

## DOSTĘPNOŚĆ DLA OSÓB ZE SZCZEGÓLNYMI POTRZEBAMI

### – materiały informacyjno-edukacyjne, cz. 6

#### Jak działać na rzecz dostępności dla osób w spektrum autyzmu?

Podczas dostosowywania przestrzeni do specjalnych potrzeb osób z niepełnosprawnościami, najczęściej uwzględniane są potrzeby osób z dysfunkcją narządów ruchu, wzroku lub słuchu. Warto jednak pamiętać, że wśród osób wymagających pewnych udogodnień w przestrzeni publicznej istotną grupę stanowią **osoby w spektrum autyzmu**. W związku z tym, również świadomość barier przez nie napotykanym jest stosunkowo niewielka.

Osoby w spektrum autyzmu mogą czuć się przytłoczone przez nadmiar bodźców z otoczenia, które dla większości z nas są odbierane neutralnie. Przykładowo, **zbyt jasne oświetlenie, muzyka i dodatkowe dźwięki, mogą generować u takich osób dyskomfort**.



Jakie rozwiązania można zastosować, by ułatwić funkcjonowanie osobom w spektrum autyzmu? Przykładem dostosowania do ich potrzeb może być np. zapewnienie dostępności

słuchawek wyciszających, które pomogą w zredukowaniu nieprzyjemnych, nadmiarowych dźwięków. Coraz częściej stosowanym rozwiązaniem jest też **wprowadzanie tzw. „cichych godzin pracy”**, czyli określonego czasu pracy danej instytucji, kiedy światła są przygaszone lub mają mniejszą intensywność, w tle nie gra muzyka, a innego rodzaju bodźce zredukowane są do minimum tak, by zapewnić najwyższy komfort osobom w spektrum autyzmu.

Innym wartym uwagi rozwiązaniem jest zorganizowanie w obrębie danej przestrzeni **tzw. miejsca przyjaznego sensorycznie**, miejsca wyciszenia oraz odpowiednie oznakowanie go. W takiej przestrzeni osoby szczególnie wrażliwe na bodźce zewnętrzne mogą wyciszyć się i uspokoić w chwili, gdy odczuwają lęk lub dyskomfort związany ze zbyt dużą ilością bodźców. Co jednak istotne, informacje te powinny być wyszczególnione w materiałach i na stronach internetowych instytucji, by osoby zainteresowane mogły się z nimi zapoznać i z powodzeniem z nich korzystać.



Kolejnym wartym rozwiązaniem, które można wprowadzić w celu podniesienia poziomu dostępności dla osób w spektrum autyzmu jest **uwzględnienie w komunikatach prostych sformułowań oraz opisywanie w materiałach informacyjnych kolejności działań**, które muszą być wykonane w danym celu. Taki opis ułatwi osobom w spektrum autyzmu zrozumienie procedury, zaplanowanie jej i komfortowe wypełnienie. Może też okazać się pomocne

w przypadku, gdy osoba napotka trudności komunikacyjne w kontakcie z obsługą, wynikające przykładowo z tytułu zaburzeń lękowych czy zaburzeń mowy. Co równie istotne, **komunikaty skierowane do osób w spektrum autyzmu powinny być możliwie jak najbardziej proste i konkretne**, pozbawione wszelkich rozbudowanych opisów czy metafor. Ważna jest więc nie tylko dbałość o postać komunikatów, ale i odpowiednie przeszkolenie osób obsługujących. Warto uświadomić personel o możliwych charakterystycznych zachowaniach osób w spektrum autyzmu oraz wypracować sposoby ich obsługi. Podobnego przeszkolenia wymaga kwestia reagowania przez personel na zachowania dzieci w spektrum autyzmu lub ich opiekunów – często dzieci autystyczne reagują w bardzo emocjonalny i głośny sposób, co może spotkać się z różnymi reakcjami osób dorosłych pełniących nad nimi opiekę. Tym, czym powinien się kierować personel w kontaktach z osobami w spektrum autyzmu, jest przede wszystkim wyrozumiałość dla specjalnych potrzeb, cierpliwość, brak nakładania presji czasowej oraz dokładność i zwięzłość w formułowaniu wszelkich informacji czy wyjaśnień.

Pomocne może okazać się też **przygotowanie formularzy i innych materiałów w wersji napisanej językiem łatwym do czytania i zrozumienia** lub zapewnienie o możliwości udzielenia pomocy przy korzystaniu z nich. Dobrym pomysłem będzie też przygotowanie broszur z najważniejszymi informacjami zapisanymi w sposób ułatwiający zrozumienie treści. Przykładem takiej techniki jest **tekst łatwy do czytania i zrozumienia** (ang. *Easy to read and understand - ETR*), z pomocą którego można opracować na nowo teksty już istniejące lub stworzenie dodatkowych pomocy dla osób w spektrum autyzmu oraz innych, dla których zrozumienie wielowątkowego, skomplikowanego tekstu, może stanowić wyzwanie. Podczas tworzenia tego typu opracowań, warto kierować się kilkoma podstawowymi zasadami:

- zdania powinny być krótkie i proste, należy unikać zdań wielokrotnie złożonych;
- należy, w miarę możliwości, używać konstrukcji pozytywnych zamiast negatywnych, np. zamienić sformułowanie *Nie możesz wyjść przed końcem zebrania*, na komunikat: *Powinieneś zostać do końca zebrania*;



- należy unikać wszelkich elementów komplikujących tekst typu: strona bierna, metafory, różne określenia na to samo zjawisko, znaki specjalne, zapisywanie liczb słownie, skomplikowane zabiegi graficzne, kursywa, pisanie całych zdań wersalikami itd.;
- najlepiej używać zwrotów bezpośrednich tj.: *przeczytaj, wypełnij, pamiętaj o...* itd.;
- tekst nie powinien być wyjustowany, a nowe zdania zaczynać się w nowym wierszu i kończyć się na tej samej stronie, na której się zaczynały.

**Źródła:** Monika Zima-Parjaszewska, Karolina Makowiecka, Barbara Ewa Abramowska, Bartosz Józefowicz, Agnieszka Warszawa, Michał Handzel, *Dostosowanie instytucji i usług publicznych do potrzeb osób z niepełnosprawnościami. Poradnik*, Warszawa 2020.