

Autismispektri häirega inimene ja töö

Tööaeg:

Paindlik tööaeg on **autismispektri häirega** inimesele väga sobilik. Autismi tõttu võib neil ette tulla perioode, kus erinevatel põhjustel on raske end kokku võtta. Näiteks võib esineda depressiooni või kõrgemat ärevust.

Mõnele inimesele sobib hästi töötamine väljaspool päevast tööaega, seega töökohad, kus töötamine saaks toimuda kellast sõltumata, oleksid sobilikud.

Töökoormus:

Koormuse valik peab vastama inimese võimekusele ja pingetaluvusele. Pinge võib kuhjuda inimese soovist hoolikas ja täpne olla, füüsilisest ja sotsiaalsest töökeskkonnast tulevatest stiimulitest. Leebem koormus võimaldab stressiga toime tulla ja hoiab tööedukuse ühtlasel tasemel.

Töökoht:

Peab olema kohandatud inimese vajadustele ja võimekusele vastavalt. **Autismispektri häirega** inimese jaoks töökoha kohandamine tähendab ennekõike struktureerimist ehk tööülesannete, vahendite nähtavasse korda ja järjestusse seadmist. Selleks kasutatakse sõltuvalt inimesest kas planeerijat, kalendrit, kirjutatud silte või piktogramme. Struktureerimine võib olla vajalik kohanemisperioodiks, teatud ajaperioodiks või ka alatiseks.

Autismispektri häirega inimesele võib sobida kaugtöö ja suhtlemine kaudsete vahendite kaudu – e-post, Skype vms.

Juhendamine:

Kõigi **autismispektri häirega** inimeste puhul on töö alustamisel vajalik juhendamine. Erinevus on juhendamise vajaduse kestvuses ja mahus. Mõned inimesed vajavad selgitamist töötamise alustamisel ja edaspidi vajavad ainult teadmist, kuhu ja kelle poole pöörduda, kui peaks tekkima küsimusi. Mõned inimesed vajavad väga detailset juhendamist nii tööprotsessi kui ka suhtlemise osas.

Mõnede inimeste puhul on aga juhendamise vajadus suur ning vajalik on tugiisiku olemasolu kogu tööaja vältel ning sageli ka aastate vältel. Mõnede inimeste puhul seisneb juhendamine pidevas jälgimises, et tööoperatsioonid oleksid turvaliselt tehtud, samas intellektuaalselt võimekate inimeste puhul võib juhendamine seisneda selles, et tutvustada käitumise ja teiste kaastöötajatega suhtlemise reegleid.

Töötamise vormid:

Madala vaimse võimekusega **autismispektri häirega** inimestele sobib sageli töötamine kaitstud ja toetatud töö vormis. Heade vaimsete võimetega autismiga inimestele on sageli jõukohane iseseisvalt töötamine avatud tööturul, kuid nad võivad vajada tugiisikut tööleasumisel ja kohanemise ajal.

OLULINE ON TEADA: **Autismispektri häirega** inimeste võimekus teha kindlaid rutiinseid töötegevusi kindlas järjekorras ja korrektselt on nende värbamise eeliseks. Kohusetunne ja vajadus rutiini järele teevad neist lojaalsed ja head töötajad igale tööandjale.

