

Munkaszervezés és szabadidő

Köszöntelek az *Autizmus az iskolában* online edukációs program *Akadálymentesítés a gyakorlatban* című moduljának második tananyagában. Ha még nem láttad, javaslom, hogy nézd meg az Akadálymentes iskolai környezet c. videót is, illetve az edukációs program többi tananyagát is figyelmedbe ajánlom, hiszen a következő percekben ismertetett konkrét módszerek akkor működnek hatékonyan, ha legalább nagy vonalakban érted a mögöttük álló elméleti szempontokat.

Ahogy az előző tananyagban, úgy most is azzal kapcsolatosan igyekszünk gyakorlati ismereteket megosztani, hogy az integráló, nem kifejezetten a sajátos nevelési igényű diákok számára létrehozott iskolákban hogyan lehet működőképessé tenni a hétköznapiakat, ha autizmussal élő gyerek is van a tanulók közt.

Az autizmus-specifikus iskolai akadálymentesítés másik fő tényezője az iskolai környezet mellett a megfelelő munkaszervezés. Ebben a kulcs a kezdet–közép–vég, illetve az egyes tevékenységek közötti váltás világos jelölése és a feladatok egyértelművé tétele.

A megfelelő munkaszervezésben nagy segítséget nyújthat az írott vagy rajzos munkarend, amit a diák újra és újra megnézhet, és nyomon követheti, hol tart az órában. Egy példa a munkarendre:

1. házi feladat ellenőrzése – Nyisd ki a füzeted!
2. új tananyag ismertetése – Másold le a füzetedbe, amit a tanárod a táblára ír!
3. Ha valamit kérdezni szeretnél, jelentkezz!
4. Gyakorló feladatlap kitöltése
5. Óra lezárása – Írd fel a házi feladatot a füzetedbe!

A szóbeli instrukciók során törekedjünk az egyértelműsége, kerüljük az iróniát és a képletes kifejezéseket. Szólítsuk meg név szerint az adott diákot, és csak akkor adjuk utasítást, ha figyel ránk, ami egy autizmussal élő diák esetében nem feltétlenül jár együtt a szemkontaktus felvételével.

Az elvárások konkretizálása nemcsak a tanulási feladatokkal kapcsolatban alapvető fontosságú, hanem a viselkedési szabályok esetében is. Tegyük írottá az íratlan szabályokat is! Ahelyett, hogy „Viselkedj rendesen!”, fogalmazzuk meg egyértelműen, mit szabad, és mit nem szabad csinálni.

Az írásbeli feladatoknál használjunk minél letisztultabb és egyértelműbb feladatlapokat, amelyeknél egyértelműen látszik, hogy mikor van kész egy feladat, így, ha csak lehet, a nyílt végű kérdések helyett válasszunk zárt végű feladatokat. A szakvéleményben leírt, feladatokra adandó többletidő sokszor nehezen kivitelezhető, ezért hasznosabb lehet, ha inkább a feladatlapot rövidítjük oly módon, hogy egy-egy feladattípuson belül kevesebb ítemet adunk az autista diák számára

Végezetül ne feledkezzünk el a tanórán kívüli iskolai idő akadálymentesítéséről sem. Hiszen sokszor a valódi kihívást nem annyira a tanórák alapból is gondosan megtervezett ideje jelenti, hanem a szünetek és tanórán kívüli iskolai programok. Ezért ejtsünk szót röviden ezekről is.

Az órák közötti szünet, ami a legtöbb tanuló számára öröm, hiszen megválaszthatja, mivel tölti az idejét, az autizmussal élő diákok számára komoly stresszforrás lehet. Ez a stressz csökkenthető, ha különböző választható tevékenységeket ajánlunk fel, pl.:

- séta a folyosón vagy az udvaron
- olvasás
- kedvelt játék vagy tevékenység
- nyugiszoba (ha van)
- zenehallgatás, videónézés telefonról
- tanulás.

Az autizmussal élő diákok esetében érdemes lehet lazítani a telefonhasználattal kapcsolatos szabályokon, és az is nagyon fontos, hogy akinek igénye van rá, legyen tere az ún. „stimming”-ekre. Ezek azok a külvilág számára sokszor furcsa mozdulatok, mint például a kéz repkedő mozgása, az előre-hátra dülöngélés vagy akár az egy lábon ugrálás. Nem helyes megbélyegezni vagy folyamatosan korlátozni ezeket a stimmingeket, mert az autista emberek számára (intelligenciától és az autizmusban való érintettség fokától függetlenül) fontos szerepe van a stresszkezelésben és a nehéz helyzetekkel való megküzdésben.

A tanórán kívüli iskolai vagy iskolán kívüli programok esetében is a bejósolhatóság és a megfelelő előkészítés a legfontosabb szempont. Jelezzük előre írásos vagy rajzos formában az alábbiakat:

- Mi fog történni? (Itt jelezzük azt is, hogyan fog történni az esetleges oda- és visszautazás.)
- Ki lesz ott?
- Meddig fog tartani?
- Mit lehet, és mit nem lehet csinálni?
- Ki tud segíteni, ha valami probléma van?
- Hova lehet elvonulni, ha túl sok a stressz?

Végül, de nem utolsósorban: az akadálymentesítés csak akkor lehet működőképes, ha nemcsak elszigetelten, egy-két tanárnál érvényesül, hanem az egész iskolában érvényesítik a fentebb megfogalmazott szempontokat.

Az *Akadálymentesítés a gyakorlatban* c. modul második tananyagának végére értél. Az ehhez kapcsolódó, tíz kérdésből álló ellenőrző teszt kitöltése hatékonyan segíthet abban, hogy rögzüljenek a hallott információk, ezért javaslom, hogy szánj rá pár percet.