

## Vígh Katalin

### Célzott támogatás az Autizmus Alapítvány Serdülőklubjában

Az autizmussal élő felnőttek speciális ellátása hazánkban egyelőre kezdeti stádiumban van. Néhányan elhelyezést nyertek az utóbbi években megnyílt lakóotthonokban, de többségük speciális szükségleteikhez alkalmazkodó ellátásban nem részesül. Többen vannak azok az autizmussal élő fiatalok, akik valamelyik nappali szociális intézményt látogatják hétköznaponként, de célzott támogatásban ők is csak elenyésző számban részesülnek. Az érintett családok jelentős része magára marad, miután gyermekük már nem tanköteles. Megszakadnak kapcsolataik gyermekük osztálytársainak családjával és a szakemberekkel is (Howlin, 2001). Az Autizmus Alapítvány dolgozói e probléma enyhítése érdekében hozták létre

a Serdülőklubot. A Klub 1989 őszén kezdte meg működését. Az Autizmus Alapítvány munkatársai a diagnosztikus munka során szembesültek a serdülőkorú, autizmussal élő emberek problémáival. Elhatározták, teret biztosítanak arra, hogy az érintett, tanulmányaikat már befejező fiatalok közös programon vehessenek részt. Kezdetben kötetlen beszélgetés mellett kézimunkáztak (pl. hímzés, gombfelvarrás) a klubtagok, illetve társas- és ügyességi játékokat játszottak, később közös éneklésre, zenélésre is sor került. Az első év tanulságait levonva a szakemberek sokkal nagyobb hangsúlyt fektettek az egyénre szabott, speciális támogatás nyújtására és a célzott, fejlesztő foglalkozások szervezésére. 1993-tól már olyan sok érintett személy látogatta a klubfoglalkozásokat, hogy egyes tevékenységek idejére két csoportot kellett kialakítani.

Jelenleg a Serdülőklub 20 taggal működik, alkalmanként 15-18 fiatal/felnőtt van jelen a foglalkozáson. A tagok közül négyen a kezdetektől, ketten 12 éve folyamatosan látogatják a klubot. Életkoruk 18 és 58 év közé esik, többségük azonban 25-30 éves. (A tagok életkorából következően a Serdülőklub elnevezés már nem igazán reális.) Velük hét szakember foglalkozik, végzettségüket tekintve pszichológus (1 fő), gyógypedagógus (2 fő), fejlesztő pedagógus (2 fő), szociális munkás (1 fő) és pedagógiai asszisztens (1 fő). 20-nál több fiatal nem tudunk a klubban fogadni, elsősorban a rendelkezésre álló helyszín behatároltsága miatt. Klubtagjaink mindannyian az Autizmus Kutatócsoport Gyermek- és Ifjúságpszichiátriai Ambulanciáján kaptak diagnózist, de sok esetben más pszichiátriai intézmény irányította hozzánk őket, kifejezetten azért, hogy a klub tagjai lehessenek.

A klubfoglalkozások célja:  
- olyan közeg, közösség teremtése, ahol elfogadó társaságot találnak a fiatalok, ahol jól érzik magukat,

- a szabadidő társas eltöltési módjainak tanítása (beszélgetés, társasjáték, tánc),  
- szociális és kommunikációs készségek célzott, speciális fejlesztése.  
A továbbiakban ismertetem egy klubfoglalkozás menetét, melynek során a fenti célokat kívánjuk elérni.

A foglalkozást a kezdetektől szerdánként 17-19 óra között tartjuk. A tagokat képességeik szempontjából két csoportba soroltuk, amelyek egyes tevékenységek során önállóan működnek. A foglalkozások tartalmi szempontok alapján négy nagyobb egységre bonthatók. Az összejövetel elején az egyik csoport zenei interakciós tréningen vesz részt, a másik pedig uzsonnát készít. A zenei interakciós tréningen a közös éneklés és a zenehallgatás mellett speciális, a szociális és kommunikációs készségek fejlesztésére fókuszáló feladatokat végeznek a fiatalok, úgymint utánzás, a másik figyelmének felhívása, a sorrend követése, a sorra kerülés kivárása. Az uzsonnakészítés során az önkiszolgálási és háztartási készségek fejlesztésére, illetve szinten tartására figyelünk. Több felnőtt számára ez az egyetlen helyszín, ahol olyan munkákat végezhet, mint például az asztalterítés, kenyérszeletelés, mosogatás. A munkavégzés során lehetőség nyílik kötetlen beszélgetésre, amelyet korábban az esetek

jelentős részében a szakemberek kezdeményeztek, ösztönöztek, azonban napjainkra már a klubtagok igényévé vált. A csoportok hetenként váltják egymást, így mindenki részt vesz a zenén és a házimunkában is. A következő tevékenység speciális, szociális-kommunikációs foglalkozás, szintén két, vagy létszámtól függően három csoportban. Azok a fiatalok, akiknek komoly nehézségei vannak a beszédértés, a figyelemösszpontosítás, az általánosítás területén, babzsákos foglalkozáson, a többiek pedig az egyik régi klubtagunk által elnevezett viselkedéstan-on vesznek részt. Ezen foglalkozások alapvető célja a fiatalok készségszintjének megfelelő szociális viselkedés kialakítása, illetve szükség szerint azt ezt megalapozó készségek fejlesztése, amellyel hozzásegíthetjük az autizmussal élő embereket a siker, az önállóság élményének átéléséhez. Ezekben a foglalkozásokon a fejlesztés két területen történik. A csoportos helyzetben a résztvevők gyakorolják a sorra kerülés szabályainak betartását, a várakozást, a frontális kérések önmagukra vonatkoztatását. E mellett a foglalkozások játékaik tartalma is olyan, ami a szociális és kommunikációs készségek fejlesztését célozza. A babzsákos foglalkozás játékaik során a fiatalok információkat osztanak meg társaikkal önmagukról (pl.: mi a kedvenc elfoglaltságuk, mikor van a születésnapjuk), gyakorolják személyi adataikat, azonosítják saját és mások külső tulajdonságait, tudatosabbá válnak saját képességeik felismerésében, abban is, hogy mi az, amit önállóan el tudnak végezni, és mi az, amiben segítségre szorulnak. A foglalkozást 1 szakember vezeti, 2-3 szakember pedig szükség esetén segít a feladatok megértésében, teljesítésében.

Egyik nagyon kedvelt játék az *Igaz-hamis*. A fiatalokkal szemben ülő játékvezető tesz egy állítást (pl.: *A te hajad hosszú., Anyukád foglalkozása könyvtáros.*), amelyről az a klubtag, akinek a játékvezető odadobja a babzsákot, megállapítja annak valóságtartalmát. Egy másik kedvelt játék az *Utánzós*, melynek során a klubtagok megpróbálják pontosan megfigyelni, és leutánozni a játékvezető mozdulatait.

A másik csoporthoz tartozó fiatalok foglalkozásán rendszeresen megbeszélik az elmúlt héten felmerült gondokat, elemzik egymás viselkedését a problémás helyzetekben, tanácsokat adnak egymásnak. Vannak azonban ciklusok, amikor néhány hét folyamán egy adott módszer segítségével részesülnek speciális fejlesztésben a klubtagok. Az egyik ilyen általunk alkalmazott módszer a video-feed-back technikája. Ennek során a résztvevők hétköznapi szociális helyzeteket dolgoznak fel, játszanak el, oldanak meg, amelyeket videóra is rögzítenek, majd elemzik ezeket a megoldásokat. Így akár saját történeteken keresztül elemeznek helyzeteket, gyakorolják a nonverbális jelek felismerését, mások gondolatainak, érzelmeinek azonosítását. A foglalkozásokat két szakember vezeti, az egyikük szerepe a mintaadás.

A foglalkozást vezető szakember előre megír egy történetet, amelynek alapjául az egyik klubtag aktuális problémája szolgál (pl.: a zsúfolt metróban valaki meglöki a történet szereplőjét, aki úgy érzi, szándékosan bántani akarták őt, ennek következtében megbántva érzi magát). Közös elolvassák, megbeszélik, majd eljátszák a jelenetet, amelyet videóra is vesznek, és a rögzített képsorok segítségével elemzik a szereplők viselkedését, a külső körülményeket, és próbálnak következtetni a jelenet résztvevőinek gondolataira.

Egy másik, általunk alkalmazott módszert angol szakemberek dolgozták ki, mely a többi ember mentális állapotainak felismerését célozza meg (Howlin, Baron-Cohen, Hadwin, 1999). A foglalkozások során a fiatalok egyre tudatosabban elemzik, értelmezik saját viselkedésüket és annak hátterét, megtanulják felismerni embertársaik érzelmeit, vágyait, vélekedéseit, szándékait.

Első lépésként fotókon, majd sematikus rajzokon azonosítanak érzelmeket a klubtagok, majd egyszerű, rajzolt képek alapján amelyeken a frekvenciált szereplők arcvonásai nem láthatóak, mindennapi történetek szereplőinek tulajdonítanak érzelmi állapotokat (pl.: egy fiútól elfut a kutya). A következő lépésben, speciálisan szerkesztett képek segítségével mások vágyait, azok beteljesedése, illetve be nem teljesedése által kiváltott érzelmeit tanulják meg minél biztosabban felismerni a fiatalok (pl.: a kép szereplője vágyik egy banánra, és meg is kapja azt, illetve szőlőt kap helyette). Az utolsó lépés folyamán a többi ember hiedelmen alapuló érzelmeit értelmezik, elemzik a tréning résztvevői (pl.: a kép szereplője vágyik egy banánra, azt hiszi, hogy meg is fogja kapni, de szőlőt kap helyette). A foglalkozások során nagy hangsúlyt fektetünk arra, hogy az éppen tárgyalt érzelmi állapotra saját példát is hozzanak a fiatalok.

A foglalkozás következő részét már közösen töltik el a klubtagok. A kötetlen, de a szakemberek által támogatott beszélgetés közben elfogyasztott uzsonna után a mosogatást végzőkön kívül kisebb-nagyobb csoportokban társasjátékokat (pl.: memória, Ki kicsoda?, Ungame) játszanak a fiatalok, amikor újra előtérbe kerülhet olyan szociális készségek gyakorlása, mint a szabályok betartása, a sorra kerülés kivárása, a győzelemre való törekvés, a játék elvesztése okozta frusztráció elviselése. Ebben az időszakban van arra mód, hogy igény szerint négy szemközt beszélgethet aktuális problémáiról, örömeiről egy érintett felnőtt valamelyik szakemberrel.

A foglalkozás közös táncval zárul. Tíz év munkájának eredménye, hogy a klubtagok többsége képes a helyzetnek megfelelő szociális viselkedésre (pl.: partnert választani és felkérni, csevegni tánc közben, megfelelő testtartást felvenni). A klubba járó fiatalok többsége nem közlekedik önállóan, szüleikkel, családtagjaikkal érkezik. 1994 októberétől a kísérőknek lehetőségük van arra, hogy részt vegyenek nyitott, szupportív szülőcsoporton, amelyben alkalom nyílik arra, hogy a szülőket foglalkoztató mélyebb kérdéseket szakemberek jelenleg két fő, pszichiáter és pszichológus vitassák meg egymást melegen támogató közegben. A szakemberek munkáját egy általános asszisztens és egy technikus szakember segíti minden alkalommal.

2003 tavasza óta egy új szolgáltatást is nyújtunk klubtagjaink számára. Tudomásunk szerint az országban egyedülálló módon önkéntes kortárs segítők, pszichológus és gyógypedagógus hallgatókat ösztönzünk arra, hogy segítsenek autizmussal élő embereknek szabadidejük változatos eltöltésében. Kevés kivétellel, klubtagjaink megfogalmazták már, mennyire vágnak egészséges kortársaik társaságára. Ennek támogatására indítottuk el ezt a programot. Az első hirdetésünkre 12 hallgató jelentkezett. Számukra elemi szinten négy órás elméleti képzést tartottunk, hogy megismerhessék a probléma természetét. A klubfoglalkozásokon megismerkedhettek a fiatalokkal, és kölcsönös szimpátia alapján alakultak ki baráti párok. Végül 5 hallgató érezte úgy, hogy szívesen ellátná ezt a feladatot. Ők 2003 májusa óta kapcsolatban vannak egy-egy családdal, amikor is megállapodást kötöttünk, melyet három fél írt alá, a szülő, a segítő és a szakember. (A fiatalok számára nem akartuk formálissá tenni a kapcsolatot.) A megállapodásban leszögeztük, hogy folyamatosan kapcsolatban állnak a felek egymással, illetve hogy a segítők elfogadják munkatársaink szakmai irányítását. A szerződő hallgatók töretlenül lelkesek, színes programokat (pl. múzeum, kirándulás, étterem) szerveznek 2-3 hetente. 2004 februárjában ismételtünk a hallgatók között, és márciusban újra elindítjuk a programot. Úgy gondoljuk, az Autizmus Alapítvány Serdülőklubja modellértékű ellátási forma az érintett fiatalok/felnőttek számára. Hasonló klubok működéséhez szívesen nyújtunk segítséget.

**Sajnálattal közöljük, hogy a Serdülőklub ebben az évben előre láthatólag nem tud több tagot fogadni.**

*Irodalomjegyzék:*

Howlin, P.: Autizmus. Felkészülés a felnőttkorra, Kapocs Könyvkiadó, Budapest, 2001

Howlin, P., Baron-Cohen, S., Hadwin, J.: Teaching Children with Autism to Mind-Read, John Wiley and Sons Ltd, Chichester, 1999

Kanizsai-Nagy I., Kiss Gy., Szaffner É., Vígh K.: Munkahelyi készségek kialakításához szükséges szociális kogníciót fejlesztő csoportos tréningek, megjelenés alatt