

Οδηγός για την ένταξη στο χώρο εργασίας ατόμων με σύνδρομο Asperger



Αποστόλης Παναγούλης

Πιστοποιημένος Coach, με εξειδίκευση στη Συμβουλευτική αυτιστικών ενηλίκων με σύνδρομο Asperger για την ανάπτυξη των κοινωνικών τους δεξιοτήτων και την επαγγελματική τους ένταξη.



Οδηγός για την ένταξη στο χώρο εργασίας ατόμων με σύνδρομο Asperger

- 03** Αυτιστικά άτομα με σύνδρομο Asperger.
- 05** Αυτιστικά άτομα με σύνδρομο Asperger. Με γνώσεις και ειδικές ικανότητες
- 07** Δυσκολίες στο χώρο εργασίας
Επικοινωνίας - Οργανωτικές- Αισθητηριακές
- 09** Η συνέντευξη εργασίας
- 10** Υποδεχθείτε τους στην επιχείρηση
- 11** Για την ομαλή τους ένταξη



Αυτιστικά άτομα με σύνδρομο Asperger

Το σύνδρομο Asperger αποτελεί μια μορφή αυτισμού και αναφέρεται ως μια αναπτυξιακή νευρολογική διαταραχή που συνδέεται με τον τρόπο που επικοινωνούν τα κέντρα του εγκεφάλου, επηρεάζοντας την επικοινωνία, τη διαχείριση και την ικανότητα οργάνωσης των πληροφοριών. Αναφέρεται και ως η «αόρατη αναπηρία», ακριβώς γιατί τα άτομα δεν έχουν κάποια εμφανή χαρακτηριστικά που τους διαφοροποιούν. Πρόκειται για κάποιες απρόσμενες, παράξενες, «ακατάλληλες» συμπεριφορές κατά τη διάρκεια των κοινωνικών τους σχέσεων που τους διαφοροποιούν απέναντι στις αναμενόμενες «τυπικές» και «προβλεπόμενες» κοινωνικές συμβάσεις.

Το σύνδρομο Asperger συνδέεται με την τάση του ατόμου να επικεντρώνεται στο ειδικό, χάνοντας τη μεγάλη εικόνα ή με τη δυσκολία του να αντιληφθεί το αφηρημένο. Εξωτερικοί παράγοντες όπως οι έντονοι θόρυβοι, οι μυρωδιές ή ο φωτισμός τους προκαλούν άγχος που επηρεάζει σημαντικά τη δυνατότητα συγκέντρωσης και την αποτελεσματικότητά τους. Δυσκολεύονται στη διαχείριση των αλλαγών, τους αρέσει η ρουτίνα και η επαναλαμβανόμενη εργασία και κάθε αλλαγή θα πρέπει να εξηγείται. Δυσκολεύονται επίσης να συμμετέχουν σε ομαδικές συζητήσεις κι αυτό τους κάνει απόμακρους απέναντι στους συναδέλφους τους ενώ συχνά χαρακτηρίζονται ως αντικοινωνικοί.

Φυσικά τα χαρακτηριστικά αυτά δεν εμφανίζονται ακριβώς ίδια και με την ίδια ένταση σε όλα τα άτομα, ούτε οι ενοχλήσεις βιώνονται στον ίδιο βαθμό. Όπως και η υστέρηση στην επικοινωνία δεν είναι μόνιμη και αμετάβλητη.

Τα άτομα με σύνδρομο Asperger έχουν εκείνο το επίπεδο ευφυΐας που τους επιτρέπει, με την κατάλληλη υποστήριξη, να κατακτήσουν τους κοινωνικούς κώδικες, όπως τα τυπικά άτομα μαθαίνουν μια ξένη γλώσσα και να ενσωματωθούν έτσι στο κοινωνικό ή εργασιακό περιβάλλον.



Αν έχετε κάποιους συνεργάτες που δυσκολεύονται στη διαπροσωπική τους επικοινωνία και στις κοινωνικές τους επαφές, μπορεί να πρόκειται για άτομα με σύνδρομο Asperger. Με τη σωστή υποστήριξη και παρεμβάσεις στο περιβάλλον που θα περιορίζουν κάθε στρεσογόνο παράγοντα, τέτοιες δυσκολίες μπορούν να αντιμετωπιστούν.

Υπάρχουν τρόποι παρέμβασης ώστε κάποιες δυσαρμονικές καταστάσεις να αντιμετωπιστούν έγκαιρα και έτσι τα άτομα με σύνδρομο Asperger να ενταχθούν ομαλά στην επιχείρηση και να γίνουν οι αφοσιωμένοι και πιστοί συνεργάτες που ανταποκρίνονται με τρόπο ιδανικό και στη δεδομένη ανάγκη της επιχείρησης για εργαζόμενους υψηλής κατάρτισης.

Η πρόοδος στην επικοινωνία και στις διαπροσωπικές τους σχέσεις συνδέεται με το αν και κατά πόσο οι γύρω τους, έχουν αντίληψη και γνώση των ιδιαιτεροτήτων τους. Τα τελευταία χρόνια και όσο η ενημέρωση γύρω από το σύνδρομο προχωράει, τόσο τα επαγγελματικά τους πλεονεκτήματα σταδιακά αναγνωρίζονται και τα άτομα με σύνδρομο Asperger βρίσκουν μια θέση εργασίας, μειώνοντας με πολύ αργό ρυθμό ακόμα δυστυχώς- το εξαιρετικά υψηλό ποσοστό ανεργίας που συνοδεύει τους ενήλικες Asperger.

Η επιχειρηματική κοινότητα αρχίζει να αναγνωρίζει ότι τα άτομα με σύνδρομο Asperger μπορούν να αποτελέσουν πλεονέκτημα για μια επιχείρηση, εφόσον βρίσκονται στις σωστές θέσεις εργασίας και λαμβάνουν την απαραίτητη υποστήριξη.

Αυτιστικά άτομα με σύνδρομο Asperger. Με γνώσεις και ειδικές ικανότητες



Το σύνδρομο Asperger καταλαμβάνει μια ιδιαίτερη θέση στο φάσμα του αυτισμού, μια που εκτός από τις δυσκολίες, αναφέρεται και σε πολλές και ιδιαίτερες ικανότητες. Τα άτομα με σύνδρομο Asperger χαρακτηρίζονται ως υψηλής λειτουργικότητας, με αρκετά δηλαδή υψηλό επίπεδο νοημοσύνης.. Έτσι, το να προσληφθεί σε μια επιχείρηση, δεν είναι απλά μια ένδειξη ανθρωπισμού ή ηθικής. Είναι μια ενέργεια που στοχεύει στη βελτίωση της συνολικής απόδοσης, μια που οι δυνατότητες τους μπορούν να αποδειχθούν ωφέλιμες για την επιχείρηση.

Σχεδόν όλα τα άτομα με Asperger έχουν ένα ή περισσότερα ειδικά ενδιαφέροντα. Ένα ενδιαφέρον που τους συναρπάζει και στο οποίο επιθυμούν να αφιερώσουν τον περισσότερο χρόνο και την ενέργεια τους. Μπορεί να είναι κάποιο ενδιαφέρον συνηθισμένο, όπως οι ξένες γλώσσες ή τα ζώα ή κάποιο πιο ειδικό όπως η παλαιοντολογία και η ιστορία.

Χαρακτηριστικό των ατόμων με σύνδρομο Asperger είναι ότι συνήθως διαθέτουν δείκτη ευφυΐας αρκετά πάνω από τον μέσο όρο, είναι πτυχιούχοι και εργάζονται ιδανικά σε θέσεις εργασίας που απαιτούν προσοχή στη λεπτομέρεια και παρατεταμένη εστίαση. Η τεχνολογία και οι υπολογιστές, η έρευνα, η ιστορία, η γεωγραφία, οι συγκοινωνίες αποτελούν πεδία που μπορούν να αξιοποιήσουν τις λογικές και αναλυτικές τους δεξιότητες, χωρίς να σημαίνει ότι δεν μπορούν να τα καταφέρουν και σε άλλους τομείς. Μιλάμε για ένα μεγάλο εύρος ικανοτήτων και γι' αυτό δεν υπάρχει «ιδανικός κατάλογος» κατάλληλων θέσεων εργασίας. Εάν η εργασία δε που αναλαμβάνουν, συνδέεται με κάποιον από τους τομείς στους οποίους έχουν πάθος, τα αποτελέσματα στη δουλειά τους μπορεί να είναι εντυπωσιακά. Τα άτομα μπορούν να απασχοληθούν σε όλους τους τύπους επαγγελμάτων, όπως προγραμματιστής υπολογιστών, μηχανικός, αναλυτής, λογιστής, δικηγόρος, διοικητικός βοηθός, πωλητής, αποθηκάριος, ηλεκτρολόγος, συγγραφέας, συντάκτης, γραφίστας, καλλιτέχνης, σύμβουλος, ιατρός, νοσοκόμα, υπάλληλος βιβλιοθήκης, φυσικός, μετεωρολόγος,...

Σε όλες τις παραπάνω ειδικότητες τα άτομα με το σύνδρομο Asperger μπορούν να είναι εξαιρετικά συνεπή και αποδοτικά στο έργο τους, στο βαθμό που το πλαίσιο εργασίας...

- Επιτρέπει να εστιάζουν σε μία εργασία κάθε φορά
- Δίνει περισσότερη σημασία στην ακρίβεια και την ποιότητα της εργασίας και όχι στην ταχύτητα εκτέλεσης
- Προσφέρει μια σταθερή δομή και σαφείς στόχους απόδοσης
- Περιλαμβάνει κάποια στοιχεία ρουτίνας (επαναλαμβανόμενες εργασίες)
- Δίνει βάρος σε τεχνικές δεξιότητες, δεδομένα και πληροφορίες
- Δεν περιλαμβάνει διοίκηση άλλων ατόμων ή πολύ σύνθετους τρόπους διαπροσωπικής επικοινωνίας

Τα πλεονεκτήματα των ατόμων με σύνδρομο Asperger:	Οφέλη που προκύπτουν για την εργασία
Προσοχή στη λεπτομέρεια και διαρκής συγκέντρωση	Ικανότητα να εντοπίζουν τα σφάλματα. Δεν αποσπάται η προσοχή τους από την εργασία που κάνουν
Εξαιρετική μακροχρόνια μνήμη	Ανακαλούν γεγονότα και λεπτομέρειες που άλλοι έχουν ξεχάσει
Ανοχή στην επανάληψη και τη ρουτίνα	Εκτελούν τις ίδιες εργασίες χωρίς να βαρεθούν ή να κουραστούν
Ισχυρές λογικές και αναλυτικές ικανότητες	Ικανότητα να διακρίνουν μοτίβα / συνδέσεις ανάμεσα στα δεδομένα. Έχουν πάντα μια αντικειμενική άποψη για τα γεγονότα
Ευρεία γνώση σε ειδικά θέματα	Διαθέτουν σε βάθος γνώση και εξειδίκευση
Δημιουργική σκέψη	Επεξεργάζονται τις πληροφορίες με διαφορετικό τρόπο που μπορεί να οδηγήσει σε λύσεις και ιδέες ιδιαίτερες και καινοτόμες
Ευσυνειδησία	Επιδιώκουν να είναι ακριβείς, παρέχοντας υψηλής ποιότητας εργασία
Επιμονή και σεβασμός στις προθεσμίες	Επιμένουν σε μια εργασία, μέχρι να ολοκληρωθεί πλήρως και στην προβλεπόμενη προθεσμία
Τιμιότητα και πίστη	Δεν φοβούνται να πουν την αλήθεια και αυτό που σκέφτονται. Παραμένουν στον ίδιο εργοδότη για μεγάλο διάστημα
Σεβασμός στους κανόνες	είναι πάντα ειλικρινείς, μια που δεν μπορούν να χρησιμοποιήσουν γλώσσα «διπλωματική»

Δυσκολίες στο χώρο εργασίας

Επικοινωνίας - Οργανωτικές- Αισθητηριακές



Οι διαπροσωπικές σχέσεις τους, ο τρόπος που επικοινωνούν και αντίστοιχα οι ανάγκες υποστήριξης που έχουν, ποικίλλουν ανάλογα με τα χαρακτηριστικά και τις ιδιαίτερες ικανότητες του κάθε ατόμου με σύνδρομο Asperger, όπως άλλωστε συμβαίνει και για τα άτομα με πιο «τυπικά» χαρακτηριστικά.

Μερικά άτομα φαίνονται αδέξια στις αλληλεπιδράσεις τους με τους άλλους, αποφεύγουν την βλεμματική επαφή, δεν χαμογελούν ή μιλούν πολύ δυνατά ή γρήγορα.

Άλλα, παρουσιάζουν μια πιο «τυπική» συμπεριφορά, με σωστή διαχείριση της μη λεκτικής επικοινωνίας, αλλά μπορεί να κάνουν πάρα πολλές ερωτήσεις ή να αντιδρούν κοινωνικά άκομψα, δημιουργώντας δυσφορία στους γύρω τους.

Στα περισσότερα άτομα, αρκούν μερικά κλάσματα δευτερολέπτου για να επεξεργαστούν υποσυνείδητα τα δεδομένα γύρω τους. Αυτά με σύνδρομο Asperger, πρέπει να κάνουν προσπάθεια για να διαπιστώσουν αρχικά και να ερμηνεύσουν στη συνέχεια τις ενδείξεις. Κάτι που απαιτεί χρόνο και διανοητική προσπάθεια.

Η εμπειρία ανάλογων καταστάσεων από το παρελθόν δεν είναι αρκετή για να τους βοηθήσει να διακρίνουν τις προθέσεις του άλλου ατόμου ή να υποπτευθούν τι πρόκειται να συμβεί. Καταστάσεις που είναι προφανείς στους περισσότερους ανθρώπους δεν είναι ανάλογα προφανείς στα άτομα με σύνδρομο Asperger.

Οι πιο συνηθισμένες δυσκολίες/προκλήσεις στο χώρο εργασίας, εμπίπτουν σε τρεις κύριες κατηγορίες:

1. Προκλήσεις στην επικοινωνία που συνήθως προκαλούν τα μεγαλύτερα προβλήματα
2. προκλήσεις στην οργάνωση και τον σχεδιασμό της εργασίας
3. προκλήσεις που σχετίζονται με αισθητηριακά / κινητικά θέματα

Προκλήσεις στην επικοινωνία

Στην επικοινωνία τους τα άτομα με σύνδρομο Asperger :

Δυσκολεύονται να αντιληφθούν το κρυφό νόημα των εκφράσεων ή τον σαρκασμό, επειδή ερμηνεύουν κυριολεκτικά τη γλώσσα

Εκφράζονται με τρόπο ειλικρινή και άμεσο και γι'αυτό μπορεί να προσβάλλουν, χωρίς πρόθεση, τους άλλους

Αποφεύγουν την επαφή με τα μάτια, ακόμη και με άτομα που είναι φιλικά απέναντι τους

Δεν ξέρουν πώς να συνταυτιστούν με τους συναδέλφους τους (π.χ. συμμετέχοντας σε χαλαρές συζητήσεις, στο διάλλειμα)

Μακρηγορούν για θέματα που τους ενδιαφέρουν πολύ, χωρίς να προσέχουν ότι άλλοι θέλουν να τελειώσουν τη συζήτηση

Μιλούν στον προϊστάμενο τους με τον ίδιο τρόπο που μιλούν στον συνάδελφό τους

Διακόπτουν τον άλλο όταν μιλάει (επειδή δεν θέλει να ξεκάσει αυτό που σκέφτηκε εκείνη τη στιγμή)

Μιλούν είτε πολύ γρήγορα ή πολύ αργά είτε πολύ δυνατά ή πολύ χαμηλόφωνα

Οργανωτικές προκλήσεις

Κοινές οργανωτικές προκλήσεις για τα άτομα με σύνδρομο Asperger :

Δεν γνωρίζουν πώς να ξεκινήσουν μια εργασία

Δυσκολεύονται να εκτιμήσουν τον χρόνο που απαιτείται ή που θα χρειαστεί για την ολοκλήρωση μιας εργασίας

Εστιάζουν υπερβολικά στις λεπτομέρειες, χάνοντας τον σκοπό μιας εργασίας

Δυσκολεύονται να φανταστούν πως θα πρέπει να είναι το παραδοτέο ή το τελικό προϊόν

Ξεκινούν ρητές οδηγίες

Χρειάζονται βοήθεια για να ορίσουν τις προτεραιότητες ανάμεσα στις εργασίες που έχουν να κάνουν

Δυσκολεύονται να προσέχουν ταυτόχρονα πολλές εργασίες

Δεν αναλαμβάνουν πρωτοβουλίες, όταν δεν είναι ξεκάθαρα τα επόμενα βήματα

Κάνουν πάρα πολλές ερωτήσεις, για να διευκρινίσουν τις υποχρεώσεις ή τις προσδοκίες

Δρουν παρορμητικά ή βασίζονται σε πολύ λίγες πληροφορίες

Αισθητηριακές προκλήσεις

Κοινές αισθητηριακές και κινητικές προκλήσεις για τα άτομα με σύνδρομο Asperger :

Υπερ-ευαισθησία στον θόρυβο, το φως, τις οσμές , το άγγιγμα

Δυσκολία διαχείρισης ερεθισμάτων που προέρχονται από διαφορετικά αισθητηριακά κανάλια, ταυτόχρονα

Προβλήματα διαχείρισης ομαδικών συνομιλιών και προφορικών οδηγιών

Όταν παρατηρείται αισθητηριακή υπερφόρτωση, απαιτείται διακοπή κάθε δραστηριότητας και ηρεμία για να επανέλθουν.

Υποδεχθείτε στην επιχείρηση ένα άτομο με σύνδρομο Asperger



Δείξτε γενικά ανεκτικότητα, τουλάχιστον κατά το πρώτο διάστημα και μετά από μερικές εβδομάδες θα έχει ενταχθεί ομαλά στην επιχείρηση. Από τη πρώτη μέρα

- Δώστε του κάθε απαραίτητη πληροφορία για την εταιρική κουλτούρα και τη ζωή στην εταιρεία, ώστε να αισθανθεί ασφάλεια και να περιορίσει το άγχος που του προκαλεί το «καινούριο» περιβάλλον
- Παρουσιάστε το στους συναδέλφους, αφιερώνοντας περισσότερο χρόνο σε σχέση με μια τυπική σύσταση, μια που δυσκολεύονται να συγκρατήσουν και να αντιστοιχήσουν ονόματα και πρόσωπα. Μια οργανωμένη παρουσίαση των συνεργατών θα μπορούσε να εξυπηρετηθεί με τη δημιουργία ενός πλάνου με θέσεις και ονόματα (τουλάχιστον των άμεσων συνεργατών)
- Ξεναγήστε το στους χώρους εργασίας (και στις εγκαταστάσεις, αν πρόκειται για μεγάλη μονάδα). Η παρουσίαση πρέπει να είναι αναλυτική και θα πρέπει να λεχθούν όλες οι πληροφορίες, ακόμη ίσως και κάποιες ευνόητες. Ο προσανατολισμός δεν είναι το δυνατό τους στοιχείο και ένα πλάνο των χώρων /του κτιρίου/των εγκαταστάσεων, θα ήταν σημαντική βοήθεια
- Ιδανικά μπορείτε να ορίσετε κάποιον υπεύθυνο ανάμεσα στους συνεργάτες του, που θα του λύνει όλες τις απορίες, κυρίως για την πρώτη περίοδο. Η εμπειρία δείχνει πως η ύπαρξη ενός τέτοιου ατόμου στο ρόλο του «διευκολυντή» είναι καθοριστική για την ομαλή ενσωμάτωση του και ελαχιστοποιείται σταδιακά στους τρεις πρώτους μήνες
- Προτείνετε τη γραπτή κυρίως επικοινωνία. Προτιμούν να λαμβάνουν τις οδηγίες μέσω email παρά μέσω τηλεφώνου, αφού έτσι μπορούν να τις διαβάσουν όσες φορές χρειαστεί και δεν υπάρχει ο κίνδυνος ενοχλήσεων από θορύβους

Η συνέντευξη εργασίας



Η συνέντευξη εργασίας είναι μια διαδικασία δύσκολη για τα άτομα με σύνδρομο Asperger στο βαθμό που πρέπει να ακολουθήσουν και να ανταποκριθούν σε διάφορους κοινωνικούς κανόνες. Συχνά δεν τα καταφέρνουν και γι' αυτό χρειάζεται οι όροι της συνέντευξης, όταν πρόκειται για τέτοιους υποψήφιους, να προσαρμόζονται ανάλογα.

Συνήθως σε μια συνέντευξη ή μη λεκτική επικοινωνία, ο τρόπος ομιλίας, η στάση του σώματος, η οπτική επαφή, ο τόνο της φωνής, αποδεικνύονται καθοριστικοί παράγοντες για την αξιολόγηση του υποψηφίου.

Οι κοινωνικές δεξιότητες ενός ατόμου με σύνδρομο Asperger, δεν είναι πάντα ανάλογες με τις τεχνικές ή τις νοητικές του ικανότητες αφού μπορεί να μην κοιτάει στα μάτια, να δείχνει ότι δεν καταλαβαίνει τις ερωτήσεις, να μην κάθεται σωστά, να είναι ντυμένος με ρούχα παράξενα να μεταφέρει-αφού δεν μπορεί να πει ποτέ ψέματα -ακόμα και μια αρνητική εικόνα για τον εαυτό του, εξαιτίας προηγούμενων αρνητικών εμπειριών ή προηγούμενων αποτυχιών

Μια σαφώς προσδιορισμένη πολιτική που θα προβλέπει το πως θα διατυπωθεί η αγγελία για την θέση εργασίας ώστε να είναι συγκεκριμένη και κυριολεκτική, το πως θα διεξαχθεί η συνέντευξη εργασίας, ώστε να είναι εστιασμένη στην απόδοση του υποψηφίου και όχι στο πόσο «θεαματικά» παρουσιάζονται τα πτυχία και η προηγούμενη εμπειρία του και να μπορεί να διαπιστώσει την αξία του, ξεπερνώντας τις φανερές διαφορές.

για την ομαλή ένταξη των ατόμων με σύνδρομο Asperger

Υπάρχουν πολλά πράγματα που μπορούν να κάνουν οι εργοδότες/προϊστάμενοι/συνάδελφοι για να βοηθήσουν ένα νέο/α συνεργάτη με σύνδρομο Asperger να είναι παραγωγικός/η και επιτυχημένος/η στη δουλειά του/της.



Κατά τη διάρκεια της εκπαίδευσης να μοιράζετε τις οδηγίες που του/της δίνετε σε μικρά μέρη και να είστε υπομονετικοί εάν κάνει υπερβολικά πολλές ερωτήσεις. Αυτό μπορεί απλά να είναι ο τρόπος του/της να υποδηλώσει το άγχος του/της ή την σύγχυση του/της σχετικά με μια εργασία.

Εξηγήστε πώς τα καθήκοντα και οι υποχρεώσεις του/της συνδυάζονται με το συνολικό έργο και γιατί είναι σημαντικά κάποια συγκεκριμένα βήματα ή διαδικασίες που πρέπει να ακολουθήσει. Βοηθήστε τον/την, να δημιουργήσει το δικό του/της «βιβλίο κανόνων και οδηγιών» που περιέχει τις διαδικασίες, που πρέπει να ακολουθήσει αλλά και από ποιον να ζητήσει βοήθεια

Προτείνετε τη χρήση γραπτών σημειώσεων, περιλήψεων και βημάτων ελέγχου. Τα εικονίδια και τα συστήματα αρχειοθέτησης που θα διακρίνονται χρωματικά μεταξύ τους, βοηθούν στην οργάνωση. Τα άτομα με σύνδρομο Asperger μαθαίνουν περισσότερο μέσω της εικόνας και λιγότερο

ακούγοντας οδηγίες

Ελέγξτε κατά πόσο έχουν γίνει κατανοητές οι πληροφορίες που δίνετε, ζητώντας από το άτομο να συνοψίσει τι πρέπει να κάνει

Παρουσιάστε το παραδοτέο με τρόπο συγκεκριμένο και ποσοτικοποιημένο: *"Η προθεσμία λήγει σε 3 ημέρες και το προσχέδιο θα πρέπει να περιλαμβάνει τουλάχιστον 6 ιδέες"* ή *"πρέπει να γίνονται ανά ώρα 30 το λιγότερο συμμετοχές."* Αποφύγετε γενικές και αφηρημένες οδηγίες

Λάβετε σοβαρά υπόψη τις αισθητηριακές τους δυσκολίες. Ένα άτομο που είναι εξαιρετικά ευαίσθητο στον θόρυβο, μπορεί να χρειάζεται έναν ήσυχο χώρο εργασίας ή τη χρήση ακουστικών που περιορίζουν ή και εξαφανίζουν τον θόρυβο. Οι οσφρητικές ευαισθησίες μπορούν να αντιμετωπιστούν με τη χρήση προσωπικών αποσμητικών χώρου ή απλά περιορίζοντας την κατανάλωση τροφίμων στον χώρο. Πολλά άτομα προτιμούν το φυσικό φως ή τους λαμπτήρες πυρακτώσεως παρά τους λαμπτήρες φθορισμού.

Επιτρέψτε του, ανεξάρτητα από τους άλλους, να κάνει σύντομα διαλείμματα κατά τη διάρκεια της ημέρας για να αντιμετωπίσει μια πιθανή αισθητηριακή «υπερφόρτωση»

Τα αυξημένα επίπεδα άγχους είναι συχνά και μπορεί να προκαλέσουν πανικό, ακόμη και εξαιτίας ενός μικρού λάθους ή μιας τυχαίας διαφωνίας με έναν συνάδελφο. Συνήθως, δεν θα ξέρει πώς να διαχειριστεί την κατάσταση. Αυτές οι ανησυχίες δεν πρέπει να θεωρούνται μικρής σημασίας ή κάτι που το άτομο ξέρει πώς να χειριστεί. Δεν τις προσπερνάμε ούτε αδιαφορούμε. Ακούμε, προσπαθούμε να καταλάβουμε από που προέρχεται το άγχος και ετοιμάζουμε ένα σχέδιο αντι-δράσης

Ενημερώστε το ανθρώπινο δυναμικό, τους διευθυντές και τους υπαλλήλους για το σύνδρομο Asperger. Όσο μεγαλύτερη είναι η κατανόηση των χαρακτηριστικών του συνδρόμου, τόσο μεγαλύτερη είναι η πιθανότητα επιτυχίας στην εργασία. Η εκπαίδευση «κοστίζει» λιγότερο από τα προβλήματα που θα δημιουργούσε η διαχείριση μιας έκτροπης κατάστασης

Χρησιμοποιήστε έναν coach ή έναν ψυχολόγο που είναι εξοικειωμένος με το σύνδρομο Asperger για να συνεργαστεί με το νέο υπάλληλο και τον/την υπεύθυνο-η του. Μια ρεαλιστική, με σαφείς στόχους καθοδήγηση, σε συνδυασμό με ένα σχέδιο δράσης σύμφωνα με τις οργανωτικές ανάγκες, διασφαλίζει την επίτευξη των στόχων ένταξης και απόδοσης.



Αποφύγετε συμβουλές, γενικά συμπεράσματα ή σαρκασμό, όταν συζητάτε για θέματα απόδοσης. Χρησιμοποιήστε ξεκάθαρο και κατανοητό τρόπο ομιλίας. Να είστε άμεσοι : *"τα μηνύματα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου πρέπει να είναι τέσσερις παράγραφοι το πολύ."* ή *"η καταχώριση των δεδομένων πρέπει να ολοκληρωθεί έως το μεσημέρι"*

Συχνά, αυτό που μοιάζει με πρόβλημα συμπεριφοράς ή χαρακτήρα, είναι συνήθως πρόβλημα επικοινωνίας. Να είστε προσεκτικοί και ανεκτικοί. Μην παίρνετε προσωπικά διάφορα σχόλια ή κοινωνικά άστοχες συμπεριφορές . Διαπιστώστε τις προθέσεις του ατόμου

Να είστε συγκεκριμένοι και βασισμένοι σε γεγονότα, όταν αναφέρεστε σε μια μη σωστή ή απαράδεκτη συμπεριφορά. Γενικές δηλώσεις όπως *"Είσαι αγενής"* ή *"Δεν είστε ομαδικός παίκτης"* ή *"Πώς το λες αυτό ;"* μπερδεύουν αυτά τα άτομα που τα σκέφτονται όλα. Εξηγήστε ποιο είναι το πρόβλημα και τι πρέπει να κάνει: *«θεωρείται αγενές να λέμε στους ανθρώπους να σιωπήσουν. Καλύτερα να τους ζητήσουμε ευγενικά να χαμηλώσουν τις φωνές τους.»*

Ορίστε έναν «φίλο στην εργασία» ή έναν μέντορα , ένα πρόσωπο αναφοράς που θα εξηγεί τους κοινωνικούς κανόνες, θα ενθαρρύνει τις κοινωνικές σχέσεις και θα απαντάει σε ερωτήσεις. Τα άτομα με σύνδρομο Asperger διστάζουν συχνά να κάνουν ερωτήσεις, γιατί φοβούνται ότι θα φανούν «ηλίθιοι» ή ότι η λάθος ερώτηση θα έχει επιπτώσεις στη διατήρηση της θέσης εργασίας τους

Χαλαρώστε τα πρότυπα της «ομαδικής εργασίας» όπου είναι δυνατόν και δώστε σε αυτά τα άτομα την ευκαιρία να επικεντρωθούν στο πιο τεχνικό κομμάτι της εργασίας



ChallengeUp

πρόγραμμα ανάπτυξης κοινωνικών δεξιοτήτων



πρόγραμμα για την επαγγελματική ένταξη

Αποστόλης Παναγούλης

Πιστοποιημένος Coach με εξειδίκευση στη Συμβουλευτική αυτιστικών ενηλίκων με σύνδρομο Asperger για την ανάπτυξη των κοινωνικών τους δεξιοτήτων και την επαγγελματική τους ένταξη.

WWW.CHALLENGEUP-PROJECT.COM