



Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych

**Perspektywy społeczeństwa na temat osób
w spektrum autyzmu**

Raport z badań socjologicznych na podstawie

Zogniskowanych Wywiadów Pogłębionych

**Badania współfinansowane ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji
Osób Niepełnosprawnych**

Europejski Dom Spotkań Fundacja Nowy Staw

Autor: Agata Dziubińska – Gawlik

Lublin, maj 2024 r.



Spis treści

1. Wstęp.....	2
2. Charakterystyka próby badawczej.....	5
1. Aspekt lingwistyczny.....	6
1. Doświadczenia i postrzeganie osób w spektrum autyzmu.....	9
4. Trudności osób w spektrum autyzmu w funkcjonowaniu w miejscu pracy.....	13
5. Trudności w życiu codziennym osób w spektrum autyzmu.....	17
6. Udogodnienia dla osób w spektrum autyzmu w miejscu pracy.....	21
7. Społeczne Postrzeganie Spektrum Autyzmu – stereotypy i edukacja.....	25
Rekomendacje:.....	29
PODSUMOWANIE.....	32

1. Wstęp

Niniejszy raport powstał w ramach projektu pt. „Program łamania stereotypów dotyczących osób w spektrum autyzmu” współfinansowanego ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Projekt realizowany jest przez Europejski Dom Spotkań-Fundację Nowy Staw z Lublina.

Celem ogólnym projektu badawczego jest:

wypracowanie rekomendacji do kampanii promocyjnej na temat zatrudniania osób w spektrum autyzmu.

Pracodawcy oraz społeczeństwo mają niewystarczającą wiedzę o potencjałach i ograniczeniach osób w spektrum autyzmu. W związku z tym istnieje potrzeba przeprowadzenia szerokiej kampanii społecznej skierowanej do społeczeństwa oraz do pracodawców.

Walka ze stereotypami dotyczącymi osób w spektrum autyzmu jest istotna z kilku powodów, między innymi:

1. Zapewnienie pełnego i sprawiedliwego uczestnictwa społecznego:

Stereotypy mogą prowadzić do marginalizacji i wykluczenia osób ze spektrum autyzmu. Kiedy społeczeństwo ma uprzedzenia i fałszywe przekonania na temat autyzmu, osoby te mogą napotykać trudności w znalezieniu pracy, nawiązywaniu relacji społecznych, uczestnictwie w życiu społecznym i korzystaniu z dostępnych usług. Walka ze stereotypami jest niezbędna, aby zapewnić, że osoby w spektrum autyzmu mają równe szanse i są pełnoprawnymi członkami społeczeństwa.

2. Promowanie akceptacji i empatii:

Świadomość i zrozumienie różnorodności osób ze spektrum autyzmu prowadzą do budowania akceptacji i empatii. Stereotypy utrzymują się często z powodu braku wiedzy i nieświadomości. Poprzez edukację i informowanie społeczeństwa na temat spektrum autyzmu, możemy promować szersze zrozumienie i współczucie, które

przyczyniają się do tworzenia bardziej inkludującego i tolerancyjnego środowiska dla wszystkich.

3. Wykorzystanie pełnego potencjału jednostek:

Stereotypowe przekonania na temat osób w spektrum autyzmu często opierają się na ograniczonym spojrzeniu na ich umiejętności i zdolności. Walka ze stereotypami pozwala społeczeństwu dostrzegać i doceniać unikalne talenty, zainteresowania i umiejętności osób w spektrum autyzmu. To z kolei sprzyja wykorzystywaniu ich pełnego potencjału i stwarza możliwości rozwoju i sukcesu zarówno w życiu zawodowym, jak i osobistym.

4. Ograniczenie stresu i dyskomfortu:

Stereotypy i uprzedzenia mogą wpływać na samopoczucie osób w spektrum autyzmu. Negatywne opinie i niewłaściwe oczekiwania społeczne mogą prowadzić do lęku, depresji, niższej samooceny i poczucia izolacji. Poprzez walkę ze stereotypami i budowanie świadomości, tworzymy otoczenie, które jest bardziej przyjazne, zrozumiałe i wspierające dla osób w spektrum autyzmu.

Przedstawione wyniki badań w raporcie powstały na podstawie zogniskowanych wywiadów grupowych (FGI) z przedstawicielami społeczeństwa. Inne grupy badawcze objęte FGI to: pracodawcy oraz terapeuci pracującymi z osobami w spektrum autyzmu.

Oprócz badań grupowych zrealizowano też Indywidualne Wywiady Pogłębione (IDI) z sześcioma grupami badawczymi, wyniki których zostały przedstawione w odrębnych raportach:

- osoby w spektrum (pracujące i niepracujące),
- rodzice dorosłych osób w spektrum autyzmu,
- pracodawcy (zatrudniający oraz niezatrudniający osoby w spektrum autyzmu),

- współpracownicy osób w spektrum,
- wychowawcy przedszkolni,
- pedagodzy szkolni.

Niezależnie od raportów z badań IDI dotyczących 6 grup badawczych i raportów z badań focusowych (FGI) 3 różnych grup badawczych, na wcześniejszym etapie realizacji projektu powstała Analiza desk research pt. „Analiza występujących stereotypów na temat osób w spektrum autyzmu”.

Po zakończeniu części analityczno-badawczej projektu, opracowany zostanie „Program łamania stereotypów dotyczących osób w spektrum autyzmu” zawierający założenia (rekomendacje) do prowadzenia kampanii społecznej niwelującej stereotypy postrzegania osób ze spektrum autyzmu w społeczeństwie oraz wśród pracodawców.

2. Charakterystyka próby badawczej

W grupie badanych znalazło się 8 kobiet i 1 mężczyzna. Sześciu respondentów pochodzi z województwa lubelskiego, dwóch z mazowieckiego i 1 osoba z województwa podkarpackiego. Wszyscy respondenci posiadają wykształcenie wyższe. Tylko 1 respondent jest bezrobotny, pozostałe osoby są pracujące. Wiek respondentów zamyka się w przedziale 31-44 lata.

1. Aspekt lingwistyczny

Autyzm to termin, który zyskuje na znaczeniu zarówno w dyskursie publicznym, jak i naukowym. W miarę rosnącej świadomości społecznej na temat autyzmu pojawiają się różne określenia tego zjawiska. Celem tego rozdziału jest analiza preferencji terminologicznych dotyczących spektrum autyzmu na podstawie przeprowadzonego wywiadu grupowego.

Preferowane określenia

Uczestnicy wywiadu zgodnie podkreślili, że prostota i jasność są kluczowe przy wyborze terminów opisujących autyzm.

Jeden z uczestników stwierdził:

- *„Myślę, że najprościej mówić po prostu o osobach z autyzmem.”*

Argumentował, że pojęcie *spektrum autyzmu* jest zbyt ogólne i może komplikować zrozumienie problemu. Wskazał, że *osoba z autyzmem* jest bardziej zrozumiałe i może od razu sugerować potrzebę wsparcia i większej tolerancji.

Inny uczestnik zgodził się z tym co zostało napisane powyżej, dodając:

- *„Osoby, które cokolwiek wiedzą w temacie, rozumieją, o co chodzi, gdy powiemy osoba z autyzmem.”*

Zauważył, że kluczowe jest unikanie terminów, które mogą sugerować, że autyzm jest chorobą zakaźną lub coś, czego należy się obawiać. Chodzi o to, aby *nie traktować jej jako osoby wykluczonej, chorej czy takiej, z którą nie powinniśmy rozmawiać.*

Unikanie komplikacji

Kolejni respondenci zwrócili uwagę na to, że nie powinniśmy przywiązywać zbytnej wagi do złożonych terminów medycznych. *Nie powinniśmy się jakoś tak bardzo mocno przyczepiać samej nazwy* – stwierdził jeden z uczestników. Podkreślił, że ważniejsze jest zrozumienie, czym jest autyzm i jakie ma on konsekwencje, niż precyzyjne określenie medyczne.

Podobne stanowisko zajęła inna uczestniczka:

- *„Nazwa powinna być krótka, hasłowa, żeby człowiek potrafił ją zapamiętać.”*

Zaproponowała, aby używać prostych określeń w komunikacji codziennej, a bardziej złożone terminy mogą być stosowane w kontekstach edukacyjnych czy reklamowych, aby pokazać szeroki wachlarz zachowań związanych z autyzmem.

Konsensus w prostocie

Kolejne wypowiedzi respondentów potwierdzały, że najważniejsze jest, aby używać prostych i zrozumiałych określeń. *Powinna być ta nazwa zwięzła, krótka, mówimy po prostu o osobie, która choruje na autyzm* - zauważył uczestnik. Podkreślił, że proste określenia są wystarczające, aby zrozumieć podstawową informację i mogą być wyczerpujące dla większości osób.

Inna uczestniczka zgodziła się, dodając:

- *"Samo słowo autyzm byłoby wystarczające na określenie tych zaburzeń.*

Podkreśliła, że za tym powinna iść edukacja na temat tego, co autyzm oznacza, aby społeczeństwo mogło lepiej zrozumieć to zaburzenie.

Wypowiedzi respondentów jednoznacznie wskazują na potrzebę stosowania prostych i zrozumiałych określeń przy opisywaniu autyzmu. Terminy takie jak "osoba

z autyzmem" są preferowane, ponieważ są łatwe do zrozumienia i unikają komplikacji związanych z bardziej złożonymi terminami medycznymi. Wybór prostych określeń może również pomóc w edukacji społeczeństwa i redukcji stygmatyzacji.

Podsumowując, stosowanie prostych i jasnych określeń przy opisywaniu autyzmu oraz odpowiednia edukacja mogą znacząco przyczynić się do zwiększenia świadomości społecznej i akceptacji osób autystycznych.

1. Doświadczenia i postrzeganie osób w spektrum autyzmu

Rozdział ten bazuje na wypowiedziach respondentów, którzy podzielili się swoimi osobistymi i zawodowymi doświadczeniami z osobami w spektrum autyzmu. Celem jest przedstawienie, jak osoby w różnych środowiskach postrzegają i rozpoznają autyzm, a także jakie wyzwania i potrzeby identyfikują w kontekście współpracy z osobami autystycznymi.

W niniejszym rozdziale omówione zostaną:

1. Znajomość Osób w Spektrum Autyzmu:

Respondenci opowiadają o swoim kontakcie z osobami autystycznymi zarówno w środowisku pracy, jak i poza nim.

2. Postrzeganie Osób w Spektrum Autyzmu:

Uczestnicy badania opisują, jak postrzegają osoby w spektrum autyzmu, jakie cechy i zachowania zwracają ich uwagę.

3. Rozpoznawanie Osób w Spektrum Autyzmu

Analiza sposobów, w jakie respondenci identyfikują osoby autystyczne, bazując na obserwacjach i doświadczeniach.

Wypowiedzi respondentów dostarczają cennych informacji na temat codziennego funkcjonowania osób w spektrum autyzmu, wskazując na potrzebę większej świadomości i edukacji w tym zakresie. Rozdział ten ma na celu nie tylko przybliżenie problematyki autyzmu, ale także ukazanie różnorodności doświadczeń i spostrzeżeń

związanych z tym zaburzeniem, co może przyczynić się do lepszej integracji i wsparcia osób w spektrum autyzmu w społeczeństwie.

Ad. 1

Znajomość Osób w Spektrum Autyzmu

Większość respondentów zna osoby w spektrum autyzmu, zarówno w kontekście zawodowym, jak i osobistym. Część z nich pracuje bezpośrednio z osobami autystycznymi, natomiast inni mają kontakt z osobami w spektrum w swoim środowisku prywatnym. Respondenci podkreślali, że autyzm nie jest łatwo rozpoznawalny na pierwszy rzut oka i często wymaga dłuższego kontaktu oraz obserwacji specyficznych zachowań.

Jedna z respondentek wspominała:

- *„Na pierwszy rzut oka nie widać, że jakiegokolwiek zaburzenia takie autystyczne są. Być może, że przy dłuższym, większym kontakcie, wtedy można jakby spostrzec takie jakieś niuanse w zachowaniu.”*

Ad. 2

Postrzeganie Osób w Spektrum Autyzmu

Respondenci opisywali osoby w spektrum autyzmu jako mające unikalne cechy i specyficzne zachowania, które mogą nie być od razu widoczne. Wskazywali na różnorodność w zachowaniu i potrzebę indywidualnego podejścia do każdej osoby.

Jeden z respondentów zauważył:

- *„Każda osoba należy potraktować bardzo indywidualnie, bardzo specyficznie i w gruncie rzeczy, no jakby mieć taki margines wyczucia, margines tolerancji dla osób, które zachowują się w troszkę odmienny sposób.”*

Inna respondentka dodała:

- *„On zawsze używa tych samych tekstów, tych samych słów. [...] Jest człowiekiem bardzo schematycznym, też wiemy, że on w pewnym momencie musi się wyciszyć.”*

Ad. 3

Rozpoznawanie Osób w Spektrum Autyzmu

Rozpoznanie autyzmu często opiera się na obserwacji charakterystycznych zachowań i cech, takich jak potrzeba powtarzalności, trudności w nawiązywaniu relacji społecznych, czy nadwrażliwość na bodźce. Respondenci zwracali uwagę na różne sposoby, w jakie osoby autystyczne radzą sobie z codziennymi sytuacjami, a także na specyficzne reakcje na stres i potrzebę wyciszenia.

Jedna z respondentek podzieliła się swoim doświadczeniem:

- *„Nie toleruje zmian. Na przykład od 20 lat wyjeżdżamy na wakacje w jedno miejsce i nie jesteśmy w stanie wyjechać w inne miejsce, bo on nie jest w stanie pojechać, nie chce przebywać w miejscu, którego nie zna.”*

Inny respondent zauważył:

- *„Jest to osoba dorosła, która została dość niedawno zdiagnozowana. Teraz ma córkę, u której już bardzo szybko zauważyła pierwsze objawy spektrum. [...] Potrzebuje swojej bezpiecznej przestrzeni.”*

Wnioski:

Przeprowadzone wywiady ujawniły, że świadomość i zrozumienie autyzmu wśród respondentów jest różnorodne. Choć niektórzy mają bezpośrednie doświadczenia z osobami w spektrum autyzmu i potrafią rozpoznać pewne cechy, inni mogą nie być świadomi, że osoby z ich otoczenia mogą być autystyczne. Ważne jest promowanie większej świadomości i wiedzy na temat autyzmu, aby umożliwić lepsze zrozumienie, wsparcie i integrację osób w spektrum autyzmu w różnych środowiskach. Respondenci podkreślili znaczenie indywidualnego podejścia oraz zrozumienia specyficznych potrzeb osób autystycznych, co jest kluczowe dla tworzenia inkluzyjnego i wspierającego środowiska.

4. Trudności osób w spektrum autyzmu w funkcjonowaniu w miejscu pracy

Osoby w spektrum autyzmu napotykać na liczne trudności w funkcjonowaniu w miejscach pracy. Poniższy rozdział syntetyzuje wypowiedzi respondentów, które podkreślają kluczowe wyzwania związane z zatrudnieniem osób autystycznych, jednocześnie ukazując specyficzne potrzeby i wymagania, jakie powinny zostać uwzględnione przez pracodawców.

Problemy w komunikacji i interakcjach społecznych

Jednym z głównych wyzwań, jakie napotykać osoby w spektrum autyzmu, są trudności w komunikacji i interakcjach społecznych. Osoby te często mają problem z rozumieniem niuansów językowych, takich jak żarty, podteksty czy ironia.

Jak zauważył jeden z respondentów:

- *„Osoby w spektrum bardzo prostolinijnie i wprost rozumieją pewne wypowiedzi, mogą nie rozumieć żartów, podtekstów, innych takich rzeczy, co może powodować różnego rodzaju konflikty. W konsekwencji, osoby te mogą nieświadomie obrażać innych lub być odbierane jako zbyt bezpośrednie.”*

Środowisko pracy

Środowisko pracy pełne bodźców, takich jak hałas, nadmierne oświetlenie czy inne zakłócające czynniki, może być niezwykle stresujące dla osób w spektrum autyzmu.

Jak podkreślił jeden z respondentów:

- *„Nadmiar bodźców, hałasów, informacji może powodować, że osoba ze spektrum będzie źle funkcjonowała w grupie, nawet niewielkiej”.*

Konieczność pracy w otwartych przestrzeniach biurowych (open space) może być szczególnie trudna, dlatego ważne jest, aby pracodawcy zapewniali ciche i mniej stymulujące miejsca pracy.

Potrzeba przewidywalności i rutyny

Osoby w spektrum autyzmu często potrzebują stałej rutyny i przewidywalności w swoim codziennym funkcjonowaniu. *Praca, która jest zmienna, nieprzewidywalna, wymagałaby od nich wyłamania się z ich stereotypów, co byłoby dla nich bardzo trudne* – zauważyła jedna z respondentek. W związku z tym, zadania wymagające szybkiego przystosowania się do zmian mogą być dla nich wyzwaniem.

Indywidualne podejście i dostosowanie zadań

Indywidualne podejście do osób w spektrum autyzmu jest kluczowe. Wiele osób w spektrum może świetnie radzić sobie z określonymi zadaniami, gdy mają zapewnione odpowiednie warunki pracy. Respondenci podkreślali, że osoby te mogą funkcjonować bardzo dobrze w pracy w pojedynkę lub w małych zespołach, gdzie mają jasno określone zadania do wykonania. *Pojedyncze miejsce pracy, określone zadanie do wykonania i osoba ze spektrum będzie wtedy świetnie wykonywała swoją pracę* – stwierdził jeden z respondentów.

Wyzwania w pracy zespołowej

Praca zespołowa i potrzeba ciągłych interakcji z innymi pracownikami mogą być trudne dla osób w spektrum autyzmu.

Jak zauważyła jedna z respondentek:

- *„Taka praca dla takiej osoby nie mogłaby być wielozadaniowa, co oznacza, że nie powinna robić kilku czynności jednocześnie.”*

W praktyce oznacza to, że osoby te mogą potrzebować jasno określonych, indywidualnych zadań, które nie wymagają ciągłej komunikacji z innymi pracownikami.

Niewiedza i stereotypy wśród współpracowników

Niewiedza i stereotypy dotyczące autyzmu wśród współpracowników mogą prowadzić do wykluczenia społecznego osób w spektrum autyzmu. Jeden z respondentów zauważył, że *ludzie są podli i są niedobrzy, i większość ludzi, z którymi pracuję, po prostu uważa taką osobę za dziwaka*. Brak świadomości na temat autyzmu może prowadzić do niepotrzebnych napięć i trudności w relacjach międzyludzkich w miejscu pracy.

Przerwy i wyciszenie

Osoby w spektrum autyzmu często potrzebują regularnych przerw i możliwości wyciszenia się, aby móc efektywnie pracować. W polskim środowisku pracy, gdzie często brak jest elastyczności w zakresie przerw, może to stanowić duże wyzwanie. Jak zauważyła jedna z respondentek, *takie osoby potrzebują wyciszenia, uspokojenia się, oderwania na chwilę od pracy*.

Wnioski:

Podsumowując, osoby w spektrum autyzmu mogą napotykać na różnorodne trudności w miejscu pracy, które wynikają zarówno z ich specyficznych potrzeb, jak i z niewystarczającej świadomości oraz braku dostosowania środowiska pracy przez pracodawców. Kluczowe wyzwania obejmują problemy z komunikacją, nadmierne bodźce w środowisku pracy, potrzebę rutyny, trudności w pracy zespołowej oraz konieczność regularnych przerw.

W celu zapewnienia efektywnego wsparcie i integrację osób w spektrum autyzmu w miejscach pracy, konieczne jest:

1. Podnoszenie świadomości wśród współpracowników i pracodawców na temat specyfiki autyzmu.
2. Zapewnienie odpowiednich warunków pracy, takich jak ciche i mniej stymulujące środowisko.
3. Indywidualne podejście do pracowników w spektrum autyzmu, uwzględniające ich specyficzne potrzeby i umiejętności.
4. Elastyczne podejście do przerw i możliwość wyciszenia się w trakcie pracy.

Dostosowanie warunków pracy do potrzeb osób w spektrum autyzmu nie tylko przyczyni się do ich lepszego funkcjonowania, ale także do stworzenia bardziej inkluzywnego i zrozumiałego środowiska pracy dla wszystkich pracowników.

5. Trudności w życiu codziennym osób w spektrum autyzmu

Życie codzienne osób w spektrum autyzmu wiąże się z licznymi wyzwaniami, które wpływają na ich funkcjonowanie w różnych aspektach życia. Poniższy rozdział syntetyzuje główne trudności, jakie te osoby napotykają poza miejscem pracy, na podstawie wypowiedzi respondentów, uwzględniając specyficzne potrzeby i przykłady z codziennego życia.

Nadwrażliwość na bodźce zewnętrzne

Jednym z największych wyzwań dla osób w spektrum autyzmu jest nadwrażliwość na bodźce zewnętrzne. Miasta, z ich hałasem, jasnymi światłami i dużymi tłumami, stanowią szczególnie trudne środowisko. Respondenci wskazywali, że nawet codzienne czynności, takie jak zakupy czy podróżowanie komunikacją miejską, mogą być niezwykle stresujące.

Jak zauważył jeden z respondentów:

- *„Miasto jest środowiskiem przeładowanym pewnymi barwami, dźwiękami, zachowaniem ludzi, tłumem, rozmowami, co sprawia, że każda czynność może stanowić problem.”*

W związku z tym, osoby w spektrum często wybierają życie w bardziej przewidywalnym i kontrolowanym środowisku domowym.

Potrzeba rutyny i przewidywalności

Osoby w spektrum autyzmu często potrzebują stałej rutyny i przewidywalności, aby czuć się bezpiecznie. Każda zmiana w codziennym harmonogramie może wywołać u nich silne napięcie i stres. *Zaburzenie rutyny, takie jak spóźniony autobus czy zmiana trasy, może powodować u tych osób napięcie i frustrację* – wskazał jeden

z respondentów. Dlatego tak ważne jest, aby otoczenie osób w spektrum autyzmu było jak najbardziej stabilne i przewidywalne.

Wykluczenie społeczne i trudności w nawiązywaniu relacji

Nawiązywanie i utrzymywanie relacji społecznych stanowi kolejne wyzwanie dla osób w spektrum autyzmu. Wielu respondentów zauważyło, że osoby te mają trudności z inicjowaniem kontaktów i rozumieniem norm społecznych. *Kontakty społeczne są dla nich ogromnym źródłem stresu i napięcia* – podkreśliła jedna z osób biorących udział w badaniu. Spotkania z nieznanymi, uczestnictwo w dużych zgromadzeniach czy nawet codzienne interakcje mogą być dla nich niezwykle trudne.

Dostępność i wsparcie w miejscach publicznych

Wielu respondentów zwróciło uwagę na potrzebę większej dostępności miejsc publicznych i usług dostosowanych do potrzeb osób w spektrum autyzmu. Przykładem może być inicjatywa wprowadzenia *cichych godzin* w sklepach, co pozwoliłoby osobom w spektrum na spokojniejsze zakupy. *Apeluję o ciche godziny dla osób dorosłych po godzinie 16, aby miały możliwość normalnie zrobić zakupy w sklepach takich jak Lidl czy Biedronka* – sugerował jeden z respondentów.

Elastyczność i adaptacja otoczenia

Elastyczność i adaptacja otoczenia są kluczowe dla poprawy jakości życia osób w spektrum autyzmu. Istnieje potrzeba tworzenia przestrzeni, w których te osoby mogą się wyciszyć i zrelaksować, na przykład w centrach handlowych czy miejscach pracy. *Wydzielanie miejsc, gdzie osoby te mogą na chwilę uciec i wyciszyć się, jest bardzo ważne* – zauważył jeden z respondentów.

Edukacja i świadomość społeczna

Zwiększenie świadomości społecznej na temat spektrum autyzmu jest kluczowe dla poprawy warunków życia tych osób. Respondenci podkreślali znaczenie edukacji młodych ludzi i społeczności w ogóle, aby lepiej rozumieć potrzeby i zachowania osób w spektrum. *Świadomość i edukacja są kluczowe, aby młodzi ludzie wynosili wiedzę o spektrum autyzmu i zrozumienie, że te osoby inaczej postrzegają świat* – stwierdził jeden z uczestników badania.

Wnioski:

Podsumowując, osoby w spektrum autyzmu napotykają na liczne trudności w życiu codziennym, które wynikają z nadwrażliwości na bodźce zewnętrzne, potrzeby rutyny, wykluczenia społecznego oraz braku dostosowanych przestrzeni i usług. Kluczowe wyzwania obejmują:

- **Nadwrażliwość na bodźce zewnętrzne**

Miasta i miejsca pełne bodźców stanowią duże wyzwanie, dlatego ważne jest tworzenie cichych i mniej stymulujących przestrzeni.

- **Potrzeba rutyny i przewidywalności**

Każda zmiana w harmonogramie może wywołać silny stres, dlatego stabilne i przewidywalne otoczenie jest kluczowe.

- **Wykluczenie społeczne:**

Trudności w nawiązywaniu i utrzymywaniu relacji społecznych wymagają zwiększonej świadomości i wsparcia ze strony otoczenia.

- **Dostępność miejsc publicznych**

Inicjatywy takie jak „ciche godziny” w sklepach mogą znacząco poprawić komfort życia osób w spektrum.

- **Elastyczność otoczenia**

Tworzenie miejsc wyciszenia i relaksu w przestrzeniach publicznych i miejscach pracy jest niezbędne.

- **Edukacja i świadomość społeczna**

Zwiększenie świadomości na temat spektrum autyzmu wśród społeczności jest kluczowe dla lepszego zrozumienia i wsparcia tych osób.

Dostosowanie przestrzeni publicznych, miejsc pracy oraz świadomość i edukacja społeczna mogą znacząco przyczynić się do poprawy jakości życia osób w spektrum autyzmu. Dzięki temu będą mogły one lepiej funkcjonować w codziennym życiu, czuć się bardziej zrozumiane i wspierane przez otoczenie.

6. Udogodnienia dla osób w spektrum autyzmu w miejscu pracy

Współczesne społeczeństwa, dążąc do pełnej inkluzji, muszą rozważyć, jak dostosować różne aspekty życia społecznego i zawodowego, aby uwzględnić potrzeby osób w spektrum autyzmu. W kontekście zatrudnienia, kluczowe jest zrozumienie, jakie udogodnienia i modyfikacje środowiska pracy mogą wspierać efektywność i komfort osób w spektrum autyzmu. Ten rozdział raportu socjologicznego bada różne strategie i praktyki, które mogą być wdrożone w miejscu pracy, aby ułatwić funkcjonowanie osobom z autyzmem, a także analizuje szerszy kontekst społeczny związany z ich zatrudnieniem.

1. Praca zdalna i elastyczny czas pracy

Jednym z najważniejszych udogodnień, jakie można zaoferować osobom w spektrum autyzmu, jest możliwość pracy zdalnej. Daje to szansę pracy w bezpiecznym i kontrolowanym środowisku, co jest niezwykle istotne dla wielu osób z w spektrum autyzmu. Praca zdalna minimalizuje stres związany z dojazdami i codziennym kontaktem z dużą liczbą osób.

Elastyczny czas pracy to kolejny kluczowy element. *Praca zadaniowa, zamiast sztywno określonych godzin, może być korzystna. Osoby z autyzmem często świetnie radzą sobie z realizacją konkretnych zadań w swoim tempie, co pozwala na lepsze wykorzystanie ich potencjału* – podkreślił jeden z respondentów. Możliwość dostosowania godzin pracy do indywidualnych potrzeb i rytmu sprzyja lepszej koncentracji i wydajności.

2. Strefy wyciszenia i redukcja bodźców

Stworzenie stref wyciszenia w biurach jest kolejnym krokiem, który może pomóc w redukcji stresu i zwiększeniu komfortu pracy. Specjalne pomieszczenia lub wydzielone przestrzenie, gdzie pracownik może się zrelaksować i wyciszyć, są nieocenione dla osób w spektrum autyzmu, które mogą być szczególnie wrażliwe na nadmiar bodźców.

3. Edukacja i świadomość współpracowników

Edukacja współpracowników i pracodawców na temat spektrum autyzmu jest niezwykle istotna. Wiedza na temat specyfiki autyzmu, zrozumienie różnorodności zachowań oraz umiejętność odpowiedniego reagowania mogą znacząco poprawić atmosferę w miejscu pracy. Regularne szkolenia i kampanie informacyjne mogą zwiększyć świadomość i tolerancję, co przyczyni się do bardziej inkluzywnego środowiska pracy.

Osoba z autyzmem nie zawsze rozumie otaczającą go rzeczywistość. Ważne jest, aby jego otoczenie miało pewną wiedzę, świadomość i informacje na temat tego, co to znaczy być w spektrum autyzmu – wyjaśnił jeden z respondentów. Zrozumienie i akceptacja mogą znacząco wpłynąć na integrację osoby w spektrum autyzmu w zespole oraz na jej komfort psychiczny.

4. Precyzyjne instrukcje i wsparcie

Krótkie i precyzyjne instrukcje to kolejny element, który może znacznie ułatwić pracę osobom w spektrum autyzmu. Wyraźne określenie celów i oczekiwań dotyczących zadań, regularna informacja zwrotna i unikanie niejasnych poleceń mogą pomóc w lepszym zrozumieniu obowiązków i zadań. *Jasne określenie, czego oczekujemy od zadania, jest kluczowe. To pomaga uniknąć nieporozumień i stresu – podkreśliła jedna z respondentek.*

5. Mechanizmy wsparcia

Zalecane jest również stworzenie mechanizmów wsparcia, takich jak zatrudnienie trenera pracy, który pomoże osobie w spektrum autyzmu w adaptacji do nowego środowiska zawodowego. Taki specjalista może ułatwić wdrożenie, zapewniając wsparcie zarówno dla pracownika, jak i pracodawcy. *W firmie powinien pojawić się trener, który pomoże wdrożyć osobę do środowiska pracy. To może znacząco ułatwić cały proces* – zauważył jeden z uczestników.

Wnioski:

Wprowadzenie odpowiednich udogodnień w miejscu pracy jest kluczowe dla wspierania osób w spektrum autyzmu. Praca zdalna, elastyczny czas pracy, strefy wyciszenia, edukacja współpracowników oraz precyzyjne i jasne instrukcje to podstawowe elementy, które mogą znacząco poprawić komfort i efektywność pracy osób w spektrum autyzmu. Ponadto, wsparcie finansowe dla pracodawców, którzy zdecydują się na zatrudnienie takich osób, może być istotnym motywatorem do wprowadzenia potrzebnych zmian.

Społeczeństwo powinno również dążyć do większej inkluzywności poprzez kampanie informacyjne i edukacyjne, które promują zrozumienie i akceptację osób w spektrum autyzmu. Wczesne rozpoczęcie edukacji na temat autyzmu, już na poziomie szkolnym, może przygotować przyszłych pracowników i pracodawców do lepszego zrozumienia i wsparcia dla tych osób.

Wnioski z analizy pokazują, że osoby w spektrum autyzmu mogą być niezwykle wartościowymi pracownikami, jeśli zapewni się im odpowiednie warunki pracy. Inwestycja w dostosowanie środowiska pracy nie tylko wspiera inkluzywność, ale również może przynieść znaczne korzyści dla pracodawców poprzez lepsze wykorzystanie unikalnych talentów i umiejętności osób w spektrum autyzmu.

Zwiększenie świadomości i zrozumienia wśród współpracowników oraz wsparcie strukturalne w miejscu pracy są kluczowymi krokami w kierunku pełnej integracji zawodowej osób w spektrum autyzmu.

7. Społeczne Postrzeganie Spektrum Autyzmu – stereotypy i edukacja

Spektrum autyzmu, mimo rosnącej świadomości społecznej, wciąż pozostaje zagadnieniem obciążonym licznymi stereotypami i mitami. Brak wiedzy na temat tego złożonego zaburzenia prowadzi do marginalizacji osób autystycznych zarówno w życiu społecznym, jak i zawodowym. Rozdział ten analizuje wypowiedzi respondentów na temat stereotypów związanych z autyzmem oraz proponuje działania edukacyjne, które mogą zwiększyć świadomość i akceptację osób w spektrum autyzmu.

Brak wiedzy i stereotypy

Jednym z głównych problemów poruszonych na wywiadzie był brak wiedzy na temat spektrum autyzmu. Jeden z uczestników zauważył, że *mało osób, albo przynajmniej część osób, w ogóle nie kojarzy spektrum autyzmu, co to w ogóle jest*. Osoby ze spektrum autyzmu często są postrzegane jako dziwne, co prowadzi do ich wykluczenia społecznego. Uczestnik zwrócił uwagę na fakt, że społeczeństwo łatwiej akceptuje osoby z widoczną niepełnosprawnością fizyczną niż te z problemami psychicznymi. Z tego wynika błędne przekonanie, że odmienność osób autystycznych wynika z choroby psychicznej.

Respondenci zgodnie stwierdzili, że brak wiedzy prowadzi do powielania szkodliwych stereotypów. Jeden z uczestników wspomniał o stereotypach takich jak przekonanie, że osoby autystyczne są *głupie* lub niezdolne do funkcjonowania w społeczeństwie. W rzeczywistości, jak zauważono, osoby te mogą być ponadprzeciętnie utalentowane w wąskich dziedzinach. Inny uczestnik przypomniał film "Rain Man", który utrwalił stereotypy, przedstawiając osoby autystyczne jako geniuszy lub osoby niepełnosprawne intelektualnie.

Edukacja i świadomość społeczna

Edukacja społeczeństwa na temat spektrum autyzmu była kolejnym istotnym tematem dyskusji. *Nie wiedza budzi uprzedzenia*, podsumował jeden z respondentów, cytując wyniki ankiety przeprowadzonej przez Fundację Jaś i Małgosia. Z ankiety wynika, że choć 83% Polaków zetknęło się z pojęciem autyzmu, aż 95% nie potrafi wyjaśnić, na czym polega to zaburzenie. Edukacja i kampanie informacyjne są kluczowe dla zwiększenia świadomości na ten temat.

Podkreślono również znaczenie wczesnej edukacji dzieci o różnorodności i szacunku dla inności. *Dzieci są naturalnie ciekawe inności i szybko się jej uczą* – zauważył jeden z uczestników. Integracja dzieci neurotypowych z dziećmi ze spektrum autyzmu w przedszkolach i szkołach integracyjnych może przyczynić się do lepszej akceptacji i zrozumienia w przyszłości.

Propozycje działań

Respondenci zaproponowali szereg działań, które mogą zwiększyć świadomość społeczną na temat spektrum autyzmu. *Zapraszanie dzieci w normie do miejsc, gdzie uczą się dzieci w spektrum, organizowanie spotkań i wymiana doświadczeń są kluczowe*, stwierdził jeden z uczestników. Takie inicjatywy mogą pomóc w budowaniu wzajemnego zrozumienia i akceptacji.

Edukacja rodziców i nauczycieli była kolejnym ważnym tematem. Dzięki pogłębionej obserwacji i wczesnej interwencji można zidentyfikować potrzeby dzieci i zapewnić im odpowiednie wsparcie. Dni otwarte i kampanie informacyjne w szkołach mogą przyczynić się do zwiększenia świadomości na temat autyzmu.

Negatywne postawy i bariery

Pomimo wzrostu świadomości, wciąż istnieją negatywne postawy wobec osób autystycznych. Jeden z uczestników wspominał o sytuacji, w której rodzic przeniósł swoje dziecko do innej klasy, aby uniknąć kontaktu z dzieckiem autystycznym. *Argumentował, że jego syn nie będzie chodził z dzieckiem chorym, ponieważ cała uwaga w klasie będzie skupiała się na tym dziecku i będzie zanizony poziom nauczania* – opisał uczestnik. Tego typu postawy pokazują, jak głęboko zakorzenione są uprzedzenia i jak ważna jest edukacja społeczna.

Wnioski:

Brak wiedzy na temat spektrum autyzmu i powielanie stereotypów są głównymi przeszkodami w integracji osób autystycznych w społeczeństwie. Brak zrozumienia i akceptacji wynika z powszechnego niedoinformowania, co prowadzi do stygmatyzacji i wykluczania osób autystycznych zarówno w sferze społecznej, jak i zawodowej. Przedstawione w rozdziale wypowiedzi respondentów jednoznacznie pokazują, że edukacja jest kluczem do zmiany tego stanu rzeczy.

Edukacja społeczeństwa na temat autyzmu powinna obejmować zarówno dzieci, jak i dorosłych. Wczesna edukacja dzieci na temat różnorodności i akceptacji inności może zredukować uprzedzenia w przyszłości. Integracyjne programy edukacyjne, które łączą dzieci neurotypowe i dzieci autystyczne, pozwalają na wzajemne zrozumienie i akceptację od najmłodszych lat. Jak zauważono, dzieci są naturalnie ciekawe i otwarte na inność, co czyni je idealnymi kandydatami do edukacji inkluzywnej.

Dla dorosłych kluczowe są kampanie informacyjne i edukacyjne, które mogą pomóc w zrozumieniu autyzmu. Kampanie te powinny być szeroko zakrojone i obejmować różnorodne media, w tym filmy i seriale, które mogą wpływać na postrzeganie

autyzmu. "Nie wiedza budzi uprzedzenia" – ta prawda powinna stać się mottem kampanii edukacyjnych, które będą miały na celu zwiększenie świadomości na temat autyzmu w społeczeństwie.

Równie ważna jest edukacja rodziców i nauczycieli. Wczesna interwencja i pogłębiona obserwacja mogą pomóc w zidentyfikowaniu potrzeb dzieci autystycznych i zapewnieniu im odpowiedniego wsparcia. Szkolenia dla nauczycieli i rodziców mogą poprawić ich umiejętności w zakresie pracy z dziećmi autystycznymi, co przyczyni się do ich lepszej integracji i funkcjonowania w społeczeństwie.

Inicjatywy integracyjne, takie jak dni otwarte, wspólne projekty i wymiana doświadczeń między dziećmi neurotypowymi i autystycznymi, są również istotne. Takie działania mogą budować wzajemne zrozumienie i akceptację, co jest kluczowe dla redukcji stygmatyzacji.

Podsumowując, edukacja, kampanie społeczne i inicjatywy integracyjne są niezbędne, aby zmienić społeczne postrzeganie autyzmu i stworzyć inkluzywne społeczeństwo. Inwestowanie w zrozumienie i akceptację osób w spektrum autyzmu przyniesie korzyści nie tylko tym osobom, ale również całej społeczności, promując różnorodność, innowacyjność i współpracę.

Rekomendacje:

Spektrum autyzmu jest złożonym i często niezrozumiałym zagadnieniem w społeczeństwie, co prowadzi do wielu stereotypów i uprzedzeń. Aby poprawić świadomość społeczną i wspierać integrację osób autystycznych, konieczne jest wprowadzenie konkretnych działań edukacyjnych i informacyjnych. W oparciu o wyniki przeprowadzonych wywiadów, poniżej przedstawione są rekomendacje mające na celu promowanie zrozumienia i akceptacji osób z autyzmem.

Nazwa	Działanie	Uzasadnienie
Edukacyjne kampanie informacyjne	Prowadzenie kampanii informacyjnych w mediach, szkołach i miejscach pracy, które tłumaczą, czym jest autyzm, jakie są jego cechy i jak można wspierać osoby z autyzmem	Edukacja jest kluczowym elementem w walce ze stereotypami i uprzedzeniami. Kampanie informacyjne mogą zwiększyć świadomość społeczną, promując zrozumienie i akceptację osób w spektrum autyzmu. Edukacja dorosłych i dzieci może przyczynić się do stworzenia bardziej inkluzywnego społeczeństwa.
Wczesna edukacja na temat różnorodności	Wprowadzenie programów edukacyjnych na temat różnorodności i inkluzji, które obejmują tematy związane z autyzmem, do przedszkoli, szkół podstawowych i	Wczesna edukacja dzieci na temat różnorodności i akceptacji inności może zredukować uprzedzenia i stereotypy w przyszłości. Programy integracyjne,

	średnich.	które łączą dzieci neurotypowe i autystyczne, pozwalają na wzajemne zrozumienie i akceptację od najmłodszych lat.
Szkolenia dla nauczycieli i rodziców	Organizowanie regularnych szkoleń i warsztatów dla nauczycieli i rodziców na temat autyzmu, metod wsparcia i technik komunikacyjnych.	Edukacja nauczycieli i rodziców jest kluczowa dla zapewnienia odpowiedniego wsparcia dzieciom autystycznym. Szkolenia te mogą poprawić umiejętności pedagogiczne i wychowawcze, co przyczyni się do lepszej integracji dzieci autystycznych w systemie edukacji oraz w życiu codziennym.
Integracyjne inicjatywy społeczne	Organizowanie wydarzeń, dni otwartych i projektów, które promują integrację osób neurotypowych i autystycznych w różnych środowiskach społecznych.	Inicjatywy integracyjne mogą budować wzajemne zrozumienie i akceptację, co jest kluczowe dla redukcji stygmatyzacji. Wspólne projekty i wydarzenia mogą pomóc w przełamywaniu barier i stereotypów, promując inkluzywność i współpracę w społecznościach lokalnych

<p>Promowanie pozytywnych wzorców</p>	<p>Tworzenie i promowanie filmów, seriali i kampanii reklamowych, które przedstawiają osoby autystyczne w pozytywnym świetle, podkreślając ich talenty i umiejętności.</p>	<p>Pozytywne wzorce w mediach mogą zmieniać społeczne postrzeganie autyzmu, pokazując, że osoby autystyczne mają unikalne talenty i mogą być wartościowymi członkami społeczeństwa. Promowanie takich wzorców może pomóc w walce ze stereotypami i zwiększyć akceptację dla osób w spektrum autyzmu.</p>
<p>Proste określenie "osoba z autyzmem"</p>	<p>Zamiast używać złożonych terminów medycznych czy technicznych, stosować proste i zrozumiałe określenie "osoba z autyzmem" w codziennej komunikacji oraz w kampaniach informacyjnych.</p>	<p>Proste określenie "osoba z autyzmem" jest łatwe do zrozumienia i zapamiętania przez społeczeństwo. Unika ono komplikacji i niejasności związanych z bardziej złożonymi terminami, co może przyczynić się do lepszego zrozumienia i akceptacji osób w spektrum autyzmu.</p>

PODSUMOWANIE

Raport wskazuje na złożoność i wieloaspektowość problemów związanych z postrzeganiem i funkcjonowaniem osób w spektrum autyzmu w społeczeństwie. Wyniki przeprowadzonych wywiadów podkreślają, że brak wiedzy i powielanie stereotypów są głównymi przeszkodami w integracji osób autystycznych. Respondenci zgodnie twierdzili, że edukacja i kampanie informacyjne mogą odegrać kluczową rolę w zwiększaniu świadomości społecznej oraz promowaniu zrozumienia i akceptacji osób z autyzmem.

Preferencje terminologiczne

Uczestnicy badania podkreślili, że prostota i jasność są najważniejsze przy wyborze określeń opisujących autyzm. Preferowane jest stosowanie terminu "osoba z autyzmem", który jest łatwy do zrozumienia i unika komplikacji związanych z bardziej złożonymi terminami medycznymi.

Doświadczenia i postrzeganie osób w spektrum autyzmu

Respondenci podkreślali znaczenie indywidualnego podejścia oraz zrozumienia specyficznych potrzeb osób autystycznych. Wskazywali na trudności w rozpoznawaniu autyzmu na pierwszy rzut oka oraz na różnorodność zachowań i cech osób w spektrum.

Trudności w miejscu pracy

Osoby w spektrum autyzmu napotykają na liczne wyzwania w miejscach pracy, takie jak problemy w komunikacji, nadmierne bodźce w środowisku pracy, potrzeba rutyny oraz trudności w pracy zespołowej. Kluczowe jest dostosowanie warunków pracy do

specyficznych potrzeb osób autystycznych oraz podnoszenie świadomości wśród współpracowników i pracodawców.

Trudności w życiu codziennym

Życie codzienne osób w spektrum autyzmu wiąże się z wyzwaniami związanymi z nadwrażliwością na bodźce zewnętrzne, potrzebą rutyny, wykluczeniem społecznym oraz brakiem dostosowanych przestrzeni i usług. Istotne jest tworzenie cichych i mniej stymulujących przestrzeni oraz promowanie elastyczności i adaptacji otoczenia.

W oparciu o wyniki przeprowadzonych wywiadów, przedstawiono szereg rekomendacji mających na celu promowanie zrozumienia i akceptacji osób z autyzmem:

1. Edukacyjne kampanie informacyjne - prowadzenie kampanii w mediach, szkołach i miejscach pracy.
2. Wczesna edukacja na temat różnorodności - wprowadzenie programów edukacyjnych do przedszkoli i szkół.
3. Szkolenia dla nauczycieli i rodziców - organizowanie regularnych szkoleń i warsztatów.
4. Integracyjne inicjatywy społeczne - organizowanie wydarzeń i projektów promujących integrację.
5. Promowanie pozytywnych wzorców - tworzenie i promowanie filmów, seriali i kampanii reklamowych.
6. Proste określenie "osoba z autyzmem" - stosowanie prostych i zrozumiałych określeń w komunikacji.

Dostosowanie przestrzeni publicznych, miejsc pracy oraz edukacja społeczna mogą znacząco przyczynić się do poprawy jakości życia osób w spektrum autyzmu. Dzięki temu osoby te będą mogły lepiej funkcjonować w codziennym życiu, czuć się bardziej zrozumiane i wspierane przez otoczenie, co przyniesie korzyści nie tylko im, ale również całemu społeczeństwu.