nagyon érdekel. Arra nehéz válaszolnom, amire mások kíváncsiak. Ha vannak fotók és egy-egy szó, amit meg tudok nézni, könnyebb elmondani anyának, milyen volt a kirándulás. Mi nem volt jó, mi tetszett, mi volt nehéz, és miben voltam ügyes.”*

**A Naplót a gyermek számára, együtt készítitek.** Beletehettek közösen a gyermekkel néhány fényképet a programról vagy rajzolhattok is.



**Beszéljete**k arról, hogyan érezte magát az egyes történések alatt. **Segíts neki beazonosítani, megnevezni az érzéseit.**

**A fényképek mellé rajzolj vagy nyomtass az internetről smiley-t, fáradt arcot vagy mérges arcot.**

Ragasszátok az események mellé, hogy könnyebb legyen megfogalmaznia és megosztania, hogyan érezte magát.



### Visszajelzés, tanulságok

A program lezajlása után érdemes egy rövid jegyzetet készítened a tapasztalataitokról. Ezek egy része biztosan örömmel és elégedettséggel tölt majd el. Valószínűleg olyanok is lesznek, amelyek továbbgondolásra ösztönöznek és segíteni fogják a következő programok tervezését, szervezését.

Érdeemes és jóleső lehet megosztani a tapasztalataidat, élményeidet akár tanár társaiddal, akár a gyógypedagógussal.



- Jól érezte magát az autizmussal élő gyermek? Részese volt az élménynek?
- Sikeresnek érzem a programot?
- Úgy sikerült, ahogy terveztem?
- Mi az, amivel elégedett vagyok?
- Mi volt nehézség a számomra?
- Mi volt nehézség a gyermek számára?
- Mi okozta az egyes nehézségeket?
- Hogyan tudnánk felkészülni következőalkalommal, hogy megelőzzük a nehéz helyzetet?
- Volt-e váratlan esemény?
- Mire szükséges még tekintettel lennem a következőprogram alkalmával?
- Felmerült-e bármilyen kérdés vagy jelzés az osztálytársak felől az autizmussal élő társuk jelenlétével, viselkedésével kapcsolatban? (A befogadás segítése, a feszültségek kezelése szempontjából fontos, a közeli és a távoli jövőre nézve.)
- Milyen visszajelzést adtam a családnak és a gyermeknek a program sikerességéről?
- Ők milyen visszajelzést adtak nekem? (Ha nem adtak, kérhetek visszajelzést.)
- Kivel tudnám megbeszélni a tapasztalataimat, kérdéseimet, kétségeimet? (Pl. utazó gyógypedagógus, iskola pszichológus, a gyermek egyéb fejlesztője, szülő)





# M

## MELLÉKLETEK

### M.1 szociális történetek













#### Farsang – jelmezes előadás

<p>A farsangon jelmezt viselünk.</p> <p>Másképp nézünk ki, mint a hétköznapiokon.</p>	
<p>Sok gyerek gondolja, hogy ez mókás dolog.</p> <p>Van, akit bosszant és összezavar, ha megváltozik az ismerős emberek külseje.</p>	
<p>Én kismadár jelmezt viselek a farsangon.</p>	
<p>Az arcomat kifestik ecsettel és festékkel.</p> <p>Ezt nem szeretem.</p> <p>Kifestett arccal még jobban hasonlítok egy kismadárra</p>	
<p>Az osztályunk előadásában állatokat játszunk el.</p> <p>Amikor mi következünk, úgy kell csinálnom, mint egy kismadár, aki megtanul repülni.</p>	<h1>ELŐADÁS</h1>
<p>Örülök, hogy szerepelek a farsangon.</p> <p>A tanító néni és anyja megdicsér, hogy ügyes vagyok és bátor.</p>	

## Farsang – tombola

<p>A napirenden látom, hogy mikor következik a tombolahúzás.</p>	
<p>Előadjuk az állatos előadást. Megnézzük a többi osztály előadását is.</p>	
<p>Következik a tombola.</p> <p>Nekem is van sorsjegyem.</p> <p>A tombolán nem nyerhet mindenki.</p> <p>Lehet, hogy én nyerek, de az is lehet, hogy nem.</p> <p>Ha nem nyerek, lehet, hogy kicsit elszomorodom.</p> <p>Kedves dolog, ha megtapsoljuk a nyerteseket.</p>	   
<p>A tanító néni és anya megdicsér, hogy ügyes vagyok a farsangon.</p>	 

## Sokan vannak a metrón

Szeretek metróval utazni.	 
Néha kevesen vannak a metrón, máskor sokan. Akkor szeretek metróval utazni, amikor kevesen vannak.	 
Sokszor olyankor is utaznom kell, amikor sokan vannak. Gyakran előfordul, hogy minden ülőhely foglalt, és sokan utaznak állva is.	
Ilyenkor nem tudok leülni. Megállok valahol, és kapaszkodom.	
Ha véletlenül meglökök valakit, vagy a lábára lépek, elnézést kérek.	  <p><b>ELNÉZÉST!</b></p>
Általában az emberek azt válaszolják, hogy „semmi baj”, vagy „nem történt semmi”.	 <p><b>SEMMI BAJ!</b></p>
Az is előfordul, hogy valamelyik utas durván szól rám, ha véletlenül meglököm, vagy a lábára lépek.	
Ilyenkor csendesesen elnézést kérek, és nem figyelek többé rá.	  <p><b>ELNÉZÉST KÉREK!</b></p>

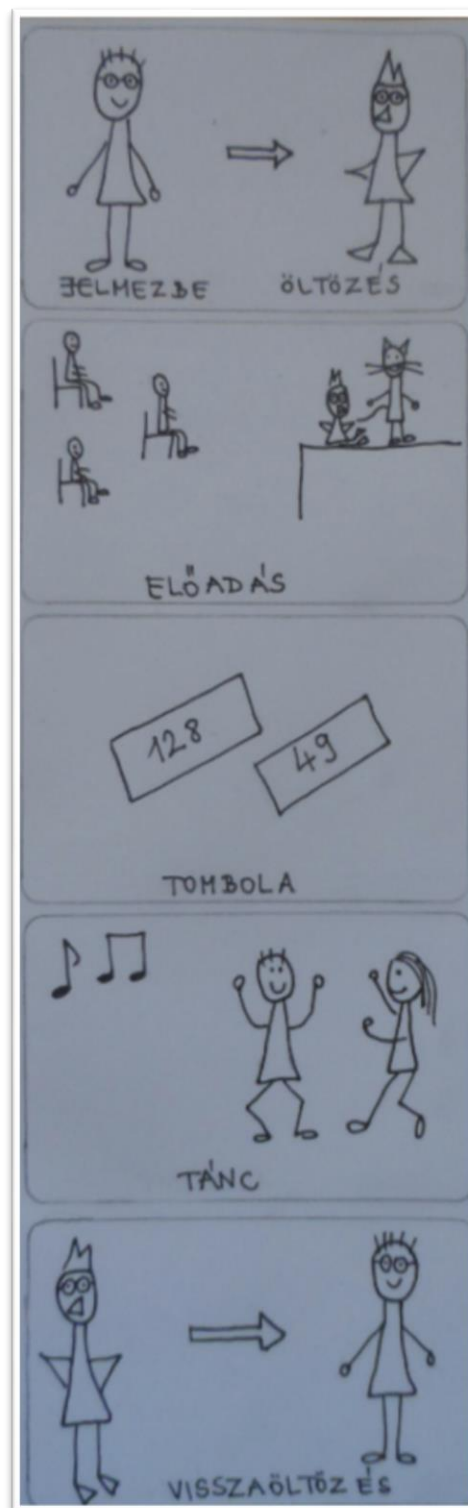


## M.2 napirend

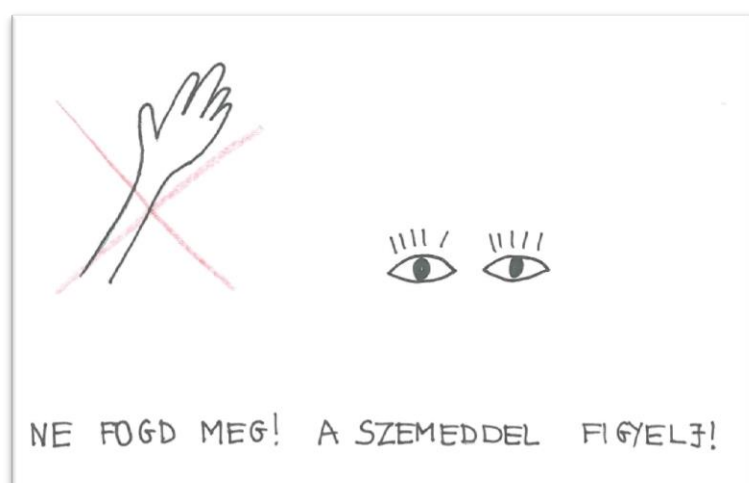
### Múzeumlátogatás

- Gyülekezés a terem előtt
- Utazás
- Érkezés a Múzeumba
- Ruhatár
- Kiállítás megnézése
- Gyülekezés a ruhatár előtt
- Indulás vissza
- Utazás
- Megérkezés az iskolába

### Farsang

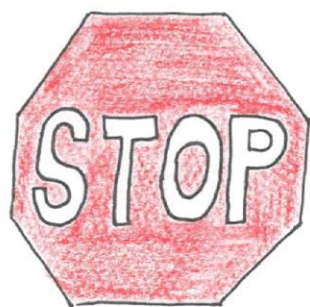


## M.3 szempontkártyák

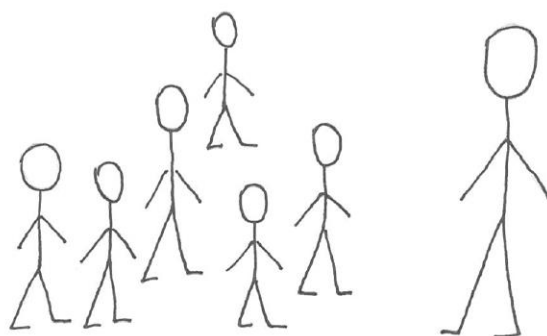




ÜLJ A SZÉKEN!



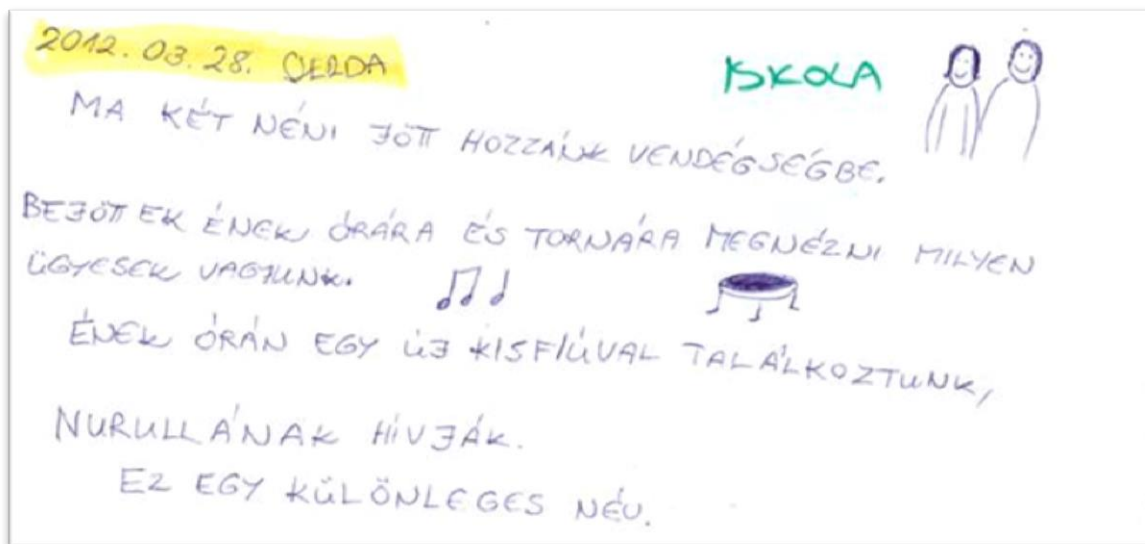
VÁRJ!



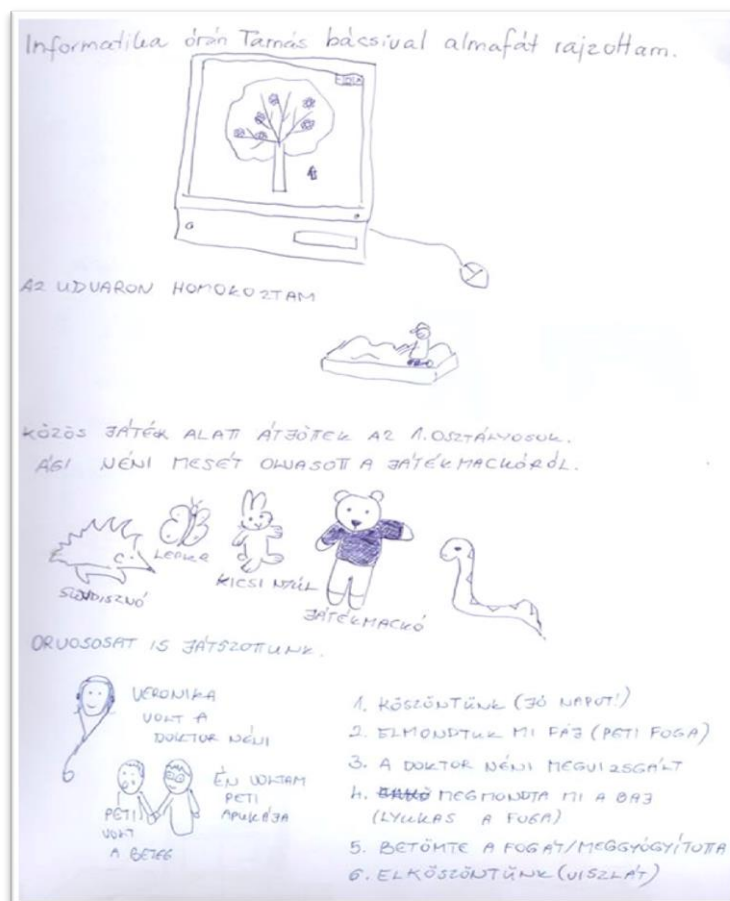
MARADJ AZ OSZTÁLYODDAL!

## M.4 naplórészletek

### Látogatók az iskolában



### Egy iskolai nap történései



## M.5 Checklist

### Feltérképeztem-e a gyerek speciális igényeit?

- ☐ Beszéltem a szülővel.
- ☐ Beszéltem a gyereket ismerő szakemberrel.

### Végiggondoltam-e

- ☐ az esemény pontos menetét és körülményeit?
- ☐ az eseményt a gyerek szempontjait figyelembe véve?

### Amennyiben szükség van rá, készítettem-e/beszereztem-e

- ☐ előrejelzést a naptárban?
- ☐ napirendet?
- ☐ szempontkártyákat?
- ☐ szociális történetet (gyógypedagógus, szülő segítségével)?
- ☐ jutalmazáshoz szükséges eszközöket?

- ☐ nyugtató/pihentető tárgyat, tevékenységet?

**Végignéztam a gyerekekkel, az elkészített eszközök segítségével**

- ☐ az esemény időpontját?
- ☐ az esemény menetét a napirenden?
- ☐ a betartandó szabályokat a szempontkártyákon?
- ☐ a jutalmazást?

**Konzultáltam-e a gyógypedagógussal a szociális történettel kapcsolatban?**

## M.6 Példák

### Rita (szülő)

*„Az iskolában kiránduláskor, ami lehet pár órás vagy több napos is a pedagógusok előre készíteneek képes és írásos napirendet. Ennek minden gyerkőc örül, és sikeres a kiruccanás. Iskolába menet előtt kis füzetet kaptak, ahol nagyon sok kép volt az iskolával kapcsolatban.*

*Az óvodában nem volt napirend. Ott szóban mondták el, hogy mi fog történni. Én (Rita anyukája) csináltam neki napirendet és hetirendet. Ez segített neki megérteni, hogy mi fog vele történni. Egy alkalommal, középső csoportban egyszer elmentek egy két napos kirándulásra az óvodai csoporttal, ahol ott is aludtak. Nem tudtam neki napirendet készíteni, mert nem tudtam a programokat. A fényképet megmutattam neki, elmondtam, hogy ide fogtok menni, itt fogtok aludni és az ovis társakkal lesztek, és megbeszéltem Ritával, hogy az óvó néni segítségével bármikor felhívhat. A dolog nem igazán ment gördülékenyen. Reggel, induláskor nem reggelizett és látszott rajta, hogy bezárt, nem nagyon akart kommunikálni. Délutánra belázasodott (nem szokott lázas lenni), és felhívott az óvó néni, hogy menjünk érte, mert beteg. Lementünk, és mikor meglátott elmúlt a láz, és újra volt kedve részt venni a programokon. Megkérdeztük, hogy haza szeretne-e velünk jönni vagy marad. Ő úgy döntött, hogy marad. A fényképek azt mutatták, hogy a 2 nap alatt nem volt felszabadult. Igaz, hogy akikkel együtt volt nap mint nap, azokkal ment el kirándulni, de mivel nem tudta, hogy mi fog történni, feszült volt.”*

A vizuális segítség szinte minden esetben kapaszkodót ad az autista gyerekeknek. Azoknak is, akiknek a beszéde, beszédértése, értelmi képességei korának megfelelőek, segít érteni a körülöttük zajló események sorát, kiszámíthatóvá, bejósolhatóvá teszi a környezetüket. Valószínűleg Ritának is segítség lett volna, ha a két napos program eseményei vizuálisan előre vannak jelezve számára.

### Lili és a farsang (szülő)

*„Az iskolai farsang nyilvános volt. Nem volt részletezve, előre jelezve, hogy milyen feladatok, helyzetek lesznek, illetve az is szokatlan volt, hogy én is ott voltam. E két dolog miatt Lili feszült lett, ennek következtében pedig hyperaktív lett. Ráadásul, ha sok ember van körülötte, nehezen koncentrálni, „figyelemzavaros” lesz. Néha beállt az aktuális versenybe, de láthatóan fontos volt neki, hogy a látóterében legyenek. Aztán a közös nasinál pont egy olyan kislány ült mellé, akitől tart, úgyhogy hiába ült mellette kis barátnője, nem számított. Folyamatosan ott kellett ülnöm mellette. A farsang végén volt egy kiselőadás az emeleten, ami miatt izgatott volt, mert oda szülő nem mehetett fel. A napirenden ki volt rakva. Lili leszedte és a kezében fogva fel-le járkált. Ideges volt pedig mondtam várom az ajtóban. Aztán úgy alakult, hogy nem ment fel az előadásra. Hirtelen jöttek értünk. Szóval még utána is fel-alá járkált és ismételte: soha nem megyek fel. Nem lett nyugodt csak mikor hazaértünk.”*

Egy kis előre tervezéssel, a helyzetek előzetes átbeszélésével, szociális történeteken keresztül való megismertetésével, valószínűleg Lili felkészülhetett volna arra, hogy mi fog történni a farsangi ünnepség során, és neki mi a szerepe.

## Lili és a Mikulás (gyógypedagógus)

Lili gyógypedagógusa írt és rajzolt egy szociális történetet arról, hogy mi hogyan fog történni, amikor a Mikulás az oviba látogat. A történetben benne volt, hogy

- miket fog csinálni a Mikulás (kopog, hova ül, miket kérdez, név szerint szólítja a gyerekeket, csomagot ad a gyerekeknek stb.),
- hogyan fog kinézni a Mikulás (piros a ruhája, szakállas, nagy zsák lesz a vállán, bot a kezében stb.),
- mit fog Lili csinálni (hol fog ülni, amikor szólítja a Mikulást, odamegy hozzá és megkapja a csomagot stb.).

A Mikulás-ünnepség előtt néhány nappal kezdték el nézegetni, olvasgatni. Az ünnepségen nem volt Lili kezében a történet, de a felkészülés eredménnyel járt.

A gyógypedagógus értő hozzáállásával Lili alaposan felkészülhetett a számára újszerű esemény fontos részleteire, így nem érte meglepetésként, hogy mi fog történni, tudta, mi a „dolga”.

## Marcell (szülő)

*„Az évzárón jutalomkönyveket osztogattak a legpengébb gyerekeknek. Marcell több osztálytársa is kapott könyvet, ő pedig kimaradt. Mivel úgy érezte, hogy egész évben nagyon szorgalmas volt, nagyon kiborult. Még a kijáratig tartotta magát, aztán zokogott végig a hazaúton, majd az igazgatónőt jellemezte elég kikötői stílusban.”*

Ebben a helyzetben is sokat segíthetett volna egy szociális felkészítés, ami segít a gyereknek, hogy értse miről szól egy ilyen helyzet. Az esemény átbeszélésével, szociális történetekkel lehetett volna felkészíteni arra, hogy mire számíthat az adott helyzetben.

## Nimród (gyógypedagógus)

*„Az anyák napi ünnepségre többféle módon igyekeztünk felkészíteni Nimródot. Több helyzetben tapasztaltuk már, hogy a képek, feliratok, különböző vizuális jelzések segítettek neki eligazodni az iskolai programokon.*

*Ez alkalommal is kitaláltuk, hogy színekkel, nyilakkal mutatjuk majd neki, merre kell mennie, hol kell állnia, melyik az ő helye. Készítettünk számára egy részletes napirendet, amelyben lépésről lépésre feltüntettük a dalok, versek, tevékenységek tartalmát, sorrendjét. A napirendet a kisfiú szüleinek is átbeszéltük és hazaadtuk azzal a céllal, hogy otthon is ismerkedjenek a műsorral.*



*A vizuális támogatás mellett fontosnak éreztük, hogy a próbán a lehető legkonkrétabban tegyük láthatóvá számára, hogy mi fog történni. A gyakorlás során az egyik pedagógus „játszotta” Nimród édesanyjának a szerepét. Az ünnepségen azonban a kisleányak nehézséget jelentett az ettől való elvonatkoztatás. Hiába volt ott az anyukája, ő akkor is annak a pedagógusnak mondta a verset, őrá nézve énekelt, aki a próbán „játékból volt az édesanyja”.*

*Az ünnepséget értékelve az alábbi következtetéseket vontuk le. Az egyértelmű, hogy vizuális megsegítés könnyebbé tette Nimród számára a tájékozódást is, együttműködést is. Az elvonatkoztatási képtelenséget talán úgy küszöböljük ki, hogy szociális történetet rajzolnánk számára, esetleg a próbákra meghívánk a kisleány édesanyját.”*

A szakember tapasztalatainak és tudásának köszönhetően Nimród megfelelő autizmus-specifikus felkészítést kapott az anyák napi ünnepségre. Ugyanakkor ebben a történetben jól látható, hogy az autizmus esetében soha nem lehet mindenre felkészülni, bármikor előfordulhat, hogy az alapos előkészületek ellenére valamivel nem számoltunk. Nimród esetében az általánosítás nehézségei miatt lehetett csupán részben sikeres az anyák napi program.



**SZÉCHENYI** 



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

**Európai Unió**  
Európai Szociális  
Alap



**BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**