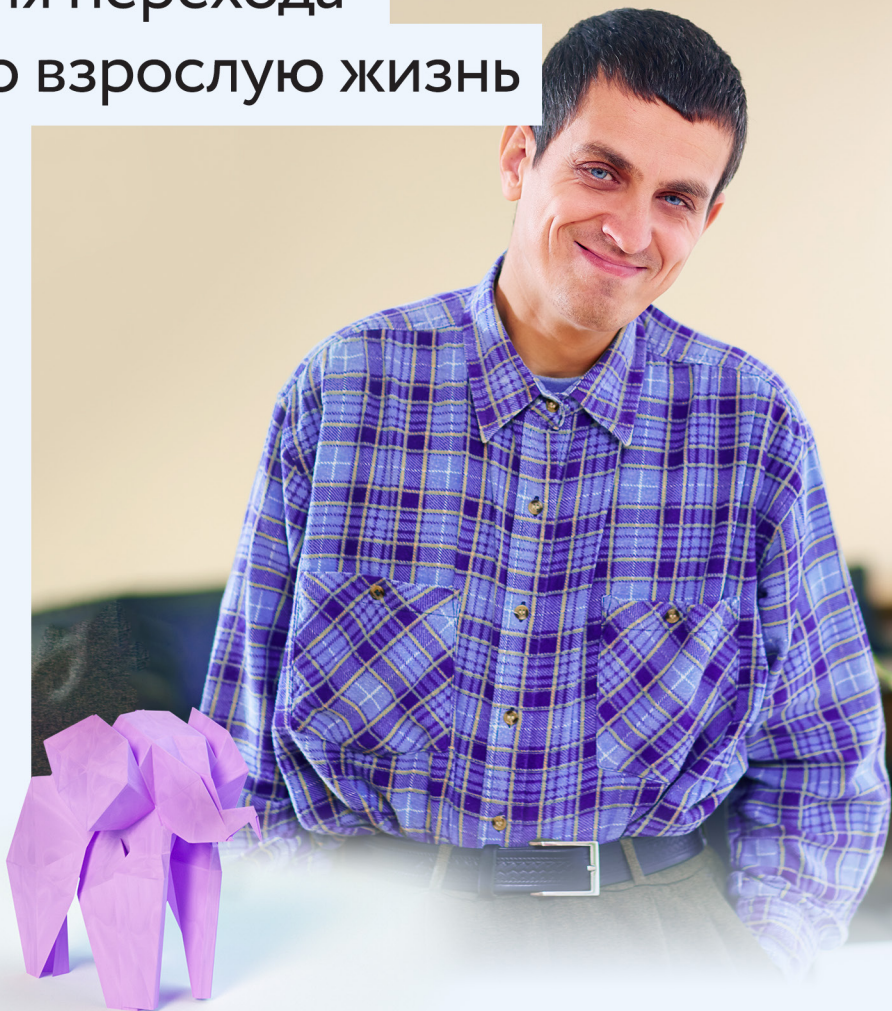


Набор инструментов от Autism Speaks

Набор инструментов для перехода во взрослую жизнь



ПРИ ПОДДЕРЖКЕ





Набор инструментов для перехода ко взрослой жизни предназначен для помощи семьям людей с аутизмом на пути от подросткового возраста к взрослой жизни.

Autism Speaks не предоставляет медицинские или юридические консультации или услуги. Autism Speaks предоставляет общую информацию об аутизме. Она не является рекомендацией, направлением или одобрением какого-либо ресурса, терапевтического метода или поставщика услуг. Данный комплекс не заменит совета специалистов из медицинской, юридической или образовательной сфер. Autism Speaks не проводил проверку и не несет ответственности за любую информацию или услуги, предоставляемые третьими сторонами. Вам настоятельно рекомендуется использовать независимые суждения и запрашивать дополнительную информацию при рассмотрении любого ресурса, связанным с аутизмом

Благодарности

Autism Speaks хотел бы выразить особую благодарность консультативному комитету за время и вклад, который он внес в составление этого комплекса:

Родительский консультативный комитет

Дэн Аронсон
Лиз Белл
Салли Бернард,
Мишель Пирс
Бернс, Лиана
Картер
Марк
Картер
Клэр Диз
Сьюзан Логан Эвенсен
Кэти Мэннион
Дениз Резник,
Лора Шумейкер,
Фрэнк Тернер,
Дженнифер
Заррилли

Профессиональный консультативный комитет

Дэн Бейкер, Ph.D.

Директор, поддержка позитивного поведения сообщества, проекты перехода и поддерживаемого трудоустройства, доцент кафедры педиатрии

Центр Боггса по нарушениям развития Медицинская школа Роберта Вуда Джонсона, UMDNJ

Ян Блахер, доктор философии.

Founding Director, SEARCH Family Autism Resource Center Заслуженный профессор образования, президент Калифорнийского университета. Высшая педагогическая школа Калифорнийского университета в Риверсайде

Сьюзен Л. Коннорс, доктор медицины

Инструктор Гарвардской медицинской школы
Врач-ассистент, Детская больница общего профиля
Массачусетса Центр семейного аутизма Лурье/
LADDERS

Джанет Фармер, доктор философии,

ABPP Профессор и директор академических программ Центр аутизма и нарушений развития нервной системы Томпсона Университет Миссури

Питер Герхардт, Эд.Д.

Учредитель Ученого совета,
Организация исследований аутизма
researchautism.org

Джери Кендл

Стратег общественных организаций, бывший президент Юго-Западного центра исследований и ресурсов по аутизму (SARRC)

Робин Мартин Марш, доктор философии/NCSP

Старший координатор непрерывного образования Центр Томпсона для аутизма и нарушений развития нервной системы

Университет Миссури-Колумбия

Кэролайн И. Мадьяр, доктор философии.

Адъюнкт-профессор педиатрии Медицинского центра Университета Рочестера

Шана Николс, доктор философии.

Владелец и директор, ASPIRE Центр обучения и развития

Дайан Осаки, ОТР Валери Парадиз, доктор философии.

Директор ООО «Валери Парадиз» Директор Глобальной инициативы по аутизму Родитель и самоадвокат

Мэри Энн Пауэрс, доктор философии, ВСВА-D

Старший поведенческий аналитик Coryell Autism Center

Стивен Шор, Ed.D.

Доцент, Специальное образование Adelphi University

Пол Шаттук, Ph.D.

Председатель отдела исследований Департамента физической медицины и реабилитации

Директор Центра передового опыта по аутизму

Директор Реабилитационного исследовательского и

учебного центра Университета Содружества Вирджинии

Николь Вайденбаум, MEd., SAS

Исполнительный директор Nassau Suffolk Services for Autism (NSSA)

СЕМЕЙНЫЕ УСЛУГИ

Лиз Белл

Родитель

Салли Бернارد*

Родитель исполнительный директор SafeMinds
Куонг Ду*

Родитель

Питер Фостино, Psy.D.

NY, Национальная ассоциация школьных психологов

Лицензированный психолог, Центр оценки развития и вмешательства

Петер Ф. Герхардт, Ed.D.

Учредитель Ученого совета, Организация исследований аутизма researchautism.org

Мэл Кармазин*

Дедушка

Брайн Келли **

Родитель

Арти Кемпнер*

Родитель

Гэри С. Майерсон*

Юрист-основатель, Mayerson & Associates

Кевин Мюррей*

Родитель

Линда Мейер,, MPA, ВСВА-D, CPT.

Консультант по вопросам аутизма.

Дэнни Опенден, Ph.D., ВСВА--D.

Президент и исполнительный директор, Southwest Autism Research и Ресурсы(SARRC)

Валери Парадиз, Ph.D.

Директор ООО «Валери Парадиз» Директор Глобальной инициативы по аутизму для родителей и

самозащиты

Лори Риклс

Родитель

Стюарт Савиц *

Родител

Пол Шаттук, MS, MSW, Ph.D.

Руководитель, исследовательская программа AJ Drexel Autism Institute

Стивен Шор, Ed.D.

Доцент, Специальное образование, Adelphi University

Мишель Смигель

Родитель

* Член правления Autism Speaks

**Председатель — Аутизм говорит Совету директоров

Родитель — указывает родителя ребенка с аутизмом

Мы хотим выразить нашу признательность и благодарность всем подросткам и молодым людям с расстройствами аутистического спектра и их семьям за их настойчивость и вдохновение.

Autism Speaks благодарит Фонд защиты детей Американского легиона за их щедрый вклад в финансирование Версии 2.0 набора инструментов для перехода от Autism Speaks. Autism Speaks также благодарит следующих партнёров, которые помогали финансировать версию 1.0 в 2011 году:

- Банк Америки
- Фонд NYSE Euronext
- Финансовая группа MassMutual
- Фонд Кармы
- Сьюзан Логан Эвенсен и Питера Эвенсен
- Дженни и Джо Заррилли

Содержание

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------|----|
| Благодарности | |
| Введение | |
| Самоадвокация | |
| Что такое самоадвокация? | 10 |
| Как мы обучаем навыкам самоадвокации? | 12 |
| Личностноориентированное планирование | 12 |
| Развитие самостоятельных жизненных навыков | |
| Десять способов построить независимость | 15 |
| Обучение навыкам повседневной жизни | 18 |
| Вывод | 19 |
| Планирование для перехода | |
| Планирование перехода и IEP | 21 |
| Подготовка к собранию по переходному IEP | 21 |
| Встреча по переходу | 24 |
| Шаги для создания плана перехода | 25 |
| Варианты диплома | 25 |
| Заключение | 26 |
| Юридические вопросы, которые следует учитывать при планировании на будущее | |
| Медицинская страховка | 29 |
| Опека | 29 |
| Трасты для особых нужд | 32 |
| Программы поддержки | 32 |
| Заключение | 36 |
| Жизнь в обществе | |
| Выбор правильных занятий | 37 |
| Обучение путешествиям | 40 |
| Безопасность | 40 |
| Предотвращение жестокого обращения | 41 |
| Заключение | 42 |
| Работа и другие возможности | |
| Подготовка | 43 |
| Виды занятости | 44 |
| Подбор вакансий и поиск | 44 |
| Навыки на рабочем месте | 46 |
| Другие варианты | 47 |
| Дополнительные ресурсы | 48 |
| Заключение | 48 |
| Возможности высшего образования | |
| Типы высшего образования | 49 |
| Планы 504 раздела | 50 |
| Различия между средней школой и колледжем | 51 |
| Выбор правильной школы | 53 |
| Самоадвокация в высшем образовании | 53 |
| Заключение | 54 |
| Жилье и жилищная поддержка | |
| С чего мне начать? | 55 |
| Модели для жилищной поддержки | 57 |
| Варианты финансирования | 58 |
| Федеральные ресурсы | 59 |
| Заключение | 60 |
| Здоровье | |
| Поиск правильного врача | 61 |
| Душевное здоровье | 62 |
| Личная гигиена | 63 |
| Половое созревание и сексуальность | 63 |
| Заключение | 64 |
| Технологии | |
| Как технологии могут помочь | 65 |
| Социальные сети и безопасность в интернете | 66 |
| Важность цифровой грамотности | 68 |
| Оценка | 68 |
| Заключение | 68 |
| Заключение | |
| Ресурсы | |

Введение

Будущее молодого человека с аутизмом часто кажется неопределенным. Вам может быть трудно представить своего ребенка одного в мире или то, что он или она будет делать, когда школьный автобус перестанет прибывать каждое утро.

Некоторые родители находят мысль о процессе перехода к взрослой жизни чрезмерной. Многие семьи потратили годы на исследования, переговоры и отстаивание своих прав на услуги и поддержку, чтобы максимально раскрыть потенциал своего ребенка в школьные годы. И мысль о том, чтобы сделать это снова с совершенно новой системой, может показаться пугающей.

Чтобы облегчить ваши страхи и помочь вам начать разработку плана перехода вашего ребенка, вы выбрали нужный буклет!

Как бы вы ни были ошеломлены, постарайтесь сохранять позитивный настрой, размышляя о будущем. Оглянитесь назад и подумайте обо всех успехах вашего ребенка и о том, скольким вещам вы научились на этом пути. Один из уроков, который вы, возможно, учили снова и снова, заключается в том, что важно думать на несколько шагов вперед.

Имейте также в виду, что многие другие люди прошли этот путь до вас, и была накоплена масса информации и ресурсов, чтобы помочь вам на этом пути. Кроме того, эксперты в этой области изучали и исследовали этот процесс, и мы собрали большую часть полученной информации и ресурсов в этом буклете. Лучшая новость заключается в том, что осведомленность об аутизме продолжает открывать больше возможностей для роста в процессе перехода, что может открыть больше возможностей для молодых людей с аутизмом, таких как ваш ребенок!

Главенствующий принцип, который мы использовали при разработке этого буклета, заключается в том, что все люди с аутизмом, независимо от уровня необходимой поддержки, должны иметь возможность жить жизнью, наполненной смыслом, достоинством, выбором и счастьем.

Как родители и опекуны, мы все хотим, чтобы наши дети (живущие с аутизмом или без него) были счастливы и жили полноценной жизнью. Важно помнить, что то, что представляет собой счастье или удовлетворение для человека, является специфичным для этого человека. У всех молодых людей, живущих с аутизмом, есть свои уникальные сильные и слабые стороны, а также свои особые симпатии и антипатии. Таким образом, то, что может быть подходящим или желаемым вариантом трудоустройства, жилья, высшего образования или участия в жизни общества для одного человека, может не подходить для кого-то другого.

Этот буклет предоставит вам предложения и варианты, которые вы можете рассмотреть, в начале своего путешествия, чтобы найти собственный уникальный путь вашего ребенка к взрослой жизни.



Помня о важности поиска собственного конкретного пути вашего ребенка, в этом буклете особое внимание уделяется развитию навыков самоадвокации и самостоятельной жизни. Мы разбили буклет на несколько разделов. В конце буклета мы предоставили ресурсы, относящиеся к каждому разделу. Поскольку процесс перехода к взрослой жизни отличается в каждом штате (актуально для США), мы также разработали последовательность шагов для каждого штата с информацией государственных органов, которая может быть вам полезна на протяжении всего этого процесса.

Когда дело доходит до планирования перехода, может быть полезно начать думать о будущем как можно раньше. Некоторые родители даже начинают разговор о переходе со школой своего ребенка в возрасте 12 или 13 лет. И хотя никогда не рано подумать о будущем вашего ребенка, если ваш ребенок приближается к окончанию средней школы или взрослеет вне школьной системы, будьте уверены, что это также никогда не поздно!

Также может быть полезным проанализировать шаги, необходимые для достижения будущей цели в обратном направлении. Подумайте о том, каким вы видите своего ребенка в будущем, исходя из его или ее сильных сторон, проблем, способностей и предпочтений. Какая у него или нее будет работа? Где он или она будет жить? План перехода должен быть разработан, а затем должен подстраиваться в течение многих лет с учетом этих конечных целей. Кем вы видите своего ребенка через десять лет? Чтобы достичь этой цели, где вы видите его или ее через пять лет? Два года? Шесть месяцев? Анализ в обратном направлении может помочь вам не сбиться с пути и сделать необходимые шаги сейчас, чтобы добраться до будущего, о котором мечтаете вы и ваш ребенок.

Помните, что не все дороги ведут в одно и то же место. Путь будет разным для каждой семьи, но цель остается неизменной: ваш ребенок с аутизмом должен прожить полноценную и счастливую взрослую жизнь. При некотором планировании и совместных усилиях вашего ребенка, членов семьи, педагогов и других специалистов, участвующих в его или ее жизни, вы добьетесь успеха.



Приятного чтения!

Самоадвокация

Самое важное, с чего следует начать переходный процесс, — это ваш ребенок, который сейчас или в обозримом будущем станет подростком или молодым взрослым. Его или ее надежды, мечты и желания должны определять процесс.

Некоторые люди с аутизмом могут вербально сообщать о своих целях и идеях взрослой жизни. Эти беседы должны служить отправной точкой для разработки их планов перехода.

Некоторые подростки могут быть не готовы в своем развитии к переходному процессу. Другие могут быть не в состоянии выразить свои желания и потребности на ближайшие годы из-за ограниченных навыков общения. Это особенно сложно для семей, так как многие хотят обеспечить своему ребенку ту жизнь, которую он или она хочет.

Помните, что планирование перехода — это не отдельный разговор, а скорее процесс, который будет развиваться с течением времени

Процесс перехода займет время. Важно, чтобы вы работали со своим ребенком, чтобы обеспечить его навыками общения, самопомощи и самозащиты, которые ему или ей необходимы, чтобы быть активным участником процесса.

Что такое самоадвокация?

На протяжении большей части жизни вашего ребенка вы, вероятно, защищали его интересы, принимая решения за него или нее и следя за тем, чтобы ваш ребенок получил то, что ему или ей нужно, чего он или она хочет и заслужи-

вает. Однако по мере того, как люди с аутизмом взрослеют, им необходимо научиться отстаивать свои интересы в меру своих возможностей. Помощь подросткам с аутизмом в развитии чувства собственного достоинства поможет в процессе перехода и разовьет навыки, которые пригодятся им на протяжении всей жизни.

Самоадвокация включает в себя отстаивание своей точки зрения, просьбы о том, что вам нужно, ведение переговоров от своего имени, знание своих прав и обязанностей и использование доступных вам ресурсов. Никогда не рано начинать обучать навыкам самоадвокации. Научиться просить о помощи — еще один шаг в развитии навыков самоадвокации. Для этого человек должен быть в состоянии определить наличие препятствия или трудности, а затем обратиться за помощью для решения проблемы.

Раскрытие информации

Важно отметить, что часть самоадвокации может включать раскрытие информации. Поэтому важно, чтобы ребенку говорили, что у него аутизм. Обязательно расскажите своему ребенку или подростку, что аутизм наделил его или ее сильными сторонами, а также определенными проблемами. Каждый человек будет реагировать по-разному, но многие люди с аутизмом рассказывали, что они испытали облегчение, узнав, что существует название для того, что может усложнить ситуацию. Эти люди поняли, что их проблемы возникают не по их собственной вине, а только потому, что их мозг работает по-другому. Для человека может быть полезно присоединиться к группе поддержки или обучения социальным навыкам для людей с аналогичными способностями. Возможно, вы сможете найти группы в вашем регионе в Ручководстве по ресурсам Autism Speaks по адресу [AutismSpeaks.org/resource-guide](https://www.autismspeaks.org/resource-guide)



Самоадвокация играет жизненно важную роль почти во всех аспектах жизни...

Чем более осознанными становятся люди в спектре аутизма, тем более активно они могут отстаивать собственный комфорт, счастье и благополучие.

— Валери Парадиз, Ph.D. Интегрированная учебная программа по самоадвокации

Мэтью — 15-летний мальчик с аутизмом и ограниченными вербальными навыками.

Мэтью и его семья часто ходят в местный магазин мороженого. Отец Мэтью работал с ним, чтобы научить его заказывать мороженое для себя. Мэтью был довольно успешен в этом, и поэтому его отец предложил ему пойти в магазин самому и заказать. Отец Мэтью смотрел через витрину магазина. Мэтью вошел со своими деньгами и заказал мороженое. Когда Мэтью вышел из магазина, он был недоволен, потому что не купил мятного мороженого с шоколадной крошкой, которое просил. Отец Мэтью проговорил с ним варианты действий. Они определили три варианта:

- Мэтью мог очень расстроиться, потому что он не получил желаемого вкуса мороженого и не покупать мороженое;
- он мог съесть полученное мороженое;
- или он мог вернуться в магазин и сообщить официанту, что он попросил

мятную шоколадную крошку. Мэтью решил вернуться в магазин. Перед тем, как Мэтью вошел, его отец помог ему практиковать то, что он должен был сказать. Мэтью очень нервничал, но вернулся в магазин. Он показал официанту полученное мороженое и сказал, что хочет шоколадную крошку с мятой.

Официант извинился за ошибку и дал Мэтью шоколадную крошку с мятой, которую он хотел. Мэтью был так счастлив получить мятное мороженое с шоколадной крошкой, а его отец был очень доволен новыми навыками самозащиты Мэтью.

Как мы обучаем навыкам самоадвокации?

Самоадвокации следует обучать на протяжении всей жизни человека. Можно начать с малого, научив человека делать выбор. Постепенно, если это уместно, в учебную программу следует добавлять более продвинутые навыки, такие как навыки ведения переговоров и раскрытия информации. Обучение навыкам самоадвокации будет процессом, и для приобретения этих навыков потребуется время. Важно научить вашего ребенка или подростка процессу принятия решения, то есть четко определить решение, взвесить все за и против и извлечь уроки из каждого выбора в следующий раз. Начните с таких простых решений, как выбор одежды на каждый день. В конечном итоге, вы можете перейти к решениям о составлении его или ее собственного графика, вплоть до решений, с какими терапевтами работать и какие темы следует обсуждать на собрании IEP, например. Есть несколько инструментов, которые помогут вам и вашему ребенку подумать о том, чего он или она хочет, и развить навыки, необходимые для того, чтобы сообщать о своих желаниях на будущее. Дополнительную информацию см. в разделе «Ресурсы» этого буклета.

Личностноориентированное планирование

Как уже упоминалось, разработка плана перехода должна основываться на желаниях, предпочтениях, сильных сторонах и проблемах вашего ребенка. Это теория, лежащая в основе личностно-ориентированного планирования.

Процесс обычно начинается с первоначального сбора команды, чтобы определить возможности для ребенка участвовать в жизни сообщества, найти работу или получить высшее образование и жить настолько независимо, насколько это возможно. В меру своих способностей ваш ребенок должен играть центральную роль на собрании. Он или она должны даже выбрать, кого пригласить на эту встречу — это могут быть члены семьи, друзья, учителя, терапевты и т.д. Этот процесс предоставит вам и вашему ребенку видение его или ее будущего и некоторые конкретные шаги для его достижения. Члены команды несут ответственность за реализацию стратегий, обсуждаемых на совещаниях по планированию. Лучше всего максимально подготовить ребенка к этим встречам, чтобы он или она могли принимать решения как можно больше. Дополнительную информацию о личностноориентированном планировании можно найти на веб-сайте Центра PACER. Отдельные лица и семьи могут получить помощь в личностноориентированном планировании, обратившись в местный университетский Центр передового опыта в области нарушений развития или в Центр обучения и информации для родителей.

Семьи могут воспользоваться несколькими инструментами личностно-ориентированного планирования. Ниже приведена информация о двух инструментах, которые семьи сочли полезными.



PATH: Планирование альтернативного завтра с надеждой

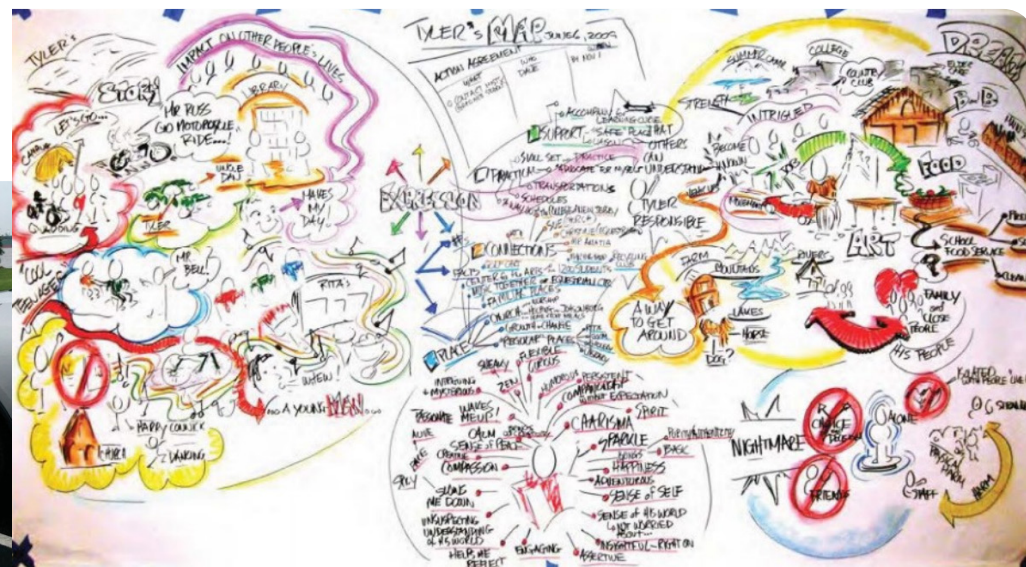
PATH — это ориентированный на человека инструмент планирования и постановки целей, используемый для составления плана по достижению желаемого будущего для человека. Этот инструмент помогает семьям думать о будущем, а затем анализировать в обратном направлении, чтобы определить шаги, необходимые для достижения этого будущего. PATH, разработанный Джеком Пирпойнтом, Джоном О'Брайеном и Маршей Форест, начинается с определения «мечты» человека и создания портрета будущего, которого он или она желает. Основываясь на этом окончательном видении, команда затем думает о целях на 1-2 года вперед, затем на следующие несколько месяцев и продолжается до настоящего времени. Затем команда определяет немедленные шаги, которые необходимо предпринять для достижения этого долгосрочного видения.

Ресурсы PATH можно найти на inclusion.com/path.html.

MAPS: Составление планов действий

MAPS — это процесс совместного планирования действий, который помогает человеку составить план своей собственной жизни. Во время встречи команда разрабатывает КАРТУ, которая служит компасом, указывающим в направлении позитивного будущего для человека с аутизмом. Некоторые важные элементы собрания MAP включают личную и неформальную атмосферу, присутствие и участие ребенка и основных действующих лиц в его или ее жизни, обсуждение ключевых вопросов и разработку конкретного плана действий для немедленного начала.

Пример планирования карты.



Есть восемь вопросов, которые ведущий должен осветить на собрании MAPS, разделенных на 2 части:

ЧАСТЬ I

- 1) **Что такое КАРТА?**
- 2) **Какова история человека?**
- 3) **Какова твоя мечта?**
- 4) **Какой у тебя кошмар?**

ЧАСТЬ II

- 5) **Кто это?**
- 6) **Какие у человека таланты, одарённости и сильные стороны?**
- 7) **Каковы предпочтения и потребности человека?**
- 8) **Каков план действий?**

Ответы на эти вопросы должны стать движущей силой развития индивидуальной карты личности. Выше приведен пример MAP подростка с аутизмом: информацию и ресурсы MAPS можно найти по адресу inclusion.com/maps.html

Заключение

Итак, думая обо всех аспектах планирования переходного периода, имейте в виду, что обучение вашего ребенка отстаиванию своих интересов может иметь большое значение в помощи ему или ей заручиться поддержкой и услугами, необходимыми для того, чтобы жить той жизнью, которую он или она хочет, и заслуживает. Вам может показаться чрезмерным думать об обучении этим важным навыкам, но помните, что вы можете начать с очень малого и развивать эти навыки постепенно и в меру способностей вашего ребенка. Даже просто учить ребенка тому, что он или она имеет право принимать или участвовать в принятии решений, больших и малых, может иметь большое значение. Вы можете не думать, что ваш ребенок способен принимать решения за себя, но помните, что даже если вам будет нелегко сообщить о них, у вашего ребенка есть мысли и чувства, как и у любого другого молодого человека, который хочет формировать свое собственное будущее

Начните с малого, начните рано, и вы сможете обеспечить своему ребенку счастливую и достойную жизнь

Развитие самостоятельных жизненных навыков

В дополнение к навыкам самоадвокации крайне важно научить вашего ребенка навыкам, которые будут способствовать его или ее независимости на пути к взрослой жизни.

Поскольку аутизм — это спектральное расстройство, все люди с аутизмом разные, и, как следствие, самостоятельные жизненные навыки, которым вы будете обучать ребенка вместе с темпом обучения могут значительно отличаться. Например, один молодой человек с аутизмом в конечном итоге сможет жить самостоятельно, получая очень небольшую поддержку извне, если таковая вообще будет, в то время как другому может потребоваться поддержка и услуги 24 часа в сутки, 7 дней в неделю.

Как и в случае самоадвокации, начало развития навыков самостоятельности в меру способностей вашего ребенка в раннем возрасте облегчит этот переходный период. Понемногу развивать эти навыки — это эффективный способ научить ребенка навыкам, которые, как вы, возможно, и не подозревали, когда-нибудь понадобятся вашему ребенку.

Научить вашего ребенка навыкам самостоятельной жизни — домашнему образу жизни, уходу за собой и т.д. — легче сказать, чем сделать, особенно если он или она привыкли, что за него что-то делают. Вы можете спешить, ваш ребенок может сопротивляться вам на каждом шагу, вы можете быть слишком утомлены, но раннее обучение жизненным навыкам является важной частью воспитания ребенка с аутизмом.

Десять способов построить независимость

В этом списке, составленном Эмили Маллиган из группы Autism Speaks, члена группы реагирования на аутизм (ART), содержится информация о том, как вы можете помочь своему ребенку стать более независимым дома, в школе и в обществе. Внедряя эти навыки на ранней стадии и формируя кирпичик за кирпичиком, вы можете помочь своему ребёнку с аутизмом получить инструменты, которые позволят ему или ей быть более независимыми на протяжении всей своей жизни



1. Укрепите коммуникацию

Если у вашего ребенка проблемы с разговорной речью, важнейшим шагом для повышения самостоятельности является укрепление его или ее способности общаться путем развития навыков и предоставления инструментов, помогающих выражать предпочтения, желания и чувства. Рассмотрите возможность внедрения альтернативной/дополняющей коммуникации (AAC) и визуальной поддержки. Распространенные типы AAC включают системы обмена изображениями (PECS), устройства речевого вывода (такие как DynaVox, iPad и т.д.) и язык жестов.

2. Внедрите визуальное расписание

Использование визуального расписания с вашим ребенком может помочь переходу от одного занятия к другому с меньшими подсказками. Просмотрите каждый пункт расписания вместе с ребенком, а затем напоминайте ему или ей о необходимости проверять расписание перед каждым переходом. К тому времени, как он или она будут в состоянии выполнить эту задачу с повышающимся уровнем независимости, начинайте практиковаться в принятии решений и выборе деятельности, интересующей его или ее. Вы можете узнать больше об использовании визуальной поддержки, загрузив [ATN/AIR-P Visual Supports and Autism Spectrum Disorder Tool Kit](#)

3. Работайте над навыками самообслуживания

Это хороший возраст, чтобы ввести занятия по уходу за собой в распорядок дня вашего ребенка. Чистка зубов, расчесывание волос и другие повседневные действия (ADL) являются важными жизненными навыками, и введение обучения им как можно раньше может позволить вашему ребенку освоить их в будущем. Обязательно включите эти пункты в расписание вашего ребенка, чтобы он или она привыкли к тому, что они являются частью распорядка дня.

4. Научите ребенка просить о перерыве

Убедитесь, что у вашего ребенка есть способ

попросить о перерыве — добавьте кнопку «Перерыв» на его или ее коммуникационное устройство, картинку в его или ее книгу PECS и т.д. Определите тихое место, куда ваш ребенок может пойти, когда чувствует себя перегруженным. В качестве альтернативы подумайте о том, чтобы предложить наушники или другие инструменты, помогающие регулировать сенсорный ввод. Хотя это может показаться простым, знание того, как попросить о перерыве, может помочь вашему ребенку восстановить контроль над собой и своим окружением.

5. Работайте по дому

Когда дети выполняют домашние дела, это может научить их ответственности, вовлечь их в семейную рутину и научить полезным навыкам, которые они смогут применять, когда станут старше. Если вы считаете, что у вашего ребенка могут быть проблемы с пониманием того, как выполнить всю работу по дому, вы можете рассмотреть возможность использования анализа задачи. Это метод, который включает в себя разбиение больших задач на более мелкие шаги. Обязательно продемонстрируйте выполнение шагов самостоятельно или давайте подсказки, если у вашего ребенка сначала возникнут проблемы! Кроме того, попробуйте использовать My Job Chart: отличный инструмент, который поможет как детям, так и взрослым научиться выполнять задачи и управлять временем.

6. Практикуйте денежные навыки

Научиться пользоваться деньгами — очень важный навык, который может помочь вашему ребенку стать независимым в обществе. Независимо от того, какие способности у вашего ребенка в настоящее время, существуют методы, с помощью которых он или она может начать изучать денежные навыки. Рассмотрите возможность добавления навыков обращения с деньгами в школьный IEP вашего ребенка, и когда вы находитесь с ребенком в магазине или супермаркете, позвольте ему и ей передать деньги кассиру. Шаг за шагом вы можете обучать каждому этапу этого процесса. Затем

ваш ребенок может начать использовать эти навыки в различных условиях в обществе

7. Обучайте навыкам общественной безопасности

Безопасность является серьезной проблемой для многих семей, особенно когда дети становятся более независимыми. Учите и отработайте правила дорожного движения, включая безопасность пешеходов, опознавательные знаки и другие важные маркеры безопасности; и знакомство с общественным транспортом. [GET Going pocket guide](#) содержит много полезных советов, которые помогут людям с аутизмом ориентироваться в общественном транспорте. Подумайте о том, чтобы ваш ребенок имел при себе удостоверение личности, в котором может быть очень полезно указать его или ее имя, краткое объяснение его или ее диагноза, а также контактное лицо. Вы можете найти образцы удостоверений личности и других замечательных материалов для обеспечения безопасности.

8. Развивайте навыки досуга *Возможность заниматься*

самостоятельным досугом и отдыхом — это то, что сослужит вашему ребенку хорошую службу на протяжении всей его или ее жизни. Многие люди с аутизмом проявляют особый интерес к одному или двум предметам; это может помочь переключить эти интересы на соответствующие возрасту развлекательные мероприятия. [Autism Speaks Resource Guide](#) содержит виды деятельности, в которых ваш ребенок может принять участие в вашем сообществе; включая командные виды спорта, уроки плавания, боевые искусства, музыкальные группы и многое другое. Дополнительную информацию об участии в молодежных и общественных организациях см. [Autism Speaks Leading the Way: Autism-Friendly Youth Organizations guide](#).

9. Научите заботиться о себе в подростковом возрасте.

Вступление в подростковый возраст и начало полового созревания может привести к многим изменениям для подростка с аутизмом, так что это важное время для

внедрения многих навыков гигиены и ухода за собой. Приучение подростков к уходу за собой настроит их на успех и позволит им стать гораздо более независимыми по мере приближения к взрослой жизни. Наглядные пособия могут быть по-настоящему полезными с точки зрения помощи вашему ребенку в выполнении ежедневных гигиенических процедур. Подумайте о том, чтобы составить чек-лист действий, чтобы помочь вашему ребенку следить за тем, что делать, и повесьте его в ванной. Он может включать в себя такие вещи, как душ, мытье лица, нанесение дезодоранта и расчесывание волос. Чтобы оставаться организованным, вы можете собрать гигиенический «набор», чтобы хранить все, что нужно вашему ребенку, в одном месте.

10. Работайте над профессиональными навыками

Начиная с 14 лет, ваш ребенок должен иметь некоторые профессиональные навыки, включенные в его или ее IEP. Составьте список его или ее сильных сторон, навыков и интересов и используйте их, чтобы определить типы профессиональной деятельности, которые включаются в качестве целей. Можно также считать это временем, чтобы начать планировать будущее. Проанализируйте все мероприятия, которыми до этого момента вы способствовали независимости вашего ребенка: коммуникативные способности, забота о себе, интересы и деятельность, а также цели на будущее. [The Community-based Skills Assessment \(CSA\)](#) может помочь вам оценить текущие навыки и способности вашего ребенка, чтобы создать индивидуальный план перехода.

Мы не обязательно можем изменить IQ или тяжесть симптомов, но мы можем обучить повседневным жизненным навыкам.

Лора Клинг, ведущий исследователь программы TEACSS по аутизму Университета Северной Каролины

Обучение навыкам повседневной жизни

Исследование 2015 года, финансируемое Autism Speaks и Foundation of Hope, представленное на Международной встрече по исследованию аутизма (IMFAR), показало, что единственным наиболее важным признаком положительных результатов во взрослом возрасте является овладение навыками самообслуживания такими, как купание, одевание, уборка и приготовление пищи.

По мнению исследователей, которые наблюдали за детьми с аутизмом до среднего возраста, эти навыки оказались более важными, чем коммуникация, интеллектуальные способности или тяжесть симптомов аутизма, когда речь идет о сохранении занятости и достижении удовлетворенности жизнью.

Один из советов по обучению навыкам независимости, таким как самообслуживание, состоит в том, чтобы подумать о конкретном навыке, который вы хотели бы, чтобы ваш ребенок освоил, и анализировать шаги в обратном порядке, чтобы вы могли разбивать уроки на части и в конечном итоге двигаться к своей цели. Например, если вы учитесь ребенка купаться самостоятельно, вы можете учить его шаг за шагом, постепенно снижая свое участие в процессе:

1. **Определите, когда душ необходим.**
2. **Включите душ.**
3. **Найдите желаемую температуру воды.**
4. **Используйте мыло для мытья рук, ног и живота.**
5. **Используйте мыло, чтобы тщательно вымыть подмышки и интимные места.**
6. **Намочите и используйте шампунь для мытья волос.**
7. **Смойте мыло и шампунь, пока не исчезнут пузырьки.**
8. **Выключите душ.**
9. **Высушитесь полотенцем.**
10. **Оденьтесь.**



Не забудьте подкрепить поведение своего ребенка положительной обратной связью, как только он или она освоит новый шаг. Мотивация имеет решающее значение для обучения, и по мере того, как ваш ребенок знакомится с новыми навыками и становится более компетентным, его уверенность, интерес и мотивация будут возрастать. Имейте в виду, что освоение каждого шага может занять много времени, у кого-то больше, чем у других, но конечная цель остается неизменной — научить вашего ребенка надлежащему уходу за собой и гигиене, важным навыкам, когда он или она взрослеют.

Вывод

Независимо от того, перейдет ли ваш ребенок к высшему образованию, будет жить в групповом доме или продолжит жить с вами и вашей семьей, навыки самостоятельности важны для людей с аутизмом любого возраста и способностей. Вы можете смотреть на своего ребенка и думать, что проблемы, с которыми он сталкивается, не позволят ему освоить какие-либо навыки, которые способствуют независимости. Временами на этом пути вы можете чувствовать разочарование из-за прогресса или его отсутствия, но продолжайте пытаться, и мало-помалу ваш ребенок освоит некоторые из этих навыков. Радуйтесь мелочам и не закливайтесь на препятствиях.

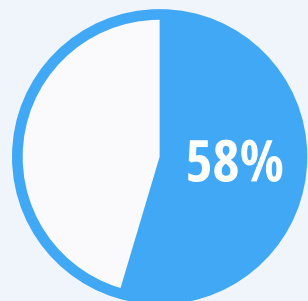
Потерпите. Помните, что переход во взрослую жизнь и обучение сопутствующим ему навыкам — это марафон, а не спринт!

Планирование для перехода

Размышляя о переходном процессе, лучше всего начать с консультации со школой вашего ребенка. Будь то школьный консультант, школьный психолог, учитель, куратор или школьный администратор, школьный специалист с опытом может быть очень полезен, когда дело доходит до планирования перехода во взрослую жизнь. Как вы, надеюсь, узнали за время учебы вашего ребенка в школе, что Закон об образовании лиц с ограниченными возможностями (IDEA) предписывает обязательное государственное образование для всех соответствующих критериям детей в возрасте от 3 до 21 года (актуально для США) и возлагает на школы ответственность за предоставление поддержки и услуг, которые необходимы для этого.

Важно понимать, что одной из целей IDEA является подготовка учащихся к работе и самостоятельной жизни.

Возможно, вы также знаете, требования IDEA реализуются благодаря индивидуальной программе обучения (IEP). Процесс IEP должен включать услуги по планированию перехода для всех учащихся специального образования в возрасте 16 лет. В идеале, он должен начинаться за несколько лет до этого. Финансирование и услуги, доступные через IDEA, недоступны после того, как учащийся получил аттестат о среднем образовании или вышел из школьной системы, поэтому важно воспользоваться этими услугами, когда они доступны.



Федеральный закон требует, чтобы у школ был план перехода для каждого учащегося специального образования, заканчивающего среднюю школу

58% молодых людей с аутизмом, согласно их учителям, имели план перехода к требуемому возрасту.

Источник: National Autism Indicators Report Transition into Young Adulthood. Эй Джей. Институт аутизма Дрекселя, Университет Дрекселя.

Планирование перехода и IEP

Как указано в Разделе 300.43 IDEA, переходные услуги означают скоординированный набор действий для ребенка, который...

1. Разработан в рамках процесса, ориентированного на результат, который направлен на улучшение академических и функциональных достижений ребенка, чтобы облегчить переход ребенка от школы к внешкольной деятельности, включая:

- Высшее образование
- Профессионально-техническое образование
- - Интегрированное трудоустройство (включая трудоустройство с поддержкой)
- Непрерывное образование и образование для взрослых
- Услуги для взрослых
- Самостоятельное проживание или
- Участие в сообществе

2. Основывается на индивидуальных потребностях ребенка с учетом его сильных сторон, предпочтений и интересов и включает:

- Инструктаж
- Связанные услуги
- Опыт сообщества
- Развитие трудоустройства и других жизненных целей взрослых после окончания школы
- - При необходимости приобретение повседневных жизненных навыков и проведение функциональной профессиональной оценки

План перехода находится в стадии разработки, его следует проверять и анализировать несколько раз в год. Вы и ваш ребенок будете продолжать учиться и расти во время этого процесса. Вам нужно будет соответствующим образом скорректировать этот план.

Подготовка к собранию по переходному IEP

Как можно раньше, ещё до первой встречи вы должны поговорить с ребёнком о том, что он или она может захотеть делать в будущем. Находясь в обществе, вы можете определить различные работы или занятия, которые могут заинтересовать его или ее. Важно помнить, что будущее может показаться пугающей темой для обсуждения подростками с аутизмом, и они могут быть не готовы к этому. Некоторые семьи говорили, что они запланировали определенный день недели и определенное время для обсуждения планов на будущее со своим ребенком. Это помогло обеспечить структуру и временные рамки для обсуждения деликатной темы. Это также дало ребенку время подготовиться к тому, чем он или она собирались поделиться во время этих сессий



Если вы разработали лично-ориентированный план или хотите внедрить лично-ориентированный подход, лучшее время для этого — до совещания по переходному IEP. Информация, полученная из лично-ориентированного плана, должна быть доведена до группы по переходному IEP до совещания. Есть также несколько инструментов, которые помогут подготовиться к собранию: два таких инструмента: It's My Choice, рабочая тетрадь по переходу от Совета губернатора Миннесоты по проблемам развития; и глава 3 книги Keeping It Real на веб-сайте Центра Элизабет М. Боггс по нарушениям развития. Оба можно найти в разделе ресурсов этого буклета

Оценка

При подготовке к собранию ваш школьный округ также может провести несколько оценок, о которых следует заранее сообщить вам и вашему ребенку. Некоторые из оценок приведены ниже:

Оценка I уровня:

- Родители, учащиеся и учителя заполняют анкету, чтобы помочь им сосредоточиться на долгосрочных карьерных целях учащегося.
- Помогает изучить возможные области интересов, которые можно использовать в плане перехода.
- Должна обновляться ежегодно. Оценка II уровня:
- Родители, учащиеся и учителя дают обратную связь относительно навыков и способностей учащегося по сравнению с его или ее сверстниками.
- Часто может помочь определить области, в которых можно развить дополнительные навыки.

Оценка II уровня:

- - Родители, учащиеся и учителя дают обратную связь относительно навыков и способностей учащегося по сравнению с его или ее сверстниками.

- Часто может помочь определить области, в которых можно развить дополнительные навыки.

Оценка III уровня:

- Учащийся пробует разные области работы в разных условиях с надлежащей поддержкой (ситуационная оценка).
- Позволяет студентам получить некоторый практический опыт работы и увидеть, что им нравится и в каких областях они преуспевают.
- Присутствующий персонал оценивает реакцию учащегося на каждую окружающую среду.
- Для учащихся, которые плохо справляются с тестами или преуспевают в тестовой среде.

Оценка навыков на базе сообщества, разработанная для Autism Speaks в рамках контракта с Реабилитационным исследовательским и учебным центром Университета Содружества Вирджинии, может помочь вам и команде вашего ребенка разработать всесторонний персонализированный план перехода путем оценки его или ее текущего уровня навыков и способностей, начиная с возраста 12 лет и продолжаясь во взрослой жизни. Приложение для CSA скоро появится! Узнайте больше на autismspeaks.org/csa.

Жизнь всех взрослых, с аутизмом или без, во многом состоит из этого непрерывного процесса выявления и внесения корректировок, когда это необходимо. У каждого человека с аутизмом есть свой путь; внесение корректировок — это путешествие.

— Валери Парадиз, Ph.D

Подготовка вашего ребенка к встрече по переходу

Собрание по переходу — идеальное место для того, чтобы ваш ребенок поработал над своими навыками самоадвокации. Убедитесь, что он или она вовлечены в процесс перехода, — это отличный способ для вашего ребенка научиться выражать свои мысли и чувства по поводу планов на будущее. Темы, которые вы, возможно, захотите обсудить со своим ребенком перед встречей, включают его или ее аутизм, права и идеи по адаптации среды, чтобы облегчить помощь в оказании максимальной возможной поддержки. Убедитесь, что он или она понимает, что такое IEP и какова цель встречи, насколько позволяет его или ее функциональный уровень. Для тех, у кого ограничены вербальные способности, могут быть полезны изображения или письменные утверждения. Как и при переходе к любому другому новому виду деятельности, подготовьте ребенка заранее к собранию по IEP и опишите его цель. Его или ее участие может иметь разную степень ответственности. На начальном этапе и/или для учащихся с более низким когнитивным уровнем или стадией развития, ознакомления вашего ребенка с целью IEP может быть достаточно.



Диапазон участия может включать следующее:

- Учитель ненадолго приводит учащегося на собрание IEP, поощряя взаимодействие с некоторыми или всеми членами команды. Это знакомство может длиться всего несколько минут, когда учащийся просто говорит «привет» одному или двум членам команды IEP или помогает передать материалы.
- Учащийся выступает как равный член команды IEP. - Учащийся ведет собрание IEP при поддержке своего основного учителя вслух группе IEP, указывая сильные стороны и трудности в школе.
- - После получения данных от членов группы IEP перед собранием учащийся пишет разделы IEP для изменения и утверждения на собрании.
- Учащийся выступает как равный член команды IEP.
- Учащийся ведет собрание IEP при поддержке своего основного учителя.

Как и в случае с любым другим предметом, важно разработать план урока и предвидеть вопросы и опасения, которые могут возникнуть у учащихся, когда они работают над применением своих сильных и слабых сторон для создания собственного индивидуального обучения.

— Стивен Шор, Эд. Д., Спроси и скажи: Самоадвокация и раскрытие информации для людей в спектре аутизма

Встреча по переходу

Поскольку ваш школьный округ отвечает за координацию услуг по обеспечению перехода для вашего подростка, вы можете захотеть связаться со школьным округом до встречи, чтобы убедиться, что все сторонние организации или лица, которые могут предоставить свои ресурсы, были приглашены. Как вы можете догадаться, может потребоваться изрядное количество времени, чтобы скоординировать свои действия с теми, кому может понадобиться посетить собрание, поэтому вы можете поработать со своими школьными консультантами, чтобы начать процесс как можно раньше.

В совещании по переходному IEP может участвовать широкий круг людей, в том числе:

- Ученик (как полагается)
- Родители или опекуны
- Педагоги (специальное и общее образование)
- Администрация школы
- Поставщики сопутствующих услуг, такие как логопеды, консультанты по поведению и т.д.
- Представители внешних агентств, которые могут оказать поддержку в достижении пост-переходных целей, таких как Государственный отдел профессиональной реабилитации.
- Другие лица, которые могут поддержать вашего ребенка

Вы можете чувствовать себя перегруженным, сидя за столом со всеми этими людьми, которые дают рекомендации о будущем вашего ребенка. Помните, ничто не «высечено на камне», и план будет изменяться. Цели устанавливаются для того, чтобы двигаться вперед, и при правильном плане ваш

Во время встречи важно уважать желания и потребности вашего ребенка и призывать других делать то же самое. Старайтесь моделировать соответствующее поведение, отвечая на вопросы о своем ребенке вашему ребенку. Если у вашего ребенка возникают проблемы с ответом на вопрос, предоставьте визуальную поддержку или выбор, чтобы еще больше побудить его или ее быть активным участником собрания.

Многие родители хотят подчеркивать успехи своего ребенка, преуменьшая трудности. Полагая, что ваш ребенок овладел навыком, который может не демонстрироваться самостоятельно, вы оказываете ему или ей медвежью услугу. Освоенный навык должен выполняться правильно от начала до конца, без подсказок и поддержки. Это важный момент, о котором следует помнить.

Будьте готовы обсуждать широкий набор тем на встречах по переходу — планирование взрослой жизни требует сосредоточения внимания на трудоустройстве, жилье, жизни в обществе, послешкольном образовании, независимости и многом другом. Множество факторов влияют на создание жизни, которая позволит вашему ребенку быть максимально независимым и реализованным

Шаги для создания плана перехода

Было сформулировано несколько шагов, которые играют важную роль при разработке плана перехода:

1. Опишите сильные стороны учащегося и текущие уровни академических достижений и функциональных показателей.
2. Сформулируйте измеримые цели после окончания средней школы, основанные на сильных сторонах и проблемах учащегося.
3. Разработайте соответствующие подцели IEP, которые позволят учащемуся достичь своих целей после окончания средней школы.
4. Опишите услуги, необходимые для того, чтобы помочь учащемуся достичь желаемых целей после школы

В дополнение к формулировке целей план перехода должен включать логистическую информацию о том, как план будет реализовываться и контролироваться, например, график достижения целей, ответственные лица или агентства, для разъяснения того, как будут координироваться роли, и план определения услуг и поддержки после окончания учебы, включая методы получения финансирования для доступа к этим услугам.

Если вы не согласны с предлагаемыми услугами по переходу, вы можете попытаться достичь приемлемого соглашения со школьным округом. Если это невозможно, вы и ваша семья имеете право прибегнуть к посредничеству или беспристрастному слушанию дела

Варианты диплома

При планировании перехода очень важно различать типы дипломов, доступных для лиц с ограниченными возможностями в системе государственных школ (США). Некоторые учащиеся с аутизмом смогут получить аттестат об общем среднем образовании, в то время как другие могут работать стремиться к получению IEP, профессионального диплома или сертификата. В приведенном ниже списке перечислены некоторые из различных типов дипломов и возможности, которые они могут предоставить для получения высшего образования.

Помните, что в каждом штате есть разные варианты и руководства по дипломам, поэтому обязательно проконсультируйтесь с администрацией вашей школы:

Диплом средней школы: Этот диплом присуждается студентам, прошедшим необходимые курсы и сдавшим экзамены по ряду предметов. Он принят к поступлению повсеместно: в двух- и четырехгодичные колледжи, а также в военные училища и бизнес-школы.

Развитие общего образования (GED)

Диплом: Этот диплом выдается студентам, сдавшим экзамен GED. Он обычно принимается военными, ремесленными училищами и некоторыми младшими/общинными колледжами (которые иногда требуют дополнительной квалификации).

IEP/местный диплом или сертификат об окончании:

Этот диплом выдается студентам, достигшим целей на во время обучения по индивидуальным образовательным программам. Он не принимается при зачислении на какую-либо программу высшего образования без другого тестирования или сертификации.

Заключение

Опять же, долгосрочное планирование перехода — это непрерывный процесс, который отражает постоянное развитие и меняющиеся потребности вашего подростка. Учитывая, что процесс начинается в раннем подростковом возрасте, план должен быть достаточно гибким. Ваш ребенок будет продолжать расти и учиться в течение оставшихся школьных лет и далее, поэтому план должен быть гибким и время от времени изменяться, чтобы соответствовать его или ее меняющимся потребностям и целям.

Как только мы начали переходный процесс, я посмотрела на образование Стейси с другой точки зрения. Хотя учеба важна, мне нужно было работать с ней, чтобы сделать выбор в отношении того, как наилучшим образом использовать ее школьное время. Что было для нее важнее — определить сказуемое в предложении или отреагировать, когда с ней заговорил сверстник? Мы с мужем начали думать об образовании Стейси, задав вопрос: «Это навык или информация, которые она будет использовать, когда покинет школу?»

— Жаннет, мама Стейси, 14 лет

Как только фактический план будет завершен командой, он станет живым, развивающимся документом, который следует пересматривать и обновлять несколько раз в год, чтобы убедиться, что он отражает и удовлетворяет все потребности вашего ребенка и что в этом направлении достигается адекватный прогресс. Создав документ с ориентированными на результат целями, которые можно измерить, вы сможете более эффективно и действенно отслеживать прогресс вашего ребенка.

— Жизненный путь с аутизмом, Руководство по переходу к взрослой жизни от Организации по исследованию аутизма.

Научно-обоснованные признаки успеха после окончания школы

Ohio Employment First Transition Framework Evidence Based Predictors Tool

ohioemploymentfirst.org

Признак первый: Сети сотрудничества для поддержки студентов

Исследования показывают, что молодежи полезно иметь сеть поддержки. И «формальные» (на базе агентства) сети и «неформальные» (друзья, семья, члены сообщества) сети способствовали успеху молодежи.

Признак второй: Индивидуальное развитие карьеры

Карьерное развитие относится к процессу, используемому человеком для формирования рабочей идентичности. Это непрерывный и длящийся всю жизнь процесс. Индивидуальное карьерное развитие означает, что стратегии, поддержка и услуги выбираются в соответствии с тем, как молодежь учится, а также обеспечивается доступ к карьере, которая отражает предпочтения, интересы и навыки молодежи.

Признак третий: Подлинный опыт работы в сообществе

В школьные годы участие в реальной работе, которая очень напоминает взрослую среду, было определено как важный признак, предвещающий успех во взрослом возрасте.

Признак четвертый: Социальное и социально-эмоциональное обучение и навыки

Социальные компетенции имеют решающее значение для успешного участия в жизни взрослого сообщества. Работодатели сообщают, что неспособность оправдать социальные ожидания общества и рабочего места остается основной причиной, по которой работники (инвалиды или нет) теряют работу

Признак пятый: Академическое, профессиональное, специальное образование и подготовка

Молодежи с ограниченными возможностями требуется хорошо продуманная, скоординированная и уникальная программа обучения

и подготовки. Программа требует соблюдения аспектов академической подготовки, а также профессиональной/специальной подготовки.

Признак шестой: Поддерживающее родительское участие и ожидания

Участие родителя, опекуна или другого опекуна имеет важное значение для постоянного успеха человека. Участие означает, что родители/семьи/опекуны являются активными и осведомленными участниками во всех аспектах планирования перехода. Родительское влияние также включает в себя ожидания семьи.

Признак седьмой: Самоопределение, обучение навыкам самостоятельной жизни и формирование навыков

Успешный взрослый придерживается самоуправления и направления, часто называемого самоопределением. Многие навыки могут способствовать развитию самоопределения, например, способность делать выбор, решать проблемы, ставить цели, оценивать варианты, проявлять инициативу для достижения целей и принимать последствия действий.

Признак восьмой: Инклюзивные практики и программы

Участие в инклюзивной среде в школьные годы дает возможность подготовиться к интеграции во взрослое сообщество. Инклюзивные практики относятся к вовлечению и участию, а не просто к доступу к окружающей среде.

Юридические вопросы, которые следует учитывать при планировании на будущее

Возможно, вы долгое время подсознательно избегали темы долгосрочного планирования. В этом нет ничего необычного. Вы можете внезапно почувствовать, что вернулись к начальным этапам принятия диагноза. Может быть полезным напомнить себе, что с планированием вы начнете чувствовать себя намного лучше в отношении того, что ждет вас впереди!

Изменения происходят, когда человек с аутизмом достигает совершеннолетия, которое в большинстве штатов составляет 18 лет. Родители больше не имеют законных прав, которыми они обладали на протяжении всей юности своего ребенка. Это может касаться доступа к конфиденциальной медицинской информации и школьным записям.

Может быть трудно сделать первые шаги в планировании будущего вашего ребенка. Приняв меры на раннем этапе, вы можете помочь защитить будущее благополучие вашего ребенка и немного расслабиться.

Прежде чем ваш ребенок достигнет совершеннолетия, мы предлагаем вам проконсультироваться со специалистами: адвокатами, специалистами по финансовому планированию и другими лицами, которые могут помочь вам принять важные решения относительно будущего вашего ребенка.

Многие из этих тем связаны с государственными программами, и каждый штат США устанавливает свои собственные правила. Вы можете обратиться за советом в органы, работающие на территории своего штата.

При планировании перехода во взрослую жизнь следует подумать о нескольких важных юридических вопросах, включая законы о медицинском страховании, трасты для лиц с особыми потребностями и многое другое. В этом разделе представлен обзор этих тем. Дополнительную информацию можно найти на веб-сайте Autism Speaks.



Медицинская страховка

Очевидно, что ключевым компонентом, о котором нужно подумать для взрослой жизни вашего ребенка, является медицинская страховка. Одно из наиболее значительных изменений в законодательстве о здравоохранении, внесенное в соответствии с Законом о доступном медицинском обслуживании 2010 года, заключается в том, что страховщики теперь должны покрывать медицинские потребности лиц на иждивении у родителя или опекуна в возрасте до 26 лет, а не 18 лет. Страховщики не могут отказать или ограничить покрытие на основании определенных факторов, касающихся статуса ребенка. Чтобы узнать, предлагает ли ваш план или полис покрытие для иждивенцев, ознакомьтесь с материалами плана или обратитесь к своему страховщику или работодателю.

Еще одно существенное изменение в Законе о доступном медицинском обслуживании заключается в том, что страховщики больше не могут отказывать в покрытии ранее существовавших заболеваний, даже если вам было отказано в страховом покрытии в прошлом. Диагноз аутизм рассматривается как ранее существовавшее заболевание во многих штатах, и в соответствии с новым законом это не повлияет на доступ вашего ребенка к медицинскому страхованию.

Закон о доступном медицинском обслуживании также позволяет штатам выбирать, следует ли расширять свои программы Medicaid для взрослых с низким доходом, многие из которых никогда раньше не имели права на страховое покрытие. Новый закон позволяет штатам расширить охват Medicaid для большинства взрослых с доходом до 138 процентов от уровня бедности. Вы можете узнать больше об этих вариантах и зарегистрироваться в Medicaid по адресу healthcare.gov. Кроме того, Программа

медицинского страхования детей (CHIP) предоставляет недорогое медицинское страхование семьям, которые зарабатывают слишком много денег, чтобы претендовать на Medicaid. Каждый штат предлагает покрытие CHIP. Чтобы узнать, если ваш ребенок имеет право на получение CHIP, вы можете посетить insurekidsnow.gov.

Опека

С точки зрения закона, даже лицо со значительным отклонением в развитии, когнитивным или психическим здоровьем имеет законное право принимать решения от своего имени в возрасте совершеннолетия.

Единственный способ, которым родители могут продолжать принимать решения за своего ребенка, — это стать его законным опекуном. Есть несколько вариантов для рассмотрения:

Опекунство — это установленное судом соглашение, при котором одно лицо наделяется законными полномочиями принимать решения от имени другого лица, которое суд признал «недееспособным». Полномочия опекуна по принятию решений распространяются на все области, определенные судом.

Есть два типа опекунов. Ограниченный опекун может принимать решения только в некоторых конкретных областях, таких как медицинское обслуживание. Это может быть уместно, если человек с аутизмом может принимать некоторые решения самостоятельно. Общий опекун имеет широкий контроль и полномочия по принятию решений в отношении человека. Это может быть подходящим вариантом, если у человека имеется значительная умственная отсталость или психическое заболевание, и в результате он не может осмысленно участвовать в принятии важных решений, затрагивающих его или ее.

При консерваторстве опекун управляет финансами (доходами и активами) человека с ограниченными возможностями. Консерватор

не имеет права принимать личные решения (медицинские, образовательные и т.д.) за лицо, средствами которого он распоряжается.

С доверенностью (POA) ваш ребенок должен будет назначить вас уполномоченным лицом для принятия решений от его или ее имени в соответствии с условиями, согласованными в юридическом документе. В отличие от опеки, с доверенностью, суды не задействованы, и договоренность часто проще и легче изменить. Человек сохраняет больший контроль над решениями, чем в случае опекуна, и, как следствие, этот вариант более распространен среди более независимых людей.

Решение о необходимости опекуна

Для родителей решение об опекуне может быть трудным. Вам нужно защитить своего сына или дочь с аутизмом, но могут быть некоторые области, в которых он или она могут принимать правильные решения.

К счастью, законная опека не является предложением вида «все или ничего». Можно выделить несколько областей, в которых ваш ребенок сможет сохранить за собой важные права принятия решений и контроля над своей собственной жизнью. Размышляя о том, какой авторитет вам нужен и сколько независимости должны сохранить ваш сын или дочь, вы должны начать с оценки различных областей, в которых вашему сыну или дочери может понадобиться помощь.

Приведенный ниже список охватывает некоторые из этих областей — для каждой области оцените, может ли он или она сделать следующее:

Медицина

- Обратитесь за медицинской помощью, когда он или она болен или ранен.
- Взвесьте риски и преимущества любой конкретной медицинской процедуры, которая предлагается.

- Поймите необходимость регулярного медицинского обслуживания.
- Подумайте о том, что даже если медицинская процедура болезненна или неприятна, она все равно может быть необходима.
- Оцените, желательна ли конкретная процедура, даже если она может иметь неприятные побочные эффекты.
- Предоставьте достоверную информацию о состоянии здоровья своего ребенка.
- Следуйте медицинским советам.

Образование

- Поймите суть его или ее проблем с обучением и разберитесь с услугами, необходимыми для эффективного обучения.
- Отстаивайте права ребенка, чтобы получить необходимые образовательные услуги.

Финансы

- Изучите финансовые основы, в том числе назначение денег, как считать деньги и как обменивать деньги.
- Охраняйте его или ее деньги, чтобы они не были потеряны или украдены.
- Формируйте бюджет, чтобы в конце месяца были средства для оплаты расходов.

Профессиональные услуги/услуги для взрослых

- Подайте заявку на получение услуг в Департаменте по обслуживанию инвалидов, Департаменте психического здоровья или другом агентстве (актуально для США), которое обслуживает людей с ограниченными возможностями.
- Получите доступ к необходимым услугам и поддержке, таким как профессиональное обучение, помощь в трудоустройстве или дневная программа реабилитации.
- Проведите переговоры с агентством, осуществляющим надзор за уходом за детьми, чтобы получить наилучшие услуги.

Условия проживания

- Обеспечьте ему или ей персональный физический уход и комфорт, например, за счет покупки надлежащей еды, одежды и кроватки.
- Гармонично живите в коллективе, уважая потребности других в тишине, уединении и чистоте.

Правовые вопросы и принятие решений

- Изучите последствия подписания документов.
- Принимайте взвешенные решения в таких важных областях, как условия проживания, учебы и работы.

Забота о себе и безопасность

- Освойте навыки личной безопасности, такие как избегание опасных зон, избегания контакта с незнакомцами и закрывание дверей.
- Знайте, как вызвать помощь в чрезвычайной ситуации, такой как пожар или авария.
- овладейте базовыми навыками безопасности, такими как осторожность у огня, печей, свечей и т.д.

Коммуникация

- Эффективно общайтесь (устно или другими средствами).
- Поймите, что у него или нее есть выбор, и будьте в состоянии выразить его.

Даже если вашему сыну или дочери нужна помощь по какому-либо из вышеперечисленных вопросов, вам также следует подумать о том, можно ли ему или ей помочь любыми иными способами, кроме опеки. Например, иногда человек, нуждающийся в помощи для принятия медицинских решений, может назначить медицинского агента, действующего от его или ее имени. Лицо, получающее государственные пособия, такие как Дополнительный доход (SSI) или Социальное страхование по нетрудоспособности (SSDI), может поручить управление представителю.

Получение опекуна

Для получения опекуна по закону адвокат не требуется, но вы можете подумать о найме адвоката, обладающего опытом в этой области. Каждая семья уникальна тем, что в процессе необходимо сделать много важных выборов и решений, и адвокат может помочь вам с ними. Вы можете найти адвоката в вашем регионе, посетив Справочник по ресурсам Autism Speaks по адресу autismspeaks.org/resource-guide.

Консерваторство

Заявление о консерваторстве должно быть подано в Суд по наследственным делам Верховного суда, по месту жительства на основании почтового индекса. Большинство судов используют формы судебных советников и местные формы для суда. Консерваторство – это процесс на всю жизнь. Консерватор должен подчиняться суду на протяжении всей жизни человека



Трасты для особых нужд

Приведенная ниже информация взята из юридического руководства Autism Speaks, предоставленного юридической фирмой Goodwin Procter LLP:

«Траст для особых нужд — это траст для хранения активов бенефициара с особыми потребностями. Такие трасты могут использоваться для лиц, получающих общественные пособия, такие как SSI или Medicaid, чтобы увеличить свой доход, не влияя на право на получение пособий.

Доверительный фонд для лиц с особыми потребностями может гарантировать, что деньги будут доступны для вашего ребенка на протяжении всей его или ее жизни и что эти деньги не повлияют на его или ее доступ к пособиям. Доверенное лицо, часто родитель, назначается для управления трастом в интересах ребенка».

Как правило, существует два вида трастов для особых нужд:

- 1) Траст третьей стороны для лиц с особыми потребностями предназначен для хранения имущества, предоставленного кем-то, кроме бенефициара с особыми потребностями. Родитель, опекун или не опекун, или кто-либо еще может вложить деньги в траст на благо человека.
- 2) Самостоятельный траст для лиц с особыми потребностями предназначен для хранения имущества, принадлежащего физическому лицу.

Нужен ли вашему ребенку траст для особых нужд? Вот некоторые моменты, которые следует учитывать при ответе на этот вопрос:

- Диагностика не требуется.
- Подумайте, может ли ваш взрослый ребенок распоряжаться своими контрактами и финансами, противостоять мошенничеству и

неправомерному влиянию.

- Подумайте о том, чтобы нанять адвоката. В процессе предстоит сделать много важных выборов и решений.
- Трасты для особых нужд должен стоять отдельно от любого другого трастового фонда, который может иметь ваша семья.
- Траст является безотзывным на имя вашего ребенка после его финансирования. Но траст владеет активами, а не ребенком.

Программы поддержки

Администрация социального обеспечения (SSA) имеет два вида пособий для людей с ограниченными возможностями старше 18 лет: Дополнительный социальный доход (SSI) и социальное страхование по нетрудоспособности/пособия для взрослых детей-инвалидов (SSDI). Чтобы ваш ребенок мог претендовать на участие в этих программах, он или она должны соответствовать определению инвалидов, установленному Управлением социального обеспечения.

Определение инвалидности, данное SSA, таково: неспособность заниматься какой-либо существенной деятельностью, приносящей доход, по причине определяемого с медицинской точки зрения физического или умственного расстройства, которое, как ожидается, приведет к смерти или продолжалось или может продолжаться в течение непрерывного периода времени, не превышающего менее 12 месяцев. (Существует фактическое число, которое используется для измерения существенной прибыльной деятельности, и оно меняется в зависимости от года).

SSA проверит, входит ли инвалидность вашего ребенка в список состояний, которые считаются «тяжелыми», и не помешает ли инвалидность ему или ей работать в течение года или более.

Не все дети, получающие услуги специального образования, могут считаться инвалидами в соответствии с определением SSA. Даже если ваша семья получает пособие SSI для вашего ребенка, когда ему или ей еще не исполнилось 18 лет, вам нужно будет пройти процедуру повторного определения, чтобы сохранить его или ее пособие SSI во взрослом возрасте.

Чтобы определить, соответствует ли ваш ребенок критериям, вы должны предоставить его или ее подробную медицинскую карту вместе со списком всех текущих лекарств, а также всех врачей, больниц, клиник и специалистов, которых он посещал. Кроме того, ему или ей будет предложено пройти обследование, оплачиваемое SSA. Этот процесс может занять несколько месяцев.

Доход социального обеспечения (SSI)

Программа SSI доступна для людей, чья инвалидность не позволяет им заниматься оплачиваемой работой. Чтобы иметь право на участие, ваш ребенок не должен иметь более 2000 долларов в исчисляемых активах и должен иметь ограниченный ежемесячный доход.

В возрасте 18 лет доход и ресурсы вашей семьи не учитываются, даже если ваш ребенок продолжает жить дома. Сумма пособий определяется рядом факторов, в том числе местом проживания вашего ребенка и каким другим доходом он или она может обладать.

Социальное страхование по инвалидности (SSDI)

SSDI предоставляет надбавки к доходу людям, которые ограничены в возможности трудоустройства из-за инвалидности. В отличие от SSI, это пособие доступно независимо от дохода и ресурсов человека.

Любой человек, чья инвалидность развилась до 22 лет, а родитель или опекун либо умер, либо получает пенсионное пособие по социальному обеспечению или пособие по инвалидности, может претендовать на форму страхования под названием «Пособия для взрослых детей-инвалидов».

Представитель получателя платежа

SSA назначает администратора, называемого представителем-получателем, для всех бенефициаров, которые не в состоянии управлять своими собственными пособиями SSI или SSDI. Если вы хотите стать представителем-получателем пособий на вашего ребенка, вы должны лично подать заявление в SSA. Вы можете быть установлены как получатель платежа без получения опекуна над вашим ребенком. Если он или она не имеет дохода или ресурсов, помимо пособий по социальному обеспечению, вы можете предпочесть избежать назначения опекуна и вместо этого использовать более простой процесс получения прав представителя.

Важно вести тщательный учет ежемесячного дохода вашего ребенка и своевременно сообщать о нем в SSA. Копия всего, что вы отправляете в SSA, должна сохраняться у вас.



В возрасте 18 лет доход и ресурсы вашей семьи не учитываются, даже если ваш ребенок продолжает жить дома. Сумма пособий определяется рядом факторов, в том числе местом проживания вашего ребенка и каким другим доходом он или она может обладать.

Социальное страхование по инвалидности (SSDI)

SSDI предоставляет надбавки к доходу людям, которые ограничены в возможности трудоустройства из-за инвалидности. В отличие от SSI, это пособие доступно независимо от дохода и ресурсов человека. Любой человек, чья инвалидность развилась до 22 лет, а родитель или опекун либо умер, либо получает пенсионное пособие по социальному обеспечению или пособие по инвалидности, может претендовать на форму страхования под названием «Пособия для взрослых детей инвалидов».

Представитель получателя платежа

SSA назначает администратора, называемого представителем-получателем, для всех бенефициаров, которые не в состоянии управлять своими собственными пособиями SSI или SSDI. Если вы хотите стать представителем-получателем пособий на вашего ребенка, вы должны лично подать заявление в SSA. Вы можете быть установлены как получатель платежа без получения опекунов над вашим ребенком. Если он или она не имеет дохода или ресурсов, помимо пособий по социальному обеспечению, вы можете предпочесть избежать назначения опекуна и вместо этого использовать более простой процесс получения прав представителя.

Важно вести тщательный учет ежемесячного дохода вашего ребенка и своевременно сообщать о нем в SSA. Копия всего, что вы отправляете в SSA, должна храниться у вас.

Обжалование решений

Если SSA отклоняет заявление вашего ребенка на получение пособий SSI или SSDI или просто сокращает размер пособий, вы можете предпринять несколько шагов, чтобы отменить решение. Существует четыре уровня процесса апелляции, описанные ниже. У бенефициаров есть 60 дней для подачи апелляции на каждом уровне процесса апелляции:

Пересмотр: Вы можете попросить, чтобы дело вашего ребенка было рассмотрено лицом, которое первоначально приняло его решение.

Апелляционное слушание: Если вам снова откажут в выплате пособий при пересмотре, вы можете запросить проведение слушания перед судьей по административным делам, который выслушает свидетельские показания и рассмотрит любые дополнительные документы, которые могут помочь в деле вашего ребенка. На это слушание вы имеете право привести представителя.

Рассмотрение Апелляционным советом: Вы имеете право обжаловать решение Административного Судьи в Апелляционном совете, который рассмотрит ваше дело, но не заслушает новые показания.

Федеральный суд: Если Апелляционный совет отклонит ваше заявление, вы можете подать апелляцию в судебную систему США

Преимущества Medicaid

Лица, имеющие право на SSI, имеют право на получение Medicaid, которая оплачивает широкий спектр услуг для людей с ограниченными возможностями и обеспечивает государственное медицинское страхование для детей и взрослых с ограниченными финансовыми ресурсами. Medicaid также обеспечивает государственное финансирование долгосрочных услуг и поддержки.

Право на участие в программе Medicaid:

Категориальное: Лица, относящиеся к определенной категории, для которых федеральный закон разрешает страховое покрытие (в возрасте 65 лет и старше, слепые, инвалиды и т.д.)

Финансовое: Лица, доходы и активы которых не превышают установленного государством порога.

Услуги Waiver на дому и по месту жительства

В прошлом финансирование Medicaid было ограничено теми, кто проживает в учреждениях определенного типа. Но теперь, благодаря использованию Medicaid Home и Community-Based Waivers, люди с аутизмом и другими нарушениями могут использовать эти средства более гибко. Услуги Waiver являются опцией, доступной для штатов США для предоставления интегрированных услуг долгосрочного ухода и поддержки по месту жительства квалифицированным получателям Medicaid. Программы «отказываются» от некоторых правил Medicaid, чтобы обслуживать детей и взрослых, которые в противном случае нуждаются в стационарном уровне ухода, чтобы вместо этого они могли обслуживаться дома или в сообществе.

Эти программы могут предоставлять сочетание как традиционных медицинских услуг (стоматологические услуги, услуги квалифицированного медицинского персонала), так и немедицинских услуг (отдых, ведение пациентов, изменение окружающей среды и т.д.). Члены семьи и друзья могут быть поставщиками услуг Waiver, если они соответствуют указанным требованиям.

Каждое государство устанавливает свои правила.

Во всех штатах США действуют программы HCBS для людей с отклонениями в развитии (в некоторых штатах также действуют особые варианты отказа от HCBS для людей с аутизмом). Услуги в рамках отказа от HCBS различаются в зависимости от отказов и штатов, но могут включать кратковременное пребывание, поддержку в трудоустройстве, услуги по месту жительства (например, групповые дома, поддерживаемое проживание и т.д.), поддержку семьи и многие другие виды поддержки сообщества.

Агентство штата Medicaid или агентство этих программ. Лица, заинтересованные в услугах по отказу от обязательств, должны связаться с этими агентствами, чтобы узнать о регистрации и/или включении их имени в список ожидания.

штата по делам нарушений развития обычно несут ответственность за работу, соответствие требованиям и регистрацию

Другие юридические аспекты

- - Получите государственное удостоверение личности или водительское удостоверение в Бюро транспортных средств.
- - Зарегистрируйтесь для избирательных услуг. (Обратите внимание, что все мужчины, независимо от инвалидности, должны зарегистрироваться для участия в избирательной службе в возрасте 18 лет.
- - Они могут зарегистрироваться в почтовом отделении или онлайн на сайте sss.gov).
- - Зарегистрируйтесь, чтобы проголосовать.
- - Изучите варианты перемещения, включая обучение в автошколе.
- - Закон США о достижении лучшего жизненного опыта (ABLE) от 2014 года

Закон о достижении лучшего жизненного опыта (ABLE), принятый Конгрессом и подписанный президентом Обамой в декабре 2014 года, позволяет людям с инвалидностью и их семьям создать специальный сберегательный счет для расходов, связанных с инвалидностью, по аналогии с текущими сберегательными планами пункта 529 на образование, которые помогают семьям откладывать деньги на колледж.

Доходы на счете ABLE не облагаются налогом, и средства на счете, как правило, не учитываются для программ SSI, Medicaid и других федеральных пособий с проверкой нуждаемости, которые обычно ограничиваются (обычно в \$2000) суммой, которую может сэкономить человек с инвалидностью. Подходящим лицом является лицо, которое становится инвалидом до 26 лет и (1) получает SSDI или SSI; или (2) подает справку об инвалидности в соответствии с правилами IRS. Расходы в пользу инвалида включают образование, жилье, транспорт, профессиональную подготовку и поддержку; вспомогательные технологии и услуги индиви-

дуальной поддержки; здоровье, профилактика и благополучие; финансовый менеджмент и административные услуги;

юридические услуги; расходы на надзор и мониторинг; расходы на похороны и погребение; и любые другие расходы, утвержденные в соответствии с правилами. Важно помнить, что отдельные штаты могут поразному регулировать учетные записи ABLE. Вы можете узнать больше о законе ABLE и проверить его статус в вашем штате на autismspeaks.org/advocacy/federal/able.

Письмо о намерениях

Письмо о намерениях — это документ, написанный вами (родителем или опекуном) или другим членом семьи, в котором описывается история вашего сына или дочери, текущий статус и ваши надежды на его или ее будущее.

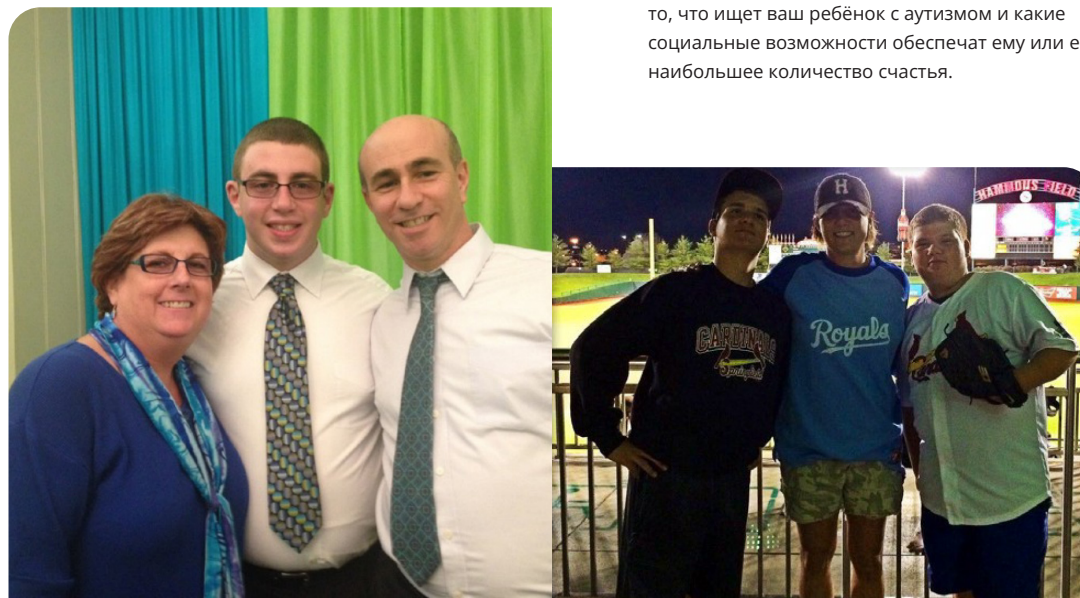
Возможно, вы захотите начать письмо сейчас и дополнять его по прошествии лет, обновляя его по мере изменения информации о вашем ребенке. Также хорошей идеей будет привлечь ребенка к написанию письма, чтобы письмо действительно «презентовало» и представляло вашего ребенка в меру его или ее способностей. После этого письмо будет готово в любой момент для использования всеми лицами, которые будут заниматься уходом за вашим сыном или дочерью, если вы сами заболите или станете инвалидом, или когда вы умрете.

Письмо не является юридическим документом, но оно может предоставить судам и другим лицам представление и информацию о наилучшем возможном уходе за вашим ребенком.

Заключение

Как видите, при долгосрочном планировании будущего вашего ребенка необходимо учитывать множество факторов. Эта информация может показаться чрезмерной, но если вы начнете раньше, вы почувствуете себя лучше подготовленными к моменту, когда он или она перейдет во взрослую жизнь. Определение финансов, льгот и принятие решений или даже начало разговора об этих важных вопросах, когда ваш ребенок еще мал, может помочь заранее обеспечить его необходимыми услугами и поддержкой. Имейте в виду, что вы уже успешно провели своего ребенка через систему специального образования и другие моменты, связанные с детством, теперь пришло время для второго шага.

Приложив усилия и труд, вы можете быть уверены, что ваш ребенок будет так же подделжан и обеспечен, как и взрослый!



Жизнь в обществе

Планируя переход во взрослую жизнь, важно помнить, что интеграция в общество является ключевым компонентом счастья и независимости в жизни взрослых с аутизмом. Вы можете заранее подумать о том, чтобы познакомить своего ребенка с членами сообщества. По мере того, как ваш ребенок становится старше, вам и его или ее воспитателям может потребоваться проявить творческий подход в своих действиях по созданию возможностей для социального взаимодействия.

Независимо от того, контактирует ли ваш ребенок с упаковщиком в продуктовом магазине или регулировщиком возле своей школы, эти регулярные контакты являются основой для того, чтобы быть частью сообщества. Это только начало. Связи в сообществе могут развиваться в разное время на разных уровнях.

Для всех что-то найдется. Просто может потребоваться немного больше усилий, чтобы найти то, что ищет ваш ребенок с аутизмом и какие социальные возможности обеспечат ему или ей наибольшее количество счастья.

Выбор правильных занятий

Доступен ряд программ, которые варьируются от спортивных до творческих, от индивидуального обучения до полного включения, от развлекательных до соревновательных. Некоторые вещи, о которых вы, возможно, захотите подумать:

Что любит и не любит ваш ребенок?

Что будоражит вашего ребенка или мотивирует его или ее?

Каковы ваши цели для вашего ребенка в этом виде деятельности? (Например, чтобы пообщаться, научиться играть, развить хобби, укрепить имеющийся навык и т.д.)

Какие трудности у вашего ребенка?

Есть ли у вашего ребенка проблемы с поведением, которые могут помешать ему или ей участвовать в определенных видах деятельности?

Нужна ли вашему ребенку индивидуальная помощь для участия?

Ответы на эти вопросы помогут вам и вашему ребенку решить, какие занятия сделают его или ее самым счастливым, а какие больше всего помогут в интеграции в общество.

Общественная деятельность

В большинстве сообществ есть много возможностей для людей с аутизмом. Они включают:

Общественные/частные объекты: бассейны, парки, молодежные волонтерские организации, фитнес-клубы, программы в местных университетах

Упражнения и спорт

Хобби, игры, декоративно-прикладное искусство

Социальные мероприятия

Деятельность молодежных групп или религиозных сообществ

Специальная Олимпиада

Раздел II Закона об американцах-инвалидах (ADA) запрещает дискриминацию лиц с инвалидностью со стороны любого государственного или местного органа власти. Дополнительные идеи для занятости можно найти, связавшись с местными органами власти, например, с отделом парков и отдыха в вашем городе.

Подготовьте своего ребенка к участию в этих видах деятельности с помощью социальных историй, расписаний, формирования ожидаемого поведения и т.д. В некоторых случаях может быть полезно иметь помощника, который знает вашего ребенка, чтобы сопровождать его или ее на занятия, чтобы убедиться, что участие в мероприятии будет успешным. Кроме того, прежде чем зарегистрироваться для участия в мероприятии, важно поговорить с руководителем мероприятия о положительных качествах вашего ребенка, а также о его или ее проблемах. Если необходимо, спросите, можете ли вы привести его или ее на пробу, и договоритесь о наиболее удобном времени.

Список возможностей для отдыха в вашем районе можно найти в Руководстве по ресурсам Autism Speaks по адресу autismspeaks.org/resource-guide. Вы также можете найти в базе данных Autism Speaks Grants развлекательные

программы, которые Autism Speaks финансирует для молодых людей рядом с вами, по адресу science.grants.autismspeaks.org/search.

Ниже приведен пример жизненного опыта Робин Шнайдер, матери Алекса и Джейми, двух молодых людей с аутизмом. Робин — автор книги «Тихий бег: Путешествие нашей семьи к финишу с аутизмом». Ему 16 лет, высокий, стройный и красивый. Год назад он начал бегать, а сейчас пробегает мило за 6 минут и 30 секунд, участвует в гонках по всему Лонг-Айленду, выигрывал трофеи и награды, а в недавнем забеге финишировал 90-м из 1183 бегунов. Это мой сын Алекс, и у него аутизм.

Алекс и его брат-близнец Джейми, который тоже имеет аутизм и пробегает мило за 8:30, участвуют в массовых соревнованиях по всему Лонг-Айленду. Они могут сделать благодаря помощи и самоотверженности бегового клуба Rolling Thunder, где опытные бегуны добровольно оказывают индивидуальную поддержку детям с особыми потребностями в гонках по всей стране.

Когда они только начинали, их тренеры держали их за руки во время бега с ними, не зная, чего ожидать, поскольку и Алекс, и Джейми имеют ограниченную речь и поведение, которое часто может быть непредсказуемым. Вскоре тренеры смогли их отпустить и бежать с ними бок о бок. Теперь, всего за год с небольшим, Алекс и Джейми участвовали в 15 гонках по всему Лонг-Айленду. Их первая гонка была 5 км (3,1 мили), и Алекс финишировал за 27:45, Джейми за 31:24. Теперь в той же гонке на 5 км Алекс финиширует за 20:53, а Джейми за 25:35. Они также начали увеличивать свои дистанции в гонках на 10 км (6,2 мили). В последних 10 км Алекс финишировал за 43:28, а Джейми за 55:35. Они оба занимали призовые места в нескольких гонках, в том числе первое и второе место! Их трофеи и фотографии с гонок начали заполнять наш дом, и это прекрасно. Они даже были представлены в New York Times и в журнале Greater LI Running Club!

Дети с аутизмом обладают многими навыками, о существовании которых мы часто даже не подозреваем. Самое приятное в нашем новом открытии то, что Алекс и Джейми бегают вместе с типично развивающимися детьми и взрослыми.

Когда мы смотрим, аплодируем и с нервным нетерпением ждем, как они каждый раз пересекут финишную черту, мы так взволнованы и гордимся тем, что видим их вместе со всеми другими бегунами и осознаем их способность добиваться успеха в этом замечательном спорте на открытом воздухе. Лучшее всего — улыбки

до ушей на обоих лицах; они очень любят бегать! Теперь мы планируем нашу собственную гонку, чтобы повысить осведомленность об аутизме и помочь Школе Eden li's Genesis, программе исключительно для людей с аутизмом, которую Алекс и Джейми посещали с момента ее основания в 1995 году.

Мы пережили много трудных времен за эти годы, но есть одна вещь, которой мы научились, и это — продолжать исследовать внутренние таланты и навыки, которыми обладают наши дети. Год назад мы и не подозревали, что Алекс и Джейми могут так быстро бегать. Теперь, в сентябре этого года, мальчики будут включены в школьную команду по кроссу.

Инклюзивность в средней школе их округа превзошла все наши ожидания. Мы и не мечтали о таком! Самая большая радость для меня как для родителя — видеть, как счастливы наши мальчики. Мне, как родителю мальчиков, которые преимущественно не разговаривают, всегда было непросто оценить, что им нравится и не нравится. Но к счастью, мы понимаем их прекрасные улыбки, которые согревают наши сердца. Для нас это лучше, чем любые слова.

Если у вас есть ребенок с аутизмом или вы знаете кого-то, кто имеет аутизм, продолжайте изучать и никогда не переставайте мечтать! Вы никогда не знаете, что они могут сделать, если бы только им дали шанс, которого они заслуживают!

Обучение путешествиям

Вопрос перемещения является важной частью, позволяющей вашему ребенку интегрироваться в общество. Чтобы получить больше независимости и более широкий доступ к ресурсам сообщества, обучение путешествиям очень важно. Обучение путешествию должно начинаться в раннем возрасте, чтобы ваш ребенок был максимально подготовлен к жизни в обществе.

Вы должны знать, что вашему ребенку доступна подготовка к путешествию, и она может быть частью его или ее переходной ИЕР. Кроме того, ваше государственное управление профессиональной реабилитации может помочь с подготовкой вашего ребенка к поездкам на работу. Послешкольные программы часто также включают программу путешествий.

Обучение путешествию — это активный инструмент, который сыграет большую роль в развитии самостоятельности вашего ребенка. Некоторые люди с аутизмом могут быть весьма сообразительны в чтении карт, но они могут понятия не иметь, как спросить, сколько стоит билет. Другие могут знать о поездах все, но не умеют действовать в спешке при посадке на поезд или станции метро.

Для многих программ обучения путешественников обязательным условием является умение безопасно переходить улицу. Ваш ребенок может быть профессионалом в поездке на поезде, но часто навык, который кажется таким простым, вроде перехода улицы, может быть трудным, особенно для людей с аутизмом, которые плохо понимают концепцию опасности. Убедитесь, что вы начнете обучать ребенка этому навыку как можно раньше. Зная, что он или она овладел этим навыком, вы будете чувствовать себя более непринужденно, когда ваш ребенок находится в обществе.

Комплексный подход к обучению полезен, потому что чаще всего при путешествии из одного места в другое задействовано много компонентов. Важно учитывать все эти факторы, влияющие на пользование общественным транспортом. Научите своего ребенка, что нужно делать в чрезвычайной ситуации во всех условиях, связанных с путешествием. Сообщите ему или ей, что делать, если он потерялся или сбился с толку. Обязательно объясните своему ребенку, что в некоторых системах общественного транспорта часто бывают задержки и что пробки могут повлиять на время, необходимое, чтобы добраться куда-то.

Возможно, вы захотите начать с малого, например, с еженедельной поездки на вокзал, и постепенно добираться до поездки на поезде до нужного пункта назначения. Чем раньше вы сможете начать с этих маленьких шагов, тем легче вашему ребенку будет ориентироваться в жизни общества, когда он или она вступит во взрослую жизнь.

Безопасность

Безопасность является очень серьезной проблемой для всех родителей, но особенно для родителей детей и подростков с аутизмом. Ваш ребенок может стремиться к большей независимости, и как родитель вы захотите способствовать этому росту. Но вы также можете быть обеспокоены многочисленными рисками, связанными с его или ее пребыванием в мире. Очень важно, чтобы подростки с аутизмом обучались технике безопасности как части навыков, которые им потребуются для повышения их самостоятельности.

Некоторые базовые навыки, которые следует учитывать, включают способность:

- идентифицировать незнакомцев;
- определить членов сообщества, которые могут предложить помощь;
- попросить о помощи;
- знать, что делать, когда он или она потеряется;
- сообщать имя, адрес, номер телефона и контактное лицо для экстренной связи — либо устно, либо с помощью карты;
- использовать мобильный телефон, чтобы звонить и отправлять текстовые сообщения;
- определить общественные и частные места;
- перемещаться по своему району, центру города и окрестностям безопасно.

Блуждание

Исследование, проведенное Interactive Autism Network в 2012 году, показало, что 49% детей с аутизмом склонны уходить из безопасного места. И, к сожалению, многие дети не избавляются от этой склонности, вступая во взрослую жизнь. Возможно, вы слышали в новостях некоторые трагические истории, которые происходят после того, как человек в спектре аутизма покидает свой дом, школу или компанию близких. Обучение навыкам, необходимым для предотвращения случаев бродяжничества в раннем возрасте, поможет обеспечить безопасность вашего ребенка, когда он или она окажется в обществе.

Важно, чтобы ваш ребенок знал, как идентифицировать работников экстренной службы, и понимал, что эти мужчины и женщины существуют для обеспечения безопасности сообщества, чтобы он или она чувствовали себя комфортно, обращаясь к ним, если возникнут какие-либо ситуации. Может быть полезно привести вашего ребенка в местный полицейский участок, чтобы познакомить его или ее с полицейскими-мужчинами и полицейскими-женщинами там, чтобы, если

они встретятся, когда в обществе возникнет проблема безопасности, обе стороны смогли достичь безопасного и эффективного решения как можно скорее. Предоставление работникам экстренных служб ключевой информации до возникновения инцидента может улучшить реагирование. Вы можете разработать информационные раздаточные материалы, содержащие всю необходимую информацию, для распространения среди работников экстренных служб, а также членов семьи, соседей, друзей и коллег. Они могут содержать информацию о проблемах вашего ребенка, других заболеваниях, наиболее эффективных способах общения с ним или с ней, любимых местах, где его или ее можно найти, и многое другое. Autism Speaks предлагает тренинги по технике безопасности, а также тренинги по оказанию первой помощи и предлагает широкий спектр ресурсов как для семей, так и для лиц, оказывающих первую помощь. Найдите их на autismspeaks.org/safety.

Предотвращение жестокого обращения

К сожалению, люди с ограниченными возможностями гораздо чаще становятся жертвами всех видов жестокого обращения, чем их типичные сверстники. О многих случаях жестокого обращения никогда не сообщается, потому что человек может не знать, что действия другого лица представляют собой жестокое обращение, может быть не в состоянии сообщить о насилии своим родителям или может стыдиться и не хотеть делиться информацией. Важно учить людей с аутизмом с раннего возраста отличать уместное и ненадлежащее обращение со стороны других людей, чтобы они могли легко определить, когда они подвергаются насилию, эмоциональному, физическому, сексуальному и т. д. Убедитесь, что ваш ребенок понимает, что жестокое обращение может принимать различные формы и умеет определять ранние признаки и чувствовать себя комфортно, говоря с вами, если возникают подозрения, что он или она может быть жертвой жестокого обращения.

Что касается сексуального насилия, то важным фактором его предотвращения является обучение вашего ребенка сексуальности и разнице между публичными и интимными местами, а также между допустимыми и недопустимыми прикосновениями.

В то время как многие дети узнают о сексуальности из фильмов, журналов или сплетен в школе, детей с аутизмом часто нужно более подробно просвещать на тему секса и полового созревания, особенно потому, что они с большей вероятностью могут стать жертвами сексуального насилия. Расскажите ребенку очень подробно о границах и личной безопасности и убедитесь, что он или она чувствует себя в состоянии принимать решения относительно своего собственного тела. Важно, чтобы ваш ребенок понял, что говорить «нет!» правильно, когда он или она чувствует страх или угрозу со стороны кого-то другого. Узнайте, как определить ранние признаки и как сообщить об этом, если вы подозреваете жестокое обращение или халатном отношении. Важно доверять своим инстинктам! Если у вас есть подозрение или беспокойство по поводу того, как с вашим ребенком обращаются в обществе, сообщите об этом. Покажите, что вы одобряете действия ребенка, когда он делится с вами своими чувствами и держите каналы связи постоянно открытыми, чтобы ему было легче сообщить, если что-то не так. Узнайте больше о половом воспитании в разделе «Здоровье» этого буклета.

Важно отметить, что жестокое обращение чаще всего совершается людьми, знакомыми с ребенком (членом семьи, сотрудником, воспитателем и т. д.).

Поразительно, но исследования показывают, что от 97 до 99 процентов насильников известны жертве и она им доверяет. Оцените отношения вашего ребенка с людьми в его или ее жизни и следите за предупреждающими знаками. Просвещая ребенка о границах, убедитесь, что вы подчеркиваете, что для разных людей границы устанавливаются по-разному —

например, сестра может вас обнять, а помощник в школе — нет; только маме, папе и доктору Смити разрешено видеть ваши интимные места.

Как и в случае со многими другими темами в этом буклете, навыки самоадвокации играют роль в предотвращении того, чтобы ваш ребенок стал жертвой. Если он или она сможет «высказаться» или наилучшим образом выразить свои чувства, когда возникнет неудобная ситуация, ваш ребенок будет менее уязвим для жестокого обращения. Как можно раньше начните рассказывать ребенку об опасностях жестокого обращения и помогайте ему или ей развивать навыки, необходимые для его предотвращения. Узнайте больше на autismspeaks.org/family-services/autism-safety-project/abuse.

Заключение

Важно помнить, что интеграция в общество является важной частью жизни для всех людей, и ваш ребенок с аутизмом не является исключением из этого правила. Это идея может показаться чемто далеким, но важно научить вашего ребенка в раннем возрасте навыкам, которые ему или ей понадобятся, чтобы стать частью окружающего сообщества в юном и взрослом возрасте. Обучение различным навыкам: социализации, путешествию, мерам предосторожности и предотвращения жестокого обращения могут начинаться с малого и постепенно увеличиваться с течением времени. Эти навыки требуют времени для изучения, поэтому имейте в виду, что терпение является ключевым фактором! Чем лучше он или она подготовлен, тем больше вероятность того, что ваш ребенок однажды станет успешным членом своего сообщества.

Работа и другие возможности

Для многих из нас наша работа представляет большую часть того, кто мы есть. Как указано в IDEA, одной из наиболее важных целей планирования перехода является разработка и реализация плана обеспечения занятости. Для этого вы и ваш ребенок можете подумать о занятиях, которые задействуют его или ее сильные стороны, а также о занятиях, которые ему или ей нравятся. Сбор информации, возможности для волонтеров, стажировки, отбор вакансий и подбор вакансий — все это играет важную роль в подготовке молодых людей к трудоустройству.

Подготовка

Пока ваш ребенок еще учится в старшей школе, вы можете начать процесс обучения и информирования его или ее о возможной будущей карьере. Просмотрите вместе с ребенком различные виды работы и начните составлять список тех, которые могут соответствовать его или ее интересам и сильным сторонам. Постарайтесь познакомить его или ее с этими конкретными областями карьеры, насколько это возможно, и продолжайте развивать навыки, которые позволят ему или ей добиться успеха на рабочем месте.

Опыт работы, когда ваш ребенок еще учится в школе, является важным способом помочь вам понять его или ее сильные стороны и трудности в различных трудовых областях. Примеры способов изучения карьеры еще в школе включают в себя возможности для волонтерской работы, стажировки и попытки поработать. В школе могут даже быть возможности попрактиковаться в работе — например, выполнять обычные офисные задачи, работать в школьном магазине или помогать детям младшего возраста во внеурочных программах.

Такой опыт, как стажировка, часто может помочь в развитии навыков, профессиональном обучении и, в конечном счете, в процессе подачи заявления о приеме на работу. Ваш ребенок может обратиться к сверстнику или наставнику на стажировке или волонтерском сайте, который может протянуть руку помощи, если это необходимо. Молодым людям с аутизмом, у которых есть более серьезные проблемы, консультанты по трудоустройству могут помочь им полностью раскрыть свой потенциал.

Коуч по трудоустройству поможет вашему ребенку найти работу и окажет поддержку и помощь на месте. Ваш школьный округ может помочь вам найти агентство, которое может предоставить коуча по трудоустройству. Также важно помнить, изучая возможности карьеры, что вашему ребенку может понадобиться развить упорство и выносливость, необходимые для завершения его или ее рабочего дня. Может быть полезно начать с одного часа в неделю и постепенно увеличивать количество часов каждые несколько дней в неделю. Вы будете лучше всех знать, что ваш ребенок способен делать его или ее выносливость до тех пор, пока он или она не достигнет уровня, достаточного для достижения карьерных целей.



Виды занятости

Есть много разных вариантов трудоустройства для людей с аутизмом. Важно отметить, что молодой человек в спектре аутизма может с течением времени переходить от одного вида занятости к другому.

Подбор вакансий и поиск

Поиск наилучшего возможного варианта является наиболее важным компонентом обеспечения успешного трудоустройства. Иногда даже увлечения или сильные интересы вашего ребенка можно превратить в карьеру. Если ваш сын очень интересуется поездами, возможно, на местной станции есть работа. Если ваша дочь любит наводить порядок в своем шкафу, приведите ее в местный универмаг, чтобы узнать, не нужна ли им помощь с организацией хранения запасов. Многие люди с аутизмом добились больших успехов, следуя своим уникальным увлечениям. Например, когда доктор Темпл Грандин была маленькой девочкой, она увлеклась оборудованием для обработки скота на ранчо своей тети. Хотя в то время это казалось другим, ее поощряли за следование этим интересам, и сегодня она является ведущим мировым экспертом по проектированию объектов для обработки крупного рогатого скота.

Ниже приведен список нескольких возможных видов занятости:

Конкурентная занятость: работа в течение полного или неполного рабочего дня с рыночной заработной платой и обязанностями; как правило, долгосрочная поддержка не предоставляется

Поддерживаемая занятость: конкурентоспособная работа, при которой человек получает постоянную поддержку во время работы; может финансироваться через государственные агентства по развитию или профессиональной реабилитации.

Индивидуальная занятость: работа, в которой используются сильные стороны и способности человека в разработке конкретной роли, уникально созданной для человека.

Самозанятость: ситуация на работе, при которой интересы и сильные стороны человека соответствуют продукту или ресурсу, который может позволить ему или ей зарабатывать деньги, например, пекарня для тех, кто любит готовить; может увеличить возможность адаптации рабочей среды к индивидуальным потребностям.

Защищенная занятость: условия работы, в которых люди с ограниченными возможностями не интегрированы в группу работников без инвалидности; обычно поддерживается комбинацией федеральных и / или государственных фондов; некоторые утверждают, что эта система чаще препятствует независимости людей с аутизмом в сообществе.

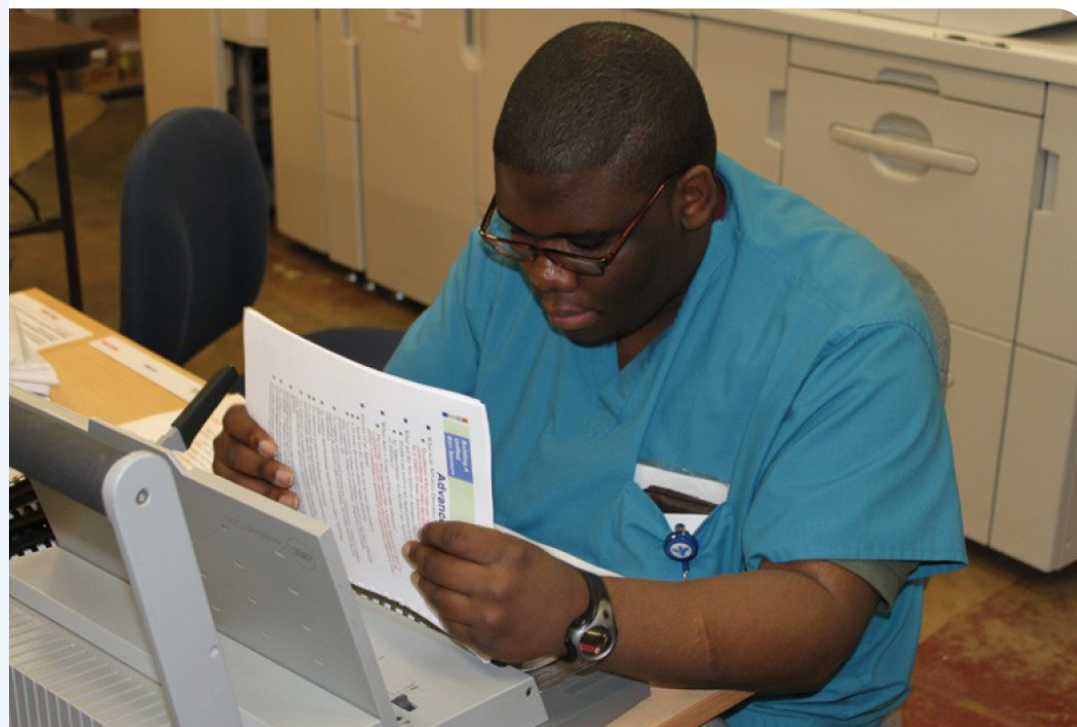
Компоненты физического соответствия работе

- Часы работы
- Допустимый уровень шума на рабочем месте
- Оплата, отпуск и другие льготы
- Приемлемые уровни активности
- Физические требования работы (например, подъем)
- Допустимый уровень ошибок
- Производственные требования

Компоненты подбора социальной работы

- Приемлемый уровень взаимодействия с коллегами
- Четкие ожидания от работы
- Требования к уходу и гигиене
- Требования к коммуникативным навыкам
- Наличие личного пространства
- Телефон/торговый автомат/ кафетерий
- Обучение и поддержка коллег
- Статус сообщества

Приведенная ниже информация о подборе работы взята из книги «Жизненный путь с аутизмом: Руководство по переходу во взрослую жизнь» от Организации по исследованию аутизма:



Навыки на рабочем месте

Молодым людям с аутизмом важно освоить необходимые навыки на рабочем месте, не только относящиеся к самой работе, но и социальные навыки и правила рабочей среды. Примеры этих навыков включают в себя:

- инициирование взаимодействия с коллегами, а также его завершение;
- понимание и соблюдение границ;
- переспрашивание, когда помощь или пояснение необходимы;
- проявлять терпение в ситуациях, которые могут расстраивать;
- изучение лучших способов реагирования на возбуждение, например, организация перерывов в тихой комнате или прогулки на свежем воздухе;
- соблюдение надлежащей гигиены;
- знание того, какие темы уместны на рабочем месте, а какие следует держать при себе.

Практикуйте эти навыки дома и в обществе, чтобы ваш ребенок был готов к работе. Убедитесь, что он или она чувствует себя комфортно, рассказывая вам лучшим из возможных способов, когда на работе есть ситуации, которые можно улучшить, благодаря прогрессу в этих «мягких» навыках.

Помните, что обучение этим навыкам будет непрерывным процессом и может занять время. С практикой и упорством ваш ребенок сможет и добьется успеха, когда будет найдено правильное решение!

Ниже приведен отрывок из книги Пола Вехмана, Марсии Датлоу Смит и Кэрл Шалл «Аутизм и переход к взрослой жизни»:

«Социальные навыки в обществе и на рабочем месте»

Использовать социальные услуги: Такие фразы, как «пожалуйста», «спасибо» и «добро пожаловать», просты, кратки и легко запоминаются.

Использовать соответствующие приветствия: Некоторые учащиеся не приветствуют или не признают других; другие приветствуют людей снова и снова. Обучение правильно-му использованию приветствий может быть полезным.

Завершать разговоры: Обычная жалоба сверстников, руководителей и коллег заключается в том, что работник или участник с аутизмом уходит, когда с ним разговаривают.

Принимать исправления: Многие люди не любят получать исправления или критику, что может особенно расстраивать человека с аутизмом. Обучение социальным навыкам, возможно, должно быть направлено на то, чтобы научить учащегося что точно можно говорить и делать, когда дана поправка.

Соглашаться на все: Людей с аутизмом иногда можно использовать в своих интересах. Может потребоваться обучение социальным навыкам, чтобы научить их, как предотвратить это, например, как сказать «Оставь меня в покое», если кто-то их беспокоит.

Принимать предложения: Если учитель или родитель делает предложение, это иногда может привести к отказу принять предложение и даже может послужить спусковым крючком для демонстрации нежелательного поведения. Предоставление учащемуся общих обучения о необходимости принимать предложения с последующей возможностью попрактиковаться в этом навыке может быть эффективным.

Обращаться за помощью и выявлять проблемы: Одним из наиболее важных социальных навыков является просьба о помощи, когда она необходима. На работе или в школе можно использовать обучение социальным навыкам, чтобы научить людей просить о помощи и говорить с другими о проблеме.

Другие варианты

Некоторые люди с аутизмом, особенно в молодом возрасте, могут быть не готовы к работе. Вам может казаться, что нет вариантов, которые подошли бы для вашего ребенка. Это никоим образом не означает, что он или она должны быть дома весь день. Другие варианты, которые следует рассмотреть, включают:

Дневные абилитационные программы

Программы дневной абилитации — это программы, ориентированные на человека, которые обеспечивают структурированные мероприятия и специализированную поддержку, что позволит вашему ребенку участвовать в общественной деятельности, не связанной с трудоустройством. Эти услуги могут предоставляться практически в любом месте сообщества в зависимости от желаемого навыка для обучения. Дневные программы доступны для взрослых с ограниченными возможностями, которые вышли из школьной системы и могут быть не готовы или не в состоянии участвовать в качестве эффективной рабочей силы. Эти структурированные программы сосредоточены на развитии навыков самостоятельной жизни и интеграции в общество.

Дневные лечебные программы

Эти программы сочетают терапевтическое лечение с навыками повседневной жизни. Этот тип программы администрируется на сайте программы, а не в сообществе. Многие дневные программы для людей с аутизмом и другими нарушениями администрируются Департаментом нарушений развития вашего штата США. Свяжитесь с вашим региональным офисом для получения дополнительной информации о программах, доступных в вашем регионе (актуально для США). Важно отметить, что многие программы могут иметь списки ожидания, поэтому начните процесс внесения в список как можно скорее.

Брайан Мерринг никогда не считал себя

поваром. Но вот он, одетый в белый поварской китель, стоит за штурвалом профессиональной плиты, вооруженный ложкой и палитрой вкусных ингредиентов. Брайан, у которого в шесть лет диагностировали аутизм, никогда не работал. Он не был уверен, сможет ли он выполнить стоящую перед ним задачу — превратить сырые ароматы перед ним в супы, достойные розничной продажи, — но он был готов попробовать. Это был опыт, которого он жаждал, и это именно то, что Юго-Западный исследовательский и ресурсный центр по аутизму (SARRC) сделал с помощью программы CulinaryWorks®, запущенной организацией в рамках партнерства с известными шеф-поварами из Аризоны, которая предлагает взрослым с расстройствами аутистического спектра работу руками. Обучение приготовлению, упаковке, распределению и продаже классических супов. Culinary-Works предоставляет людям с аутизмом жизненно важные профессиональные навыки, которые могут быть преобразованы в возможности при трудоустройстве в будущем, что позволит им жить и работать независимо.

«Речь идет о создании качества жизни и ощущении независимости для наших взрослых детей с аутизмом», — говорит Джери Кендл, директор Академии профессиональных и жизненных навыков.

«Наши участники обучаются различным навыкам, включая бухгалтерию, продажи и кулинарию. Мы хотим дать этим людям ценные навыки, чтобы они могли найти работу, получить значимый опыт и повысить самооценку». Развитие навыков и стремление к трудоустройству и независимости имеют решающее значение для многих участников этой программы. Родители Брайана, Милдред и Доктор Лерой Мерринг хотят, чтобы их сын имел все возможные преимущества на рынке труда. Оба беспокоятся о том, что будет с их сыном, когда их больше не будет рядом, чтобы заботиться о нем. «У него никогда не было работы, а мы не будем здесь вечно», — говорит Лерой Мерринг. «Это первая программа, которая делает что-то для будущего таких людей, как Брайан. И это облегчение, что эта программа теперь доступна».

Для получения дополнительной информации о SARRC посетите сайт autismcenter.org.

Дополнительные ресурсы

Профессиональная реабилитация

В каждом штате есть профессиональная реабилитация (Voc Rehab или VR), которая предоставляет услуги по трудоустройству людям с ограниченными возможностями, в том числе с аутизмом. Агентства VR могут провести вашему ребенку профессиональную оценку, которая приведет к разработке индивидуального плана трудоустройства (IPE). В рамках IPE могут предоставляться различные услуги, связанные с работой, включая обучение, консультирование, трудоустройство и поддержку в трудоустройстве.

Государственные агентства по инвалидности развития / Отказ от услуг на дому и по месту жительства

Государственные и местные службы помощи лицам с нарушениями развития действуют по всей стране под разными названиями. Часто финансирование этих услуг осуществляется через программы отказа от услуг на дому и по месту жительства (HCBS), которые предоставляются через Medicaid. Требования для получения доступа к этим услугам варьируются от штата к штату. Через этот источник финансирования можно получить доступ к ряду услуг по трудоустройству, включая поддерживаемое трудоустройство, услуги по ведению дел, а также услуги по консультированию и лечению. Обратитесь в местное агентство или в центры услуг Medicaid и Medicare (CMS), чтобы узнать, имеет ли ваш ребенок право на эти программы, и если да, то когда вы можете включить его или ее в список ожидания. Дополнительную информацию можно найти в разделе «Юридические вопросы» этого буклета.

Набор инструментов для действенной помощи Autism Speaks

Autism Speaks разработал буклет по трудоу-

стройству для молодых людей и взрослых с аутизмом, чтобы помочь им найти и сохранить работу. Это полезное руководство охватывает широкий спектр тем, включая льготы и финансирование, различные варианты трудоустройства, составление резюме и

сопроводительного письма, собеседования, проживание и личные истории. Загрузите комплект на сайте [AutismSpeaks.org/Family-Services/Tool-Kits/ Employment](https://www.autismspeaks.org/family-services/tool-kits/employment).

Заключение

Как вы знаете из своего опыта, а также из опыта членов вашей семьи и друзей, занятость может играть жизненно важную роль в благополучии всех людей. Важно помнить и дать понять миру, что взрослые с аутизмом могут внести позитивный вклад в работу, если им предоставляется возможность проявить свои сильные стороны и способности.

Призывайте работодателей не обращать внимания на общение и другие подобные проблемы, с которыми может столкнуться ваш ребенок, а обращать внимание на навыки, которые позволят ему или ей добиться успеха в конкретной работе.

Начните помогать своему ребенку в определении его или ее самых сильных сторон и интересов с раннего возраста, чтобы вы могли начать вести список идей для трудоустройства в его или ее будущем.

Пробные рабочие дни, стажировки, возможности для волонтеров и многое другое помогут вам понять, какой тип работы может выполнять ваш ребенок и что ему нравится. С помощью небольшого исследования, оценки и защиты прав вы и ваш ребенок можете помочь найти работу, возможность обучения или дневную программу, которая работает!

Возможности высшего образования

Есть много возможностей для получения образования, когда ваш ребенок выходит из школьной системы или заканчивает среднюю школу, включая традиционные двух- и четырехлетние колледжи. Каждая модель предлагает различные уровни поддержки и виды услуг. Кроме того, в некоторых моделях учащиеся объединены с учащимися без инвалидности, а в других — обучаются отдельно. Некоторые позволяют учащимся получать индивидуальные услуги в зависимости от их видения и карьерных целей.

Типы высшего образования

Ниже приведен список некоторых вариантов программ высшего образования для людей с аутизмом.

Четырехлетний колледж

Все больше и больше четырехгодичных колледжей и университетов предоставляют услуги поддержки учащимся с ограниченными возможностями, в том числе с аутизмом. Тем не менее, вам рекомендуется изучить эти варианты и убедиться, что предлагаемая поддержка соответствует потребностям вашего ребенка. Навыки самоадвокации очень важны в послешкольном образовании, потому что ваш ребенок должен знать, как просить о необходимых услугах и улучшении условий, таких как жилищная поддержка, продление времени на экзаменах и доступ к вспомогательным технологиям. В большинстве школ есть консультанты и репетиторы, которые помогут с этим процессом. Хорошим местом для начала является школьный офис службы помощи инвалидам. Важно отметить, что в некоторых школах есть специальные программы для детей с аутизмом, а в других есть более общие программы для всех учащихся с тем или иным типом инвалидности.

Совместное образование

Одним из вариантов в некоторых колледжах и университетах является совместное образование. В этом типе программы ваш ребенок будет чередовать академические занятия и работу в выбранной им области. Часто это может быть хорошим выбором для учащихся с аутизмом, поскольку позволяет им одновременно развиваться как академические, так и рабочие навыки. Оно также позволяет учащимся изучать области, которые их интересуют, и работать над навыками межличностного общения, которые им понадобятся на рабочем месте после окончания школы. Обязательно свяжитесь с колледжами и университетами или проверьте их вебсайты, чтобы узнать, доступна ли такая программа.

Общественный колледж

Многие общественные колледжи разработали или в настоящее время разрабатывают программы для удовлетворения потребностей молодых людей с нарушениями развития. Общественные колледжи уделяют больше внимания потребностям и целям каждого студента. Для некоторых студентов предоставляемые услуги могут включать в себя обучение необходимым жизненным навыкам, таким как управление деньгами и решение проблем. Другие могут сосредоточиться на более традиционных академических предметах, а некоторые могут сочетать и то и другое. Исследование 2013 года, частично финансируемое Autism Speaks, показало, что общественные колледжи

могут играть особенно важную роль в содействии переходу людей с аутизмом к продуктивной жизни. Исследование также показало, что количество выпускников увеличивается, когда студенты с аутизмом поступают в местный колледж, особенно те, кто занимается технологиями, инженерией или математикой.

Профессионально-технические училища/бизнес-школы

Сообщалось, что участие в профессиональных или технических классах в течение последних двух лет средней школы, особенно в классах, которые предлагают профессиональное-специализированное обучение, является успешной стратегией перехода. Возможно, будет полезно поработать с вашим школьным округом, чтобы узнать о программах в вашем районе.

Программы жизненных навыков

Для людей с аутизмом доступно множество программ обучения жизненным навыкам, которые предлагают услуги, помогающие вашему ребенку жить как можно более независимо. Эти программы охватывают широкий спектр навыков – от базовых навыков, таких как управление денежными средствами, покупки и транспорт, до навыков обучения рабочим навыкам в рабочих условиях. Программы также обучают социальным навыкам и предоставляют такие услуги, как развлечения и досуг, которые помогут вашему ребенку интегрироваться в его или ее сообщество, что является важной частью взрослой жизни.

Планы 504 раздела

После того, как вы выберете правильную программу, важно ознакомиться со школьными ресурсами, связанными с инвалидностью, чтобы ваш взрослый ребенок мог быть уверен в том, что будет его права на услуги и поддержку будут соблюдены. Требования IDEA больше не применяются, после того, как ваш ребенок закончил среднюю

школу и поступил в высшее учебное заведение. Тем не менее, Раздел 504 и Закон об американцах с ограниченными возможностями (ADA) представляют собой законы о гражданских правах, которые помогают защитить людей с ограниченными возможностями, включая лиц с аутизмом, от дискриминации в школе, на работе и в общественных местах. Раздел 504 применяется к любой школе, получающей федеральное финансирование. Учащимся с инвалидностью не может быть отказано в соответствующих услугах или поддержке, которые могут быть необходимы для удовлетворения их потребностей или которые были бы доступны учащимся без инвалидности.

Чтобы иметь право на защиту по Разделу 504, ваш ребенок должен иметь физическое или умственное нарушение, которое существенно ограничивает одну или несколько основных жизненных функций, а также наличие в анамнезе этого нарушения в основной сфере жизни. Оправданные виды адаптации могут включать в себя применение аудиокниг, программ для чтения или записи, доступ к заметкам инструктора, дополнительное время для выполнения заданий и тестов, льготное размещение и другие подобные виды поддержки.

Имейте в виду, что Раздел 504 не требует от учреждения составления письменного плана, но в большинстве учреждений это делается. Для того чтобы ваш ребенок получил улучшение условий, он/она или адвокат должны запросить их. Помните, что уровень поддержки, а также ее эффективность и результативность варьируются от школы к школе, поэтому обязательно как следует изучите вопрос.

Узнайте больше о Разделе 504, IDEA и общих обязанностях государственной школы от Национальной ассоциации школьных психологов, [нажав здесь или используя ссылку в разделе ресурсов этого буклета.](#)

Различия между средней школой и колледжем

Следующая диаграмма, адаптированная Кей Маквей, специалистом по развитию профессорско-преподавательского состава, PROJECT Connect, в Государственном университете Хендерсона, дает четкую иллюстрацию различий между средней школой и колледжем:

СРЕДНЯЯ ШКОЛА

Все студенты имеют право на образование.

Средства для адвокации включают в себя Закон об образовании лиц с ограниченными возможностями, раздел 504 Закона о реабилитации, Закон об американцах с ограниченными возможностями.

Школьный округ разрабатывает Индивидуальную программу обучения (IEP).

Школьный округ обеспечивает выполнение IEP

Учитель выступает в роли защитника. прогресс.

Внесены принципиальные изменения в программу обучения.

Предоставляются личные услуги (например, помощник) — больше успех чем право.

Предоставляется транспорт до школы и обратно.

Родитель или опекун является основным защитником — учащиеся учатся тому, как защищать свои права.

Ожидается, что студенты будут отстаивать свои права в меру своих возможностей.

КОЛЛЕДЖ

Образование в колледже — это привилегия, а не право.

Средства для адвокации включают в себя Раздел 504 Закона о реабилитации, Закон об американцах-инвалидах; IDEA больше не применяется.

Учащийся несет ответственность за предоставление документации, свидетельствующей об обучении или другом типе инвалидности.

Студент определяет свои потребности в сотрудничестве со своим консультантом.

Студент несет ответственность за свой собственный

Фундаментальные изменения программ не допускаются — приспособления в классе не должны изменять фундаментальный характер курса или налагать чрезмерное бремя на обучение/учебное заведение.

Индивидуальные услуги — ответственность студента — предоставляется только возможность добиться успеха.

При подготовке ребенка к поступлению в колледж следует помнить несколько важных

моментов:

Чтобы подать заявление или поступить в колледж, вашему ребенку необходимо получить аттестат об окончании средней школы или диплом об общем образовании (GED). Диплом IEP не будет признаваться высшими учебными заведениями.

Убедитесь, что все стандартные тесты были сданы. Некоторые колледжи потребуют их для поступления. Если вы считаете, что вашему ребенку может понадобиться дополнительная поддержка при сдаче этих тестов, часто можно организовать дополнительные условия. Узнайте, требуют ли колледжи, которые могут заинтересовать вашего ребенка, результаты тестов IQ или успеваемости, чтобы получить улучшения условий в соответствии с Разделом 504.

Оцените, нужны ли вашему ребенку какие-либо коррекционные занятия перед поступлением в колледж. Некоторые студенты делают это в колледже, другие проводят дополнительный год в старшей школе. Летние курсы могут быть возможны для колледжа в вашем районе. Работайте в тесном контакте с консультантом вашего ребенка, чтобы начать изучать доступные варианты. Одним из вариантов является двойное зачисление, когда учащийся, который все еще официально учится в старшей школе, также посещает один или несколько классов в колледже за деньги. Это позволяет вашему ребенку начать привыкать к обстановке колледжа, жизни и рабочей нагрузке еще в старшей школе.

Обсудите варианты обучения вашего ребенка после окончания школы с местным отделом служб профессиональной реабилитации (DVRS). У них может оказаться доступное финансирование, чтобы помочь покрыть расходы.

- Поговорите с школьным психологом.
- Посещайте местные образовательные ярмарки и спрашивайте об услугах поддержки инвалидов.
- Спросите учителей вашего ребенка, в каких колледжах учились их бывшие ученики.
- Спросите других родителей учащихся с РАС.
- Проконсультируйтесь с местными организациями по аутизму, чтобы увидеть списки колледжей, которые предлагают поддержку.
- Обязательно организуйте визиты в любые потенциальные школы, где вы сможете поговорить с персоналом и учащимися. Школа также может связать вас с другими учащимися с РАС и их семьями.
- Выясните, есть ли в школе надлежащая поддержка и услуги, доступные для вашего ребенка, чтобы получить максимально успешный и полезный опыт.
- Имейте в виду, что существует множество различных типов учреждений, которые ваш ребенок мог бы посещать. К ним относятся профессионально-технические училища, муниципальные колледжи, технические институты, государственные школы, гуманитарные школы, а также варианты двухлетних и четырехлетних программ.
- Факторы, которые вступают в игру при выборе колледжа, также могут включать местоположение и финансы.
- Студенты и их родители должны без колебаний посетить выбранный колледж и тот, который они в конечном итоге будут посещать, столько раз, сколько им нужно, чтобы ознакомиться с ним

Выбор правильной школы

Выбор правильной школы важен для счастья и успеха любого ученика, но часто именно для учеников с аутизмом. Есть много факторов, которые следует учитывать, и вопросов, которые необходимо задать при изучении вариантов высшего образования. Руководство по переходу при аутизме: Планирование пути от школы к взрослой жизни от Кэролин Брюи и Мэри Бет Урбан в предлагают следующие советы:

Самоадвокация в высшем образовании

Высшее образование — это одна из лучших возможностей для вашего ребенка отстаивать свои интересы. Консультанты в колледже охотнее слушают, когда к ним обращается студент, а не родитель. Вы можете напомнить своему взрослому ребенку, что его или ее «голос» будет иметь значение. Вы также можете помочь ему или ей составить список опасений, важных для него или нее по поводу колледжей или других программ высшего образования. Молодых взрослых следует вдохновлять на то, чтобы они делились своими опасениями со своими консультантами. Создание надежной системы поддержки может снизить вероятность возникновения проблем в будущем.

Поскольку обязательная поддержка, имеющаяся в старшей школе, больше не доступна, гораздо важнее выступить за услуги и поддержку в высшем образовании. Вместо того, чтобы получать их автоматически, теперь ваш ребенок должен просить о том, что ему или ей нужно во всех ситуациях, как академических, так и социальных. Помимо необходимых услуг,

будут и другие области, в которых вашему ребенку необходимо общаться и отстаивать его или ее интересы, включая знание того, когда и как сообщить о своем диагнозе «аутизм», понимание своих прав и обращение за помощью в случае необходимости.

Еще раз, никогда не рано начинать обучать навыкам самоадвокации. Чем более подготовлен ваш ребенок к отстаиванию своих интересов в программах послешкольного образования, тем больше поддержки он или она получит и тем успешнее и эффективнее будет программа.

Советы экспертов для родителей

Barbara Kite, M.Ed., Ассистент-директор программы PACE в National Louis University, представила Autism Speaks 6 советов для родителей по подготовке к высшему образованию.

- 1. Планируйте заранее.** Никогда не рано узнать о различных видах программ, доступных для вашего ребенка.
- 2. Знайте свои цели** — чего вы хотите для своего ребенка? Независимость? Четырехлетнее образование? Работа?
- 3. Идите и посмотрите.** Обязательно посетите программы, которые вас интересуют. Существует большая вероятность того, что то, что вы думаете о программе, на самом деле может быть совсем другим.
- 4. Задавайте вопросы!** Не все программы являются тем, чем кажутся.
- 5. Подумайте о стоимости.** Если вы не собираетесь использовать государственные программы, стоимость программ высшего образования может быть высокой. Возможно, вам придется проявить творческий подход, когда дело доходит до финансирования учебы вашего ребенка после окончания средней школы.
- 6. Составьте список.** Подумайте, в какой среде вы хотите видеть своего ребенка. Видите ли вы его или её в общественном колледже? Или покинувшей дома? Нужна ли ему или ей программа, которая предлагает академическую поддержку? Подумайте, чему бы вы ни научились благодаря осмосу, вам нужно, чтобы кто-то научил вашего ребенка.

Autism Speaks Руководство по возможностям для высшего образования

В 2013 году Autism Speaks выпустила «Руководство по возможностям высшего образования» — инструмент, написанный для молодых людей с аутизмом, чтобы помочь им и их семьям изучить различные возможности и условия обучения после окончания средней школы. Разделы включают: подготовку к высшему образованию, получение услуг и поиск жилья, советы сверстников, жизнь в кампусе и многое другое. Загрузите этот буклет по адресу autismspeaks.org/family-services/tool-kits/postsecondary.

Заключение

Когда ваш ребенок заканчивает среднюю школу или вырастает из системы специального образования, важно продолжать его обучение, будь то в колледже, в рамках местной программы дневной терапии, у вас дома, или где-то между. Чем больше ваш ребенок продолжает учиться, тем больше возможностей открывается ему или ей на работе, в обществе или в других местных программах. Обязательно исследуйте и изучите варианты послешкольного образования, доступные вашему ребенку с раннего возраста, чтобы вы могли вместе решить, что лучше всего подходит.



Жилье и жилищная поддержка

Одна из самых сложных частей процесса перехода — найти правильный вариант проживания для вашего ребенка в будущем. Координация выбора места жительства, а также необходимых вспомогательных услуг может быть сложной, часто оставляя семьи в замешательстве в том, с чего начать. Приведенная ниже информация наряду с Autism Speaks Housing and Residential Supports Tool Kit, может помочь вам и вашей семьей в планировании будущего с точки зрения жилья и проживания в обществе.

Есть разные варианты на выбор, но нужно преодолеть несколько препятствий, прежде чем ваш ребенок окажется в нужном месте. Самое главное — выработать навыки, необходимые ему или ей, чтобы жить как можно более самостоятельно во взрослом возрасте. И помните — начинайте раньше!

С чего мне начать?

Очень важно проявлять инициативу, когда дело доходит до выбора правильного варианта жилья. Сначала подумайте о том, что лучше для вашего ребенка как личности, исходя из его или ее потребностей, способностей, сильных сторон, проблем и т.д. Вот некоторые важные вопросы, которые следует задать:

- 1) Где будет развиваться ваш ребенок?**
- 2) Где он или она будет счастливее всего?**
- 3) Где он или она будет чувствовать себя в большей безопасности?**
- 4) Какой тип обстановки лучше всего поможет ему или ей достичь независимого и успешного будущего?**
- 5) Какая поддержка ему или ей нужна и какие варианты лучше всего могут обеспечить эту поддержку?**
- 6) Какая обстановка может помочь вашему ребенку развить свои сильные стороны и способности?**

На многие из этих вопросов можно ответить с помощью процесса лично-ориентированного планирования, который может помочь семьям и людям с аутизмом определить правильные типы услуг по проживанию и поддержке в зависимости от целей и потребностей человека. Дополнительную информацию о лично-ориентированном планировании можно найти в разделе «Самоадвокация» этого буклета.

Лучше всего начать со специалистов вашего школьного округа. Они могут помочь или сказать вам, где вы можете получить помощь.

Посоветуйтесь с другими знакомыми вам семьями, в которых есть член семьи с аутизмом или другими отклонениями в развитии. Если вы не знаете никого лично, вы, скорее всего, сможете найти несколько семей через группы поддержки или местные организации по аутизму. Чтобы узнать о вариантах в вашем районе, свяжитесь с государственными и местными агентствами, чтобы обсудить варианты проживания.

Это тяжелый труд, и он потребует времени, но очень важно прояснить все возможные варианты в вашем сообществе и его окрестностях. Тяжелая работа будет стоить того в долгосрочной перспективе.

Как только вы найдете несколько хороших вариантов, **ЗАДАЙТЕ КАК МОЖНО БОЛЬШЕ ВОПРОСОВ!** Ниже приведены некоторые из вопросов, которые вы, возможно, захотите рассмотреть при поиске конкретного варианта или разговоре с жилищным агентством:

- 1) *Какие модели жилья вы предлагаете?*
- 2) *Как давно вы оказываете жилищные услуги?*
- 3) *Какую подготовку проходят ваши сотрудники для работы со взрослыми с аутизмом?*
- 4) *Какой уровень поддержки персонал оказывает взрослым с аутизмом? Поддержка доступна 24 часа в сутки?*
- 5) *Могу ли я поговорить с другими семьями, которые пользуются вашими услугами?*
- 6) *Как жители проводят время днем и в выходные?*
- 7) *Насколько близко местное сообщество и как часто вы получаете доступ к ресурсам сообщества?*
- 8) *Кто обеспечивает транспорт в будние и выходные дни?*
- 9) *Насколько близко больницы?*
- 10) *Что делается в экстренной медицинской и/или поведенческой ситуации?*
- 11) *Что делается для поддержки медицинских и/или поведенческих потребностей?*
- 12) *Какое обучение проходят сотрудники?*

При поиске жилья для вашего ребенка важно, чтобы он или она были как можно более вовлечены в этот процесс. Позвольте вашему ребенку участвовать в обсуждении максимально доступным для него или нее способом. Хотя некоторые молодые люди с аутизмом могут быть не в состоянии самостоятельно решить, в каком типе жилья они хотели бы жить в будущем, сделайте все возможное, чтобы помнить о предпочтениях и сильных сторонах вашего ребенка. Это, вероятно, одно из самых важных решений, которое будет принимать ваша семья, поэтому очень важно убедиться, что все согласны и достигнут результат, который может удовлетворить всех, особенно вашего ребенка.

Большинство поставщиков услуг по месту жительства, получающих государственную поддержку, включая всех поставщиков, получающих Medicaid, регулируются органами штата. Для поставщиков Medicaid государственное агентство проводит регулярный мониторинг, который часто называют «опросом и сертификацией». Прежде чем выбрать любого поставщика, попросите просмотреть последние отчеты о мониторинге, опросе или лицензировании государством. Вы также можете связаться с регулирующим органом штата, чтобы узнать, подавались ли против поставщика какие-либо жалобы на жестокое обращение и небрежное отношение или нарушал ли поставщик услуг какой-либо лицензионный или нормативный стандарт.

Модели для жилищной поддержки

Существует множество различных вариантов предоставления жилищных услуг на базе сообщества. Некоторые из этих вариантов сочетают в себе жилье и вспомогательные услуги, в то время как другие позволяют приобретать жилье и вспомогательные услуги и раздельно. Когда вы читаете эти описания, имейте в виду, что штаты могут использовать разные термины для описания похожих моделей:

Проживание с поддержкой предлагает услуги лицам с ограниченными возможностями, которые могут жить самостоятельно в доме или квартире. Услуги, обычно минимальные по своему характеру, основаны на конкретных потребностях человека в поддержке и предоставляются опекунами, работающими под его руководством.

Проживание под присмотром (полунезависимое проживание) предлагает более прямую и интенсивную структурированную поддержку, доступную 24 часа в сутки, если это необходимо. Человек может жить в доме или квартире, как один, так и с другими. Персонал может обучать или поддерживать функциональные жизненные навыки, такие как взаимодействие с банками, покупки, приготовление пищи и посещение врачей.

Групповое проживание на дому было традиционной моделью предоставления услуг по месту жительства лицам с отклонениями в развитии. В групповом доме несколько не связанных между собой людей (все с инвалидностью) живут вместе с местным персоналом, который присутствует 24 часа в сутки, 7 дней в неделю. Обучение сосредоточено на навыках самостоятельной жизни и общественной деятельности. Дом принадлежит и управляется агентством-поставщиком, которое также нанимает и контролирует персонал. Обычно в групповых домах проживает до 8 жителей.

Групповое проживание/собственность (кооператив) аналогично групповому прожи-

ванию дома, за исключением того, что дом принадлежит группе семей или отдельных лиц, которые заключили соглашение о сотрудничестве. Вспомогательные услуги оказывают лица, нанятые кооперативом, а в некоторых случаях агентством, нанятым кооперативом.

Семейная модель обучения / Проживание в приемной семье предлагает проживание в семейном стиле с услугами поддержки, доступными 24 часа в сутки, 7 дней в неделю, профессиональными родителями-учителями, обычно супружеской парой. Ребёнок может быть единственным человеком с инвалидностью, живущим в доме, или кроме него могут быть и другие люди с инвалидностью или без нее.

Фермерские сообщества предоставляют поддержку и услуги по проживанию для ряда лиц в контексте работающей фермы. Эти модели, как правило, сочетают в себе жилищные условия с обучением сельскому хозяйству и работой по месту жительства.

Учреждения престарелых/средства ухода среднего уровня (ICF) предоставляют помощь в личном уходе и повседневной жизни, такой как купание, уход за собой, одевание и многое другое. В некоторых штатах программы ICF также предоставляют медикаментозную помощь и/или напоминания. Каждая ICF отвечает за активное лечение, последовательное обучение и медицинскую поддержку. Сообщества с престарелыми отличаются от домов престарелых тем, что они не предлагают сложных медицинских услуг

Центры развития представляют собой большие жилые комплексы, сгруппированные в студенческом городке, где у жителей есть интенсивные потребности, связанные с их нарушениями развития. В большинстве штатов больше не работают крупные центры развития, а в некоторых штатах, которые это делают, наблюдается тенденция перевода людей в условия, с большей поддержкой сообщества, и помещают человека в центр развития только в экстренных случаях.

Варианты финансирования

Навигация по потокам финансирования жилья для вашего ребёнка с аутизмом может быть сложной и запутанной. Ниже приведена некоторая информация о вариантах и программах, на которые следует обратить внимание при поиске подходящего жилья для вашего ребенка

Самофинансируемое жилье

Самофинансируемое жилье приобретается семьей и/или отдельным лицом за частные деньги и/или государственные деньги. Средства защищены и направляются вашим ребенком и семьей, а не внешним агентством. Изучая способы оплаты жилья, вы должны учитывать все ресурсы, доступные вам и вашему ребенку, в том числе:

- Пожертвования
- Доход
- Гранты
- Фонды
- Банки
- Финансовые учреждения общественного развития (CDFI)
- Кредитные союзы Частное страхование
- Трасты для особых нужд
- Индивидуальные счета развития (IDA)
- Объединенные трасты
- Налоговые кредиты

Люди с аутизмом и другими нарушениями часто имеют право участвовать в государственных и федеральных программах, предназначенных для финансирования строительства и ремонта домов. Важно знать, что каждая программа имеет свои правила и что программы часто могут варьироваться в зависимости от штата.

Большая часть государственного финансирования проектов будет зависеть от способности вашего ребенка платить за аренду/ ипотеку и от плана социальных услуг, который касается здоровья и безопасности. Существует множество государственных программ, которые предлагают помощь людям с ограниченными возможностями и другим людям с низким и ограниченным доходом. Ниже мы выделили программы, которые чаще всего используются для людей с ограниченными возможностями. Для более полного обзора федеральных программ посетите веб-сайт Министерства жилищного строительства и городского развития США (HUD) по адресу hud.gov.

Раздел 811 HUD предоставляет беспроцентные капитальные авансы некоммерческим спонсорам для строительства арендного жилья для малообеспеченных инвалидов. По разделу 911 HUD ваучеры на выбор жилья (HCV) распределяются непосредственно HUD среди лиц с ограниченными возможностями, чтобы они могли потратить их выбранный ими вариант жилья

Налоговый кредит на жилье для малоимущих (LIHTC) позволяет квалифицированным коммерческим и некоммерческим застройщикам подавать заявки от штата к штату на получение федеральных налоговых кредитов, которые они могут продавать инвесторам и использовать вырученные средства в качестве капитала для строительства жилых комплексов для физических лиц. ниже 60% среднего дохода по региону.

Home Program предоставляет гранты и ссуды по формуле участвующим учреждениям штатов и местных органов власти для расширения жилищных возможностей для лиц и домохозяйств с низким и средним доходом. Блоковые гранты на развитие

Блоковые гранты на развитие сообщества (CDBG) — это гранты учреждениям, которые могут быть использованы для поддержки доступного жилья за счет приобретения земли и развития инфраструктуры.

Федеральные ресурсы

Вам следует обсудить варианты финансирования с агентством штата (США), ответственным за обслуживание взрослых с отклонениями в развитии. Ниже приведен список некоторых федеральных программ, которые могут помочь с расходами на содержание жилья и другими услугами. Дополнительную информацию можно найти в разделе «Юридические вопросы» этого комплекта:

Преимущества Medicaid

В большинстве штатов лица, нуждающиеся в поддержке по месту жительства, должны иметь право на участие в программе Medicaid, предназначенной для оплаты интенсивных услуг. Medicaid оплачивает широкий спектр услуг для людей с инвалидностью, включая долгосрочные услуги и поддержку. Чтобы иметь право на участие в программе Medicaid, человек должен соответствовать определенной категории страхового покрытия и соответствовать требованиям к доходам и имуществу.



Услуги по освобождению от ответственности на дому и по месту жительства

Благодаря использованию программы Medicaid Home and Community-Based Services (HCBS) Waivers люди с аутизмом и другими видами инвалидности могут более гибко использовать средства Medicaid. Услуга Waiver — это вариант, доступный штатам для предоставления интегрированных услуг долгосрочного ухода и поддержки на уровне сообщества квалифицированным получателям Medicaid. Эти программы могут предоставлять сочетание как традиционных медицинских услуг (стоматологические услуги, услуги квалифицированного сестринского ухода), так и немедицинских услуг (краткосрочное пребывание, ведение пациентов, изменение окружающей среды). Члены семьи и друзья могут быть поставщиками услуг по отказу от страховки, если они соответствуют указанным требованиям. Точный тип поддержки по месту жительства, включенный в отказ от HCBS, а также то, кто имеет право на участие в программе, различается в пределах и между штатами.

Дополнительный социальный доход (SSI) SSI — это федеральная программа Администрации социального обеспечения, которая предоставляет денежные пособия непосредственно получателям. Чтобы получить SSI, человек должен быть инвалидом и иметь ограниченный доход, в том числе максимальный предел активов в размере 2000 долларов США. В 40 штатах лица, имеющие право на участие в программе SSI, автоматически получают право на участие в программе Medicaid. Узнайте больше и определите, соответствуете ли вы требованиям, на сайте ssa.gov/ssi.

**Списки ожидания длинные
планируйте заранее!**

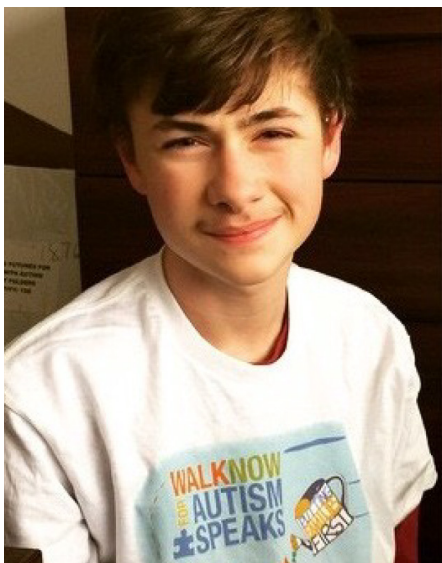
Независимо от доступных механизмов финансирования, самое главное, что надо делать, когда речь идет о жилье и жилищных услугах, — это планировать заранее. К сожалению, в настоящее время людей, ожидающих соответствующих поддерживаемых условий жизни, гораздо больше, чем предложений в этих условиях.

Несмотря на то, что существуют финансируемые государством дневные услуги и/или программы профессиональной реабилитации для молодых людей, когда они переходят во взрослую жизнь, многие семьи с удивлением узнают, что очередь на получение услуг по месту жительства может составлять пять, десять и даже 15 и более лет, и поддержка, которая финансируется за счет государственных денег, в частности отказа от Medicaid HCBS.

Важно понимать и контролировать список ожидания в вашем штате и сохранять бдительность в поисках точной информации. Начните планировать как можно раньше и найдите время, чтобы изучить структуру финансирования вашего штата на жилье и поддержку, чтобы свести к минимуму время ожидания.

Заключение

Мысль о том, что ваш ребенок будет жить вне вашего дома на данный момент может показаться очень ошеломляющей. Но, несмотря на то, что никогда не рано начать исследовать планы жилья и соответствующие механизмы финансирования, даже если вы не совсем уверены, когда, если это вообще произойдет, вы можете подумать, что это лучшее время для того, чтобы сделать ход. При тщательном и активном исследовании и планировании вы можете быть уверены, что независимо от того, находится ли его или ее будущий дом через дорогу от вас, в двух кварталах от вас или за государственной границей, ваш ребенок будет жить в месте, которое позволит ему или ей быть максимально счастливым и независимым.



Здоровье

Обеспечение и поддержание здоровья вашего ребенка, когда он или она повзрослеет, будет иметь решающее значение. Важно понимать и быть в курсе изменений, которые происходят с вашим ребенком — физически, умственно и эмоционально, — а также изменений в политике здравоохранения, льготах и правах, связанных со здоровьем, по мере того, как он или она становятся взрослыми.

Поиск правильного врача

По мере того, как дети превращаются в молодых взрослых, педиатры больше не подходят в качестве их врачей первичной медико-санитарной помощи. Может быть сложно найти лечащего врача, который принимает страховку или Medicaid для взрослых с аутизмом и, что более важно, понимает молодых людей с расстройствами аутистического спектра.

Важно, чтобы лечащий врач относился к вашему ребенку как к личности, как и к любому другому пациенту, а не только как к человеку с аутизмом. Не забудьте посоветовать лечащему врачу убедиться, что он или она не видит каждую проблему со здоровьем или поведением в результате аутизма и понимает вашего ребенка как целостную личность.

Вы должны начать поиск врача первичной медико-санитарной помощи как можно раньше, хотя переход обычно не происходит до 21 года. Начните с того, что спросите у своего педиатра имена врачей в вашем районе, которые могут подойти вашему сыну или дочери. В идеале в начале должно быть общение между педиатром и новым врачом, чтобы гарантировать, что все вовлеченные лица полностью проинформированы о состоянии здоровья вашего ребенка.

Одна из самых важных вещей, которые следует учитывать при выборе врача, заключается в том, чтобы ваш ребенок чувствовал себя комфортно с ним или с ней, поскольку очень важно, чтобы ваш ребенок мог выразить любые чувства или опасения, связанные со здоровьем. Этот процесс является еще одним важным моментом для его или ее самоадвокации.

Хотя мало что известно о взаимодействии РАС и старения, общепризнано, что взрослые с РАС

1) как правило, довольно плохо сообщают о себе, когда речь идет о проблемах со здоровьем;

2) И им свойственен довольно малоподвижный образ жизни. Таким образом, проблемы, связанные с долгосрочным здоровьем и благополучием взрослых с РАС, должны быть в центре внимания любого обсуждения соответствующих услуг.

— Текущее состояние услуг для взрослых с аутизмом, подготовлено Питером Ф. Герхардтом, изд.

Душевное здоровье

К сожалению, проблемы с психическим здоровьем могут осложнить переходный процесс. Подростковые годы — это уже время потрясений и перемен, и подростку с диагнозом психического здоровья может быть труднее справиться с эмоциями, которые приходят в этом возрасте.

У многих людей с аутизмом также диагностированы психические расстройства, такие как депрессия, тревога и обсессивно-компульсивное расстройство. Психиатрические диагнозы не являются нарушениями развития, и часто могут быть незаметны в детстве.

Это часто еще больше осложняется предположением, что определенное поведение и эмоции связаны с диагнозом аутизма у человека, тогда как поведение может вообще не быть связано с диагнозом. Важно, чтобы лечащий врач вашего ребенка мог различать эти два состояния, чтобы он или она могли эффективно лечить эти состояния и работать с поведением.

Если вы подозреваете, что ваш молодой человек может страдать психическим расстройством, вы можете поговорить с его или ее врачом о скрининге, который будет состоять из анкет, в результате заполнения которых будет указано, нуждается ли ваш ребенок в дальнейшем обследовании и/или вмешательстве. Имейте в виду, что результаты скрининга не являются формальным медицинским диагнозом. Результаты могут указать, необходим ли визит к обученному медицинскому работнику, такому как психиатр, для постановки диагноза и разработки плана лечения.

Общие психические расстройства среди людей с аутизмом включают тревогу, синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ), обсессивно-компульсивное расстройство и депрессию. Веб-сайт Autism Speaks содержит подробную информацию о признаках и сим-

птомах каждого из этих состояний, а также об эффективных способах их лечения.

Ряд научных исследований показал, что значительный процент детей с аутизмом не имеет доступа к службам охраны психического здоровья, когда они в них нуждаются. Родители часто испытывают стигматизацию в связи с проблемами психического здоровья, что, к сожалению, мешает их детям лечиться и добиваться прогресса. Кроме того, в системе охраны психического здоровья может быть сложно ориентироваться. Если у вас возникли проблемы с поиском психиатра для вашего ребенка, загляните в психиатрические клиники, в которых работают социальные работники. Лечение проблем с психическим здоровьем имеет жизненно важное значение, особенно для людей с аутизмом, поэтому очень важно предпринять необходимые шаги для доступа к этим услугам, чтобы у вашего ребенка было больше шансов жить полноценной и достойной жизнью.

Кроме того, у людей с аутизмом чаще возникают новые припадки в период полового созревания или после завершения полового созревания, чем в любое другое время после того, как они пошли в школу. Хотя вероятность все еще не очень высока, если у вашего ребенка действительно случился приступ, невролог может назначить тесты для определения причины. С большинством судорожных расстройств можно справиться с помощью правильного лекарства.

Личная гигиена

Личная гигиена — важный жизненный навык, который должны понимать все молодые люди с аутизмом, независимо от того, какой уровень поддержки им требуется. Такие навыки, как мытье, использование дезодоранта, чистка зубов, мытье рук и мытье волос шампунем, являются важными навыками, которым необходимо обучать молодых людей, чтобы они стали как можно более независимыми. В то время как другие молодые люди могут просыпаться утром и иметь установленный распорядок дня, вашему ребенку могут потребоваться более подробные инструкции и напоминания о шагах, которые необходимо предпринимать каждое утро и каждый вечер. Визуальные подсказки в спальне и ванной могут быть полезными. «Забота о себе» Мэри Врубель — отличная учебная программа о здоровой гигиене, половом созревании и уходе за собой для молодых людей с аутизмом. Она включает в себя простые для понимания указания, а также наглядные изображения по многим темам, которые необходимо рассмотреть. Обучение гигиене, связанная с интимными местами в раннем возрасте, может послужить хорошим мостом к половому воспитанию и помочь в предотвращении сексуального насилия.

См. раздел «Развитие навыков самостоятельной жизни» в этом буклете для получения информации о важности обучения навыкам самообслуживания и эффективных способах быть уверенными, что ваш ребенок овладевает навыками личной гигиены в меру своих способностей, независимо от других проблем.

Половое созревание и сексуальность

Начало полового созревания — трудное время для всех детей старшего возраста и подростков, и изменения могут быть особенно трудными для детей с аутизмом. Подготовка имеет ключевое значение, поэтому важно заранее рассказать ребенку об этих изменениях. Ваш ребенок должен понимать, что происходит с его телом, а также что будет происходить в будущем.

Чем больше информации вы сообщите своему ребенку заранее, тем более он будет готов к таким событиям, как менструация или эрекция и эякуляция. Другие изменения, такие как рост волос на лобке или под мышками, также должны быть учтены. Хотя это может показаться неудобным, вы никогда не сможете быть слишком дотошным или откровенным в передаче этой информации вашему ребенку. Очень важно подчеркнуть, что эти изменения являются естественной частью жизни для всех и не должны рассматриваться как странные или пугающие.

Многие родители нервничают и беспокоятся, когда дело доходит до обучения своих детей сексуальности, особенно детей с аутизмом. Многие ошибочно считают, что учить молодых людей с аутизмом этому предмету менее важно, потому что они думают, что их дети с меньшей вероятностью столкнутся с проблемами, связанными с этой темой. Но сексуальное образование, возможно, более важно для людей с аутизмом, потому что они с меньшей вероятностью узнают об этом из других источников, таких как сверстники, фильмы и т.д. Для них также крайне важно понимать разницу между правильным и неправильным поведением и различать различные типы здоровых отношений.

Развивающий подход наиболее эффективен при обучении половому воспитанию молодых людей с аутизмом. Каждому навыку и поведению следует обучать серийно в виде последовательности шагов или иерархии событий. Например, можно разбить дорогу к половому акту на этапы: два человека встречаются, становятся друзьями, идут на свидание и держатся за руки и т.д.

Важно преподавать эти предметы так же, как и любые другие, и помнить, что именно вы несете ответственность за обучение своего ребенка сексу и сексуальности. Обязательно поощряйте и подчеркивайте правильное поведение, а также останавливайте и исправляйте любое неподобающее поведение. Позвольте вашим детям задавать вам любые вопросы и отвечайте на них просто и прямо.

Доктор Шана Николс, доктор философии, специалист по аутизму и сексуальности, предполагает, что программа сексуального образования должна включать в себя следующие темы: тело, неприкосновенность частной жизни, границы/прикосновения, выражение привязанности, социальные навыки и предотвращение эксплуатации. Также важно подчеркнуть разницу между публичным и интимным в отношении мест, частей тела, поведения и т.д.

Сексуальное образование касается не только полового созревания и секса. Доктор Николс также сообщает, что молодые люди часто упускают из виду навыки построения отношений.

Акцент на обучении социальным навыкам и навыкам взаимоотношений часто происходит в дошкольном возрасте, но эти навыки так же важны и позже, особенно в подростковом возрасте. В настоящее время существуют новые концепции для изучения и понимания, такие как различные типы отношений, их сходство и различие. Все отношения, в том числе отношения с незнакомцами, учителями, врачами, членами семьи и т.д. должны быть рассмотрены очень прямо, чтобы понять, что делает каждое из них

Хотя эта идея может показаться ошеломляющей, очень важно начать как можно раньше и быть максимально прямыми: здоровыми и подходящими.

Заключение

Поскольку по мере того, как дети вступают в подростковый возраст и приближаются к взрослой жизни, происходит много физических, умственных и эмоциональных изменений, важно следить за здоровьем вашего ребенка в каждой из этих областей. Поговорите с врачом вашего ребенка об изменениях, которые вы можете ожидать, и убедитесь, что вы и ваш ребенок заранее максимально подготовлены к этим изменениям. Подготовка и знания имеют большое значение, когда речь идет о здоровье молодого человека с аутизмом.



Технологии

В наши дни кажется, что весь наш мир вращается вокруг смартфонов, планшетов и интернета. «Погугли это!» или «Я добавлю тебя в друзья!» или «Вы видели этот твит?» — это лишь некоторые из популярных фраз, связанных с интернетом и социальными сетями, которые можно услышать почти везде, куда бы мы ни повернулись.

Цели и способы использования технологий очень различаются для подростков и молодых людей. Эти инструменты могут быть очень полезными для подростков, вступающих во взрослую жизнь, особенно для людей с аутизмом. Технологии могут помочь вашему ребенку стать более независимым, работать над своими проблемами и развивать свои сильные стороны.

Как технологии могут помочь

Ниже приведен список лишь некоторых областей, в которых технологии могут помочь вашему ребенку:

Коммуникация

Вероятно, наиболее распространенным применением технологий для помощи детям и взрослым с аутизмом является улучшение навыков общения. Существуют сотни приложений и множество встроенных функций различных устройств, которые могут помочь людям с аутизмом с различным уровнем навыков и способностей. Например, одно приложение может быть ориентировано на невербального ребенка или взрослого, в то время как другое может помочь с распознаванием социальных сигналов человеку

с развитыми вербальными коммуникативными навыками. Вы можете найти приложения для общения в базе данных приложений Autism Speaks по адресу autismspeaks.org/autism-apps.

Визуальные расписания

Визуальные расписания на планшетах могут стать отличным инструментом для помощи вашему ребенку в выполнении заданий и развития таких навыков, как уход за собой и выполнение каждодневных дел. Например, визуальное расписание для вечернего распорядка может помочь ему или ей научиться управлять временем и постепенно самостоятельно осваивать элементы распорядка — от перекуса после школы до выполнения домашних заданий, чистки зубов и всего, что между ними. Эти наглядные виды расписания могут быть очень полезными, среди прочего, помогая вашему ребенку научиться навыкам самостоятельной жизни.

Принятие решения

Люди с аутизмом, которым сложнее общаться, могут использовать технические приспособления, чтобы их «голоса» в процессе принятия различных решений были услышаны, что способствует развитию навыков самоадвокации, которые так важны, когда они становятся взрослыми. Вы можете начать с малого, например, вместо того, чтобы делать заказ за вашего ребенка в ресторане, вы можете предоставить ему или ей возможность использовать смартфон или планшет, чтобы указать на предмет, который он или она хочет.

Мотивирующий инструмент Технические устройства, такие как смартфон и планшет, также могут стать мотивационными для вашего ребенка. Использование iPad или любимого игрового приложения может служить наградой

за позитивное поведение, например за выполнение работы по дому или домашнее задание.

Социальные сети

Иногда человеку с аутизмом легче общаться в социальных сетях, чем с помощью более традиционных методов. Заведение друзей или общение с другими людьми в сети может помочь ему или ей развить навыки, которые могут быть востребованы в школе, на работе или в обществе.

Профессиональная помощь

Технологии могут быть очень полезны некоторым молодым людям и взрослым с аутизмом на рабочем месте. Например, пошаговые чек-листы могут помочь вашему ребенку оставаться в курсе дел и выполнять их упорядоченно и успешно. Напоминания и заметки о каждой задаче на случай, если он или она что-то забудет, вместо того, чтобы постоянно спрашивать начальника или коллегу, также могут помочь вашему ребенку стать более независимым на рабочем месте.

Социальные сети и безопасность в интернете

Люди с аутизмом так же, если не больше, заинтересованы в использовании интернета как средства доступа к большим массивам информации и людям. Для обеспечения безопасного и успешного использования интернета крайне важно, чтобы эти люди научились защищать себя в интернете и понимали, что уместно, а что нет в интернете.

В некоторых организациях есть специальные классы для обучения безопасным и интересным способам использования интернета. Вы должны внимательно следить за тем, как ваш ребенок

Дженифер 15 лет и у нее умеренный аутизм. У нее повторяющаяся речь, и ей часто трудно донести до окружающих свои потребности. Ее мать пытается вдохновлять ее на совершение самостоятельных действий и предлагает Джен заказать себе напиток в Starbucks. Сначала мама Джен носила с собой фотографии и заставляла Джен указывать на картинку с кофе или шоколадом, а затем на картинку, обозначающую нужную температуру (холодный/горячий).

Мать Дженифер поняла, что этот процесс был сложным для Дженифер и не позволял максимально использовать ее потенциал самостоятельности при принятии этих решений. Мама Дженифер решила использовать iPad, чтобы улучшить коммуникативные навыки Дженифер. Она купила приложение, которое позволяет Джен делать выбор в меню прямо на экране. Теперь Джен может зайти в Starbucks со своим iPad и разместить заказ, используя опции, которые она видит на экране устройства. Она может использовать эту программу для принятия решений в отношении меню и в других магазинах. Дженифер в восторге от того, что теперь она может получить напиток, который хочет, самостоятельно.

В беседе с матерью Дженифер об этом новом процессе, она объяснила, что было время, когда она отвечала за Дженифер и могла заказывать или не заказывать то, что Дженифер хотела. В прошлом это было поводом для конфликтов. Но с тех пор, как она купила свой iPad, Дженифер теперь может использовать это устройство, чтобы сообщать о своих желаниях, и такие мероприятия, как походы в Starbucks, стали гораздо более успешными.

пользуется интернетом, и постоянно следить за тем, чтобы его деятельность была безопасной и приемлемой.

Ниже приведены некоторые советы по безопасности в социальных сетях для подростков от Федеральной торговой комиссии, которыми вы должны поделиться со своим ребенком:

Подумайте о том, как работают разные сайты, прежде чем принять решение присоединиться к сайту. Некоторые сайты разрешают доступ к размещенному контенту только определенному сообществу пользователей; другие позволяют всем и каждому просматривать публикации.

Подумайте о сохранении некоторого контроля над информацией, которую вы публикуете. Рассмотрите возможность ограничения доступа к вашей странице или учетным записям для избранной группы людей, например, ваших друзей из школы, вашего клуба, вашей команды или вашей семьи.

Держите личную информацию при себе! Не публикуйте свое полное имя, номер социального страхования, адрес, номер телефона или номера банковских счетов или счетов кредитных карт, а также не публикуйте данные других людей. Будьте осторожны с публикацией информации, которая может быть использована для вашей идентификации или определения вашего местонахождения вне сети. К такой информации может относиться название вашей школы, спортивной команды, клуба и места, где вы работаете или проводите время.

Убедитесь, что ваше отображаемое имя или имя учетной записи не говорят о вас слишком много. Не используйте свое имя, возраст или родной город. Даже если вы думаете, что ваше отображаемое имя делает вас анонимным, не нужно быть гением, чтобы связать информацию и понять, кто вы и где вас можно найти!

Публикуйте только ту информацию, которую

вы хотите, чтобы другие видели и знали о вас. Вашу страницу увидят многие люди, включая ваших родителей, учителей, полицию, колледж, в который вы, возможно, захотите поступить в следующем году, или работу, на которую вы, возможно, захотите подать заявление через три года.

Помните, что однажды разместив информацию в сети, вы не сможете забрать ее обратно. Даже если вы удалите информацию с сайта, на чужих компьютерах останутся более старые версии.

Флирт с незнакомцами в сети может иметь серьезные последствия. Поскольку некоторые люди лгут о том, кто они на самом деле, никогда не знаешь, с кем имеешь дело.

Будьте осторожны, если новый онлайн-друг хочет встретиться с вами лично. Прежде чем вы решите с кем-то познакомиться, проведите исследование. Если вы все-таки решили встретиться с человеком, будьте осторожны: Встречайтесь в общественном месте, днем, в сопровождении друзей, которым вы доверяете. Сообщите взрослому или отвечающим за вас брату или сестре, куда вы идете и когда собираетесь вернуться.

Доверяйте своей интуиции, если у вас есть подозрения! Если вы чувствуете угрозу со стороны кого-то или вам неудобно из-за чего-то в Интернете, скажите об этом взрослому, которому вы доверяете, и сообщите об этом в полицию и администрации сайта. В конечном итоге вы можете помешать кому-то другому стать жертвой.



Важность цифровой грамотности

Цифровая грамотность, или умение работать с цифровыми устройствами такими, как смартфоны, планшеты и компьютеры, стала очень важным навыком за последнее десятилетие. Особенно в мире, где подавляющее большинство возможностей трудоустройства связано с умением пользоваться технологиями, обучение этим навыкам людей с аутизмом должно начинаться в раннем возрасте. Ваш ребенок может не иметь возможности общаться традиционным способом или чувствовать себя очень некомфортно на рабочем месте, но до тех пор, пока он или она может использовать важные связанные с работой навыки в своей работе, поиск и сохранение рабочего места могут быть гораздо менее сложными.

Обучение вашего ребенка таким вещам, как использование электронной почты, обработки текстов, работе в Интернете и многим другим, принесет ему или ей пользу в подростковом и взрослом возрасте. Эти уроки также могут включать в себя использование социальных сетей и то, чем уместно делиться, а чем нет в интернете.

Эти знания также могут помочь в воспитании большей самостоятельности вашего ребенка и могут открыть для него двери к большему количеству возможностей в старшей школе, программах высшего образования и, в конечном итоге, трудоустройстве.

Autism Expressed — это интерактивная система онлайн-обучения, которая обучает применимым на рынке цифровым жизненным навыкам, способствующим независимости учащихся в технологическом обществе и экономике. Узнайте больше и зарегистрируйтесь на autismexpressed.com.

Оценка

Технологии также можно использовать для проведения оценок, которые выявляют сильные стороны вашего ребенка и помогают определить области, в которых он или она могут столкнуться с трудностями. Виды оценки, проводимые с помощью интервью или ручки с бумагой, часто могут быть трудными для детей и взрослых с аутизмом, поэтому виды оценки, доступные с помощью компьютеров и планшетов, оказываются очень полезными. Эти виды оценки могут помочь вам адаптировать программы обучения вашего ребенка таким образом, чтобы она продолжала опираться на его или ее сильные стороны и способности и улучшать навыки, с которыми у него возникают проблемы.

Например, Identifor — это первый цифровой инструмент, который использует игры, чтобы показать, как человек любит проводить свое время, и сопоставляет это с соответствующими вариантами карьеры, направляя учащихся на личную тропу к полноценному будущему.

Заключение

Технологии могут сыграть важную роль в плане перехода вашего ребенка, особенно в сегодняшнем мире, где кажется, что технологии правят всем. В интернете определенно есть опасности, о которых важно, чтобы ваш ребенок знал, но по большей части интернет, технологические устройства и достижения были и будут оставаться жизненно важными ресурсами для людей с аутизмом. Изучите этот вопрос и узнайте, как можно максимально увеличить пользу от использования технологий для вашего ребенка. Найдите инструменты, приложения и веб-сайты, которые помогут подготовить его или ее к будущему, с помощью обучения важным навыкам, повышения независимости и расширения способностей и сильных сторон, которые будут иметь решающее значение на пути к взрослой жизни. Здесь и правда найдется что-то для всех!

Заключение

буклета, существует множество факторов, влияющих на то, чтобы переход во взрослую жизнь был максимально эффективным и успешным для молодого человека с аутизмом. Мы надеемся, что информация, содержащаяся в этом буклете, поможет вам в этот критический период жизни вашего ребенка. Обязательно ознакомьтесь с графиком, который мы предоставили для процесса перехода в вашей конкретной ситуации, и используйте его в качестве руководства, которое поможет вам ориентироваться в этом процессе.

Мы надеемся, что этот буклет выполнил свою задачу и помог вам и вашему «молодому взрослому» с аутизмом пройти путь к счастливой и полноценной взрослой жизни! Мы приветствуем любые отзывы или предложения которые вы захотите прислать, чтобы сделать этот буклет максимально полезным — пожалуйста, напишите нам по адресу transitiontoolkit@autismspeaks.org.

Команда Autism Speaks Autism Response Team готова помочь вам с любыми дополнительными ресурсами и поддержкой, которые могут вам понадобиться в процессе перехода. **Не стесняйтесь обращаться в любое время по телефону 888-288-4762 (на для испаноговорящих 888-772-9050) или по электронной почте familyservices@autismspeaks.org.**

Мы желаем вам и вашей семье всего наилучшего в этом увлекательном путешествии во взрослую жизнь!

Есть несколько основных выводов, которые мы хотим, чтобы вы вынесли из буклета для перехода от Autism Speaks:

Каждый человек с аутизмом индивидуален, поэ-

тому каждому в процессе перехода потребуются разные виды поддержки и услуги.

Очень важно начать как можно раньше, оценить что нравится и что не нравится вашему ребенку, его сильные стороны и проблемы, а также составить план, который поможет создать для него или нее как можно более независимую и приятную жизнь.

Не забудьте как можно лучше вовлечь своего ребенка в процесс перехода во взрослую жизнь. Чтобы в один прекрасный день захить независимой жизнью, человек с аутизмом должен иметь как можно больше возможностей для реализации своего права голоса при принятии решений, касающихся его или ее будущего.

Крайне важно научить молодых людей с аутизмом отстаивать свои интересы и убедиться, что они знают, как получить не только те услуги, которые им могут понадобиться, но и услуги, которые они хотят.

Начните обучать навыкам самостоятельной жизни в раннем возрасте и постепенно развивайте их. Для освоения этих навыков вашему ребенку может потребоваться время, но продолжайте мотивировать и поддерживать его или ее до тех пор, пока важные жизненные навыки, такие как гигиена, не будут изучены и поняты. Не бойтесь начинать с малого. Этот процесс займет время, но если вы начнете заранее и предпримете правильные шаги, вы сможете успешно заложить основу для будущего вашего ребенка с аутизмом.

Будущее может показаться неопределенным и пугающим прямо сейчас, но правильные шаги во время перехода ко взрослой жизни помогут уменьшить эти страхи.

Ресурсы

ОБЩАЯ ИНФОРМАЦИЯ О ВЗРОСЛЕНИИ

Подростки в спектре аутизма: Руководство для родителей по когнитивным, социальным, физическим и переходным потребностям подростков с расстройствами аутистического спектра

Шанталь Сисиль-Кира

Аутизм и переход к взрослой жизни: Успех за пределами класса

Пол Вехман, Марсия Дэтлоу Смит, Кэрол Шалл

Руководство по переходу при аутизме: Планирование пути от школы к взрослой жизни Кэролайн

Торварт Брюи, психолог, Мэри Бет Урбан, доктор медицинских наук.

Взросление в спектре: Руководство по жизни, любви и обучению для подростков и молодых людей с аутизмом и синдромом Аспергера

Линн Керн Когель, доктор философии, Клэр Лазебник

Сопровождение вашего подростка с особыми потребностями в период перехода от школы к

взрослой жизни: Инструменты для родителей

от Мэри Корпи

Жизненный путь через аутизм: Руководство по переходу к взрослой жизни

Организация по исследованию аутизма, Юго-западный исследовательский и ресурсный центр по аутизму. researchautism.org/resources/reading/documents/TransitionGuide.pdf

САМОАДВОКАЦИЯ

Спроси и скажи: Самозащита и раскрытие информации для людей в спектре аутизма под редакцией

Стивена М. Шора, Ed.D.

Адвокат на каждый день: Встаньте на защиту вашего ребенка с аутизмом

Арева Мартин, эсквайр.

Интегрированная учебная программа ISA® по самоадвокации: Программа для начинающих отстаивать свои права с аутистическим спектром и другими заболеваниями

Валери Парадиз, доктор философии.

Это мой выбор

Уильям Т. Аллен, доктор философии из Совета губернатора Миннесоты по проблемам развития mn.gov/mnddc/extra/publications/choice/Its_My_Choice.pdf

Сохраняя реальность: Как получить поддержку, необходимую для жизни, которую вы хотите Центр нарушений развития Богса rwjms.umdnj.edu/boggscenter/projects/keep_real_more.html

Обучение навыкам самоадвокации и раскрытия информации

Стивен М. Шор для Autism Spectrum Quarterly

autismtoday.com/library-back/Learning%20the%20Skills%20of%20Self%20Advocacy.pdf

Открывая двери для навыков самоопределения: Планирование жизни после окончания средней школы — Пособие для учащихся, школьных консультантов, учителей и родителей

Департамент народного просвещения штата Висконсин

sped.dpi.wi.gov/sites/default/files/imce/sped/pdf/tranopndrs-self-determination.pdf

Образовательный сайт по личностно-ориентированному планированию

Школа ILR Корнельского университета и Институт занятости и инвалидности

personcenteredplanning.org

Проект СТИР: Шаги к независимости и ответственности

Каролинский институт пороков развития

self-advocate.org

РАЗВИТИЕ НАВЫКОВ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ЖИЗНИ

Ключи к успешной независимой жизни, работе и хорошей социальной жизни для людей с аутизмом и синдромом Аспергера

Тэтмпл Грандин

autism.com/grandin_independence

Навыки самопомощи для людей с аутизмом: Систематический подход к обучению

Стивен Андерсон, доктор философии, ВСВА, Эми Л. Яблонски, психолог, Маркус Л. Томер, доктор философии. и Вики Мадаус Кнапп, доктор философии, ВСВА

ПЕРЕХОД И IEP

IEP от А до Я: Как создавать значимые и измеримые цели и задачи

by Diane Twachtman-Cullen, Jennifer Twachtman-Bassett

Individuals with Disabilities Education Act (IDEA)

idea.ed.gov

Индивидуальная программа обучения (IEP): Обзор процесс и практические советы

разработано Goodwin Procter LLP для Autism Speaks

autismspeaks.org/family-services/tool-kits/iep-guide

Переход к взрослой жизни

Центр информации и ресурсов для родителей parentcenterhub.org/repository/transitionadult

ЮРИДИЧЕСКИЕ ВОПРОСЫ ДЛЯ РАССМОТРЕНИЯ

Академия специалистов по планированию с особыми потребностями
specialneedsanswers.com

BEST: Benefit Eligibility Screening Tool
ssabest.benefits.gov

Центры услуг Medicare и Medicaid
cms.gov

Информационная служба по услугам на дому и по месту жительства
hcbs.org

Юридические рекомендации для сообщества людей с аутизмом
разработано Goodwin Procter LLP для Autism Speaks
autismspeaks.org/sites/default/files/documents/family-services/gp_legal_guidelines.pdf

Письмо о намерениях
child-autism-parent-cafe.com/letter-of-intent.html

Справочная служба Medicaid: Ваш источник информации о государственной программе Medicaid
thedesk.info

Национальная ассоциация консультантов по нарушениям развития
nacdd.org

Понимание услуг Medicaid на дому и по месту жительства: Учебник для начинающих
Министерство здравоохранения и социальных служб США
aspe.hhs.gov/understanding-medicaid-home-and-community-services-primer-2010-edition

Управление социального обеспечения США
ssa.gov

ОБЩЕСТВЕННАЯ ЖИЗНЬ

Проект безопасность при аутизме от Autism Speaks
autismspeaks.org/safety

Акция проекта Easter Seals: Обучение, онлайн-сообщество и ресурсы, предназначенные для обучения путешественникам
projectaction.org/Training/TravelTraining.aspx

Распознавание и предотвращение злоупотреблений
autismspeaks.org/family-services/autism-safety-project/abuse

ТРУДОУСТРОЙСТВО И ДРУГИЕ ВОЗМОЖНОСТИ

Буклет по трудоустройству от Autism Speaks
autismspeaks.org/family-services/tool-kits/employment

Руководство для работодателя по найму и сохранению сотрудников с расстройствами аутистического спектра
autismspeaks.org/sites/default/files/docs/employer_guide_to_hiring_and_retaining.pdf

Руководство для родителей по трудоустройству взрослых с расстройствами аутистического спектра
autismspeaks.org/sites/default/files/docs/employment_tool_kit_parent_booklet.pdf

Спектр карьеры: Портал вакансий для людей с аутизмом, работодателей и поставщиков услуг
thespectrumcareers.com

Не мысли ярлыками. Портал поиска работы
thinkbeyondthelabel.com

Поддержка на работе: Реабилитационный научно-исследовательский и учебный центр Университета Содружества Вирджинии по вопросам поддержки на рабочем месте и сохранения работы
worksupport.com

Сеть трудоустройства
askjan.org

ВОЗМОЖНОСТИ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Autism Speaks о возможностях высшего образования. Руководство
autismspeaks.org/family-services/tool-kits/postsecondary

Впереди: Достижения в высшем образовании
aheadd.org

«Акт об инвалидах США» от 1990 г. Вопросы и ответы: Раздел 504 и послесреднее образование
pacer.org/publications/adaqa/504.asp

Программа стажировки в колледже (CIP)
cipworldwide.org

Ресурсы для высшего образования, Библиотека ресурсов Autism Speaks
autismspeaks.org/family-services/resource-library/post-secondary-education-resources

Раздел 504: Руководство для родителей и педагогов
Национальная ассоциация школьных психологов
nasponline.org/families/documents/35-1_S8-35_section_504.pdf

Учащиеся с ограниченными возможностями: Подготовка к высшему образованию — знайте свои права и обязанности

[Управление гражданских прав Министерства образования США 2. ed.gov/about/offices/list/ocr/transition.html](https://www.ed.gov/about/offices/list/ocr/transition.html)

Варианты обучения в колледже для людей с ограниченными интеллектуальными возможностями [thinkcollege.net](https://www.thinkcollege.net)

ЖИЛЬЕ И ЖИЛИЩНАЯ ПОДДЕРЖКА

Буклет о жилье и жилищной поддержке от Autism Speaks autismspeaks.org/family-services/housing-and-community-living

Инициатива домашней и общественной жизни от Autism Speaks autismspeaks.org/advocacy/advocacy-news/housing-and-community-living-initiative

Фонд возможностей для инвалидов [thedof.org](https://www.thedof.org)

Ресурсный центр HUD по разделу 811 о жилищной поддержке [811resourcecenter.tacinc.org](https://www.811resourcecenter.tacinc.org)

Услуги Medicaid на дому и по месту жительства [medicaid.gov/Medicaid-CHIP-Program-Information/By-Topics/Long-Term-Services-and-Supports/Home-and-Community-Based-Services/Home-and-Community-Based-Services.html](https://www.medicaid.gov/Medicaid-CHIP-Program-Information/By-Topics/Long-Term-Services-and-Supports/Home-and-Community-Based-Services/Home-and-Community-Based-Services.html)

Национальная ассоциация поставщиков жилья для взрослых с аутизмом (NARPAА) www.narpaa.org

Открытие дверей: Обсуждение вариантов проживания для взрослых, живущих с аутизмом и связанными с ним расстройствами [autismcenter.org/resources](https://www.autismcenter.org/resources)

Министерство жилищного строительства и городского развития США (HUD) [hud.gov](https://www.hud.gov)

ЗДОРОВЬЕ

Аспергер и сексуальность: Половое созревание и не только Джерри и Мэри Ньюпорт

Аутизм и проблемы психического здоровья: Руководство по вопросам психического здоровья, влияющим на людей с расстройствами аутистического спектра map-usf.fmhi.usf.edu/docs/resources/CARD_ASDMH_Brochure092109.pdf

Девочки, растущие в спектре аутизма: Что родители и специалисты должны знать о предподростковом и подростковом возрасте

Шана Николс с Джинной Мари Моравчик и Самарой Пулвер Тетенбаум

Национальный институт психического здоровья [nimh.nih.gov](https://www.nimh.nih.gov)

Обучение сексуальности и взаимоотношениям детей и подростков с расстройствами аутистического спектра: Руководство для профессионалов по пониманию, предотвращению проблем, поддержке сексуальности и реагированию на неподобающее поведение

Давида Хартман

Забочусь о себе: Личная гигиена при пубертате. Учебная программа для молодых людей с аутизмом Мэри Дж. Уорбел

ТЕХНОЛОГИИ

База данных приложений для людей с аутизмом от Autism Speaks autismspeaks.org/autism-apps

Autism Expressed: Цифровые навыки для подростков с аутизмом autismexpressed.com

Cyberbully411: Предотвращение киберзапугивания и преследования в Интернете [cyberbully411.org](https://www.cyberbully411.org)

Identifor: Использование игр, чтобы определить сильные стороны, интересы и разработать комплексный план перехода [identifor.com](https://www.identifor.com)

i-SAFE: Лидер в области технологий электронной безопасности и образования [i-safe.org](https://www.i-safe.org)

Неправильная планета: Интернет-сообщество синдрома Аспергера и аутизма [wrongplanet.net](https://www.wrongplanet.net)

**Остались вопросы или нужна помощь?
Пожалуйста, свяжитесь с командой Autism Response для
получения информации, ресурсов и инструментов.**

**Эл. адрес: FAMILYSERVICES@AUTISMSPEAKS.ORG
WWW.AUTISMSPEAKS.ORG**



Деятельность Autism Speaks направлена на продвижение решений для людей, находящихся в любой точке аутистического спектра и на любом этапе жизни, а также их семей. Мы делаем это посредством распространения материалов и поддержки; улучшения понимания и принятия людей с аутизмом; и продвижения исследований причин и более эффективных мер лечения и помощи людям с расстройством аутистического спектра и связанных с ним состояний.

Чтобы узнать больше об Autism Speaks, посетите AutismSpeaks.org.



**КАЖДЫЙ
ОСОБЕННЫЙ**
Благотворительный фонд
системной помощи



Набор инструментов от Autism Speaks

**Набор инструментов
для перехода во взрослую жизнь**

ko-fund.ru mail@ko-fund.ru