



## Vodič za početnike u sportu na spektru

Koraci u razvoju programa za osobe s autizmom



Partneri na projektu:



U suradnji s:



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

Ova je publikacija dio projekta SISAAP, koji vodi Federazione Trentina della Cooperazione i sufinancira Europska unija, program Erasmus+.

Ovaj dokument koordinirala je Escuela Andaluza de Economía Social u sklopu projekta SISAAP.

Autori: Ovu je publikaciju napisala i sastavila Escuela Andaluza de Economía Social (EAES) u ime projekta SISAAP uz doprinose koje su zahvalno primili svi drugi partneri projekta SISAAP: Associazione Nuove Rotte, Hrvatski savez udruga za autizam, Autismo Sevilla i Federazione Trentina della Cooperazione (FTC).

Kontakt podaci:  
<https://www.cooperazionerentina.it/it>

Datum objave: siječanj 2022

# KAZALO

1. Uvod
  - 1.1. Struktura priručnika
  - 1.2. Projekt SISAAP
  - 1.3. Partnerstvo
    - 1.3.1. Koordinator
    - 1.3.2. Partnerske organizacije
  - 1.4. Koja je svrha priručnika
    - 1.4.1. Ciljevi
    - 1.4.2. Ciljana javnost(i)
  - 1.5. Autizam i sport
    - 1.5.1. Što je autizam
    - 1.5.2. Sport kao pravo osoba s autizmom
    - 1.5.3. Sport kao alat
    - 1.5.4. Specifične prednosti sportske prakse za osobe s autizmom. Dokazi i primjeri
2. Planiranje Inicijative Sport i Autizam
  - 2.1. Planirajte i definirajte
  - 2.2. Prijemite
  - 2.3. Izvršiti
  - 2.4. Nadgledanje i podešavanje
  - 2.5. Procijeniti i sistematizirati
3. Okvir kompetencija
  - 3.1. Znanje, vještine i stavovi
    - 3.1.1. Koordinator
    - 3.1.2. Instruktor
    - 3.1.3. Osoba za podršku
    - 3.1.4. Stručni trener
4. Savjeti i preporuke

## 1. Uvod

Sport je jedan od uvijek prisutnih dijelova naše svakodnevice. Ljudi diljem Europe sudjeluju u sportskim aktivnostima, gledaju sport, koriste ga kao način povezivanja sa svojim prijateljima i da ostanu zdravi. U proteklom desetljeću EU je također prepoznala dobrobiti sporta za zdravlje, gospodarstvo i razvoj zajednica diljem Europe. Lako je pronaći ljude u svakoj zajednici koji će naglašavati kako je sport bio ključni dio njihovih života i kako je pridonio njihovom tjelesnom i mentalnom razvoju.

Imajući sve to na umu, lako je vidjeti kako zajednica osoba s autizmom mora biti uključena u sportske aktivnosti te imati koristi od svega što sport donosi široj javnosti. Osim dobro poznatih dobrobiti sportskih aktivnosti, vrlo je vrijedan aspekt uključivanja u komunikaciju koji se može iskoristiti u boljem razumijevanju autizma u široj javnosti i otvaranju vrata osobama s autizmom u svakodnevni život naših zajednica.

Uzimajući sve to u obzir dolazimo do cilja ovog vodiča. Grupa profesionalaca iz područja autizma, sporta, organizacijskog razvoja i inovativnih praksi iz tri zemlje članice EU-a udružila se na projektu Sport za povećanje socijalizacije i sposobnosti osoba s autizmom - SISAAP. Ovo je bio okvir za izradu vodiča za razvoj sportskih aktivnosti za osobe s autizmom. Projekt je finansirala Europska komisija kroz program Erasmus+.

Ovaj vodič/priručnik razvijen je s namjerom da pruži alat jednostavan za korištenje koji može biti početna točka za razvoj sportskih programa, ističući neke važne korake i čimbenike na ovom putu. U dvije godine koliko je ovaj resurs razvijan, sastali smo se kako bismo razgovarali o našim iskustvima u ovom području i razmijenili ideje i znanja.

Nadamo se da će čitatelj vodič smatrati korisnim s obzirom da se mnogo razmišljalo o pružanju resursa kojim bi se mogla koristiti kako mala skupina volontera, tako i jaka organizacija koja želi otvoriti novo polje rada.

Sretno i imajte na umu da i uz autizam i sport svaki dan naučite nešto novo.

## 1.1 Struktura priručnika

Vodič je strukturiran u 4 dijela:

**Dio I - Uvod**, predstavlja Erasmus + projekt SISAAP, njegove ciljeve i glavne partnere.

**Dio II – Planiranje sportskih aktivnosti za osobe s autizmom (Inicijativa Sport i Autizam)**, bavi se glavnim područjima i čimbenicima koje je potrebno uzeti u obzir kako bi se dizajnirali, organizirali, pokrenuli i učinkovito upravljali sportskim programima za osobe s autizmom. Cilj ovog dijela je pružiti organizacijama solidno znanje o temeljima potrebnim za pokretanje Inicijative Sport i Autizam.

**Dio III – Okvir osnovnih kompetencija**, istražuje osnovno znanje, vještine i stavove potrebne različitim ulogama potencijalno uključenim u Inicijativu Sport i Autizam: od sportskih trenera do edukatora i asistenata za osobe s autizmom, volontera i sportskih suigrača.

**Dio IV – Savjeti za pokretanje Inicijative Sport i Autizam**, predlaže neke korisne savjete temeljene na učenju stečenom tijekom projektnih aktivnosti.

## 1.2 Projekt SISAAP

Projekt SISAAP – Sport za povećanje socijalizacije i sposobnosti osoba s autizmom – ima za cilj poticanje socijalne uključenosti i osiguranje jednakih mogućnosti za osobe s poremećajima iz spektra autizma (PSA) kroz sportske aktivnosti. Velikom broju djece i odraslih poremećaj iz spektra autizma uzrokuje trajne deficite u društvenoj komunikaciji i društvenim interakcijama. U Europi postoji samo nekoliko organizacija koje promiču sportske aktivnosti za osobe s autizmom, a većina njih nije dovoljno osposobljena za rad s ovom ciljnom grupom koja se ne može smatrati samo oblikom intelektualne teškoće, već zahtijeva specifičan organiziran pristup.

Glavni cilj projekta SISAAP je okupiti europsku i komplementarnu mrežu stručnjaka koji pokrivaju cijeli lanac vrijednosti za sportove na vodi za osobe s autizmom, uključujući trenere i ključne aktere koji se bave autizmom. To pogoduje međunarodnoj mobilnosti, međusektorskoj i interdisciplinarnoj suradnji, u svrhu razmjene znanja, metoda rada, vještina i, shodno tome, usavršavanja ljudi koji rade u ovom području te redizajniranja i ažuriranja njihovih profesionalnih profila. U tom smislu, projekt daje doprinos prevladavanju nedostatka adekvatnih programa obuke za praktičare. Nadalje, rezultati tri transnacionalna sastanka u Hrvatskoj, Španjolskoj i Italiji prikupljeni su u kratkom videou te u ovom mini katalogu sportskih mogućnosti za osobe s autizmom i stručnih osoba potrebnih za njihovu provedbu. Ovaj mini katalog je alat namijenjen sportskim udružama, trenerima i obiteljima osoba s autizmom, i to na transnacionalnoj razini.

Europska dodana vrijednost projekta SISAAP je poticanje suradnje relevantnih dionika kroz razmjenu dobrih praksi i novih, holističkih, oblika suradnje.

## 1.3 Partnerstvo

### 1.3.1 Koordinator

Federazione Trentina della Cooperazione (FTC) je zadružno poduzeće osnovano 1895. godine sa sjedištem u Trentu na sjeveru Italije. FTC okuplja gotovo sva zadružna poduzeća u regiji Trentino (cca. 500), s 255.000 zadrugara (od oko 500.000 stanovnika). Pruža pomoć, savjetovanje, nadzor i reviziju u svim poslovnim sektorima i djeluje kao politički predstavnik dajući podršku pokretu u cijelini.

FTC je organiziran u 5 glavnih sektora: poljoprivreda, maloprodaja, kredit, rad i usluge, socijalni i stambeni sektor. Socijalni sektor igra važnu ulogu u gospodarskom i socijalnom području, brojeći oko 56 socijalnih zadruga koje zapošljavaju oko 800 ljudi, uz doprinos tisuća volontera koji pomažu oko 10.000 osoba u nepovoljnem položaju. Socijalne zadruge pružaju potporu za njegu i pomoć osobama u teškim situacijama kao što su mladi i odrasli koji prolaze kroz socijalne, osobne i ekonomski poteškoće, pojedinci s psihijatrijskim problemima, starije osobe, invalidi, imigranti.

FTC je angažiran kroz svoje socijalne zadruge s dugogodišnjim iskustvom u području socijalne pomoći i brige za osobe s intelektualnim teškoćama. Ove zadruge djeluju u specifičnom području sporta, osiguravajući tjelesnu aktivnost i motorički razvoj osmišljen kako bi pomogao osobama s invaliditetom da steknu vještine i samopouzdanje potrebne za aktivno bavljenje sportom. Ne samo za rekreaciju, već i za stvaranje kulture kretanja kao alata za obuku i transverzalni razvoj. Tjelesne aktivnosti koje se provode koriste se i kao sredstvo za povećanje sveukupne kvalitete života, pomažući u ublažavanju socijalne isključenosti slabijih članova društva stvaranjem alternativne potpore ponuđenim konvencionalnim metodama, istovremeno pružajući obrazovnu aktivnost, posebno za mlađu populaciju. Članice FTC-a također su uključene u istraživačke projekte koji se tiču sporta, posebno za osobe s autizmom. Imaju veze s mnogim nacionalnim organizacijama koje djeluju na području sporta i invaliditeta, kao što su akreditirane organizacije za promicanje sporta, jedriličarski klubovi za osobe s invaliditetom, sportski savez osoba s intelektualnim teškoćama i Paraolimpijski odbor.

### 1.3.2 Partnerske organizacije

#### 1.3.2.1 Autismo Sevilla

Autismo Sevilla je neprofitna organizacija osnovana 1978. godine od strane grupe roditelja djece s dijagnozom poremećaja iz spektra autizma (PSA). Njegova je misija poboljšati kvalitetu života osoba s autizmom i njihovih obitelji tijekom životnog ciklusa, nudeći specijalizirane usluge za djecu pa sve do odrasle dobi.

Vizija Autismo Seville usredotočuje se na predanost zajedničkom projektu usmjerenom na poboljšanje kvalitete života, kroz odgovorno, etično i upravljanje vođeno izvrsnošću. Organizacija dijeli strateške prioritete definirane od strane Autism Europe, koji uzimaju u obzir dugoročnu zabrinutost za odgovarajuću pažnju, obrazovanje, dobrobit osoba s autizmom, starenje, nedostatak javne potpore, krizu skrbi i ulogu obitelji i zaposlenja, slijedeći Konvenciju Ujedinjenih naroda o pravima osoba s invaliditetom.

#### 1.3.2.2 Savez udruga za autizam Hrvatske (SUZAH)

Savez udruga za autizam Hrvatske (SUZAH) je nevladina udruga koja koordinira 12 udruga članica diljem Hrvatske s istom misijom poboljšanja kvalitete života djece s autizmom i njihovih obitelji. Sa svojim organizacijama članicama SUZAH broji oko 2000 članova, ali komunicira sa širom javnošću i

pomaže roditeljima diljem Hrvatske. Misija SUZAH-a je unaprijediti skrb za osobe s autizmom u Hrvatskoj te podržati njihove roditelje i aktiviste u aktivnostima na području autizma.

Savez udruga za autizam Hrvatske ima dugu povijest koja seže u 1979. godinu kada se prva grupa roditelja organizirala za unapređenje skrbi i sustava podrške svojoj djeci s autizmom. SUZAH redovito organizira edukativne aktivnosti u Hrvatskoj o različitim temama vezanim uz autizam te je organizirala redovita okupljanja predstavnika organizacija članica iz cijele zemlje s ciljem razmjene dobrih praksi i razvoja novih ideja.

Organizacija je na nacionalnoj i europskoj razini prepoznata kao snažan zagovornik osoba s autizmom i njihovih obitelji te je razvila preko 30 različitih projekata, programa i edukativnih materijala.

#### 1.3.2.3 Fundación Escuela Andaluza de Economía Social (FEAES)

Fundación Escuela Andaluza de Economía Social (FEAES) je privatna neprofitna zaklada sa sjedištem u Andaluziji (Španjolska) koju su 2002. osnovali Andaluzijska konfederacija organizacija socijalne ekonomije (CEPES) i Federacija radnih zadruga. FEAES ima 17 godina iskustva u području osposobljavanja i razvoja poduzetnika, menadžera i stručnjaka socijalne ekonomije. FEAES organizira i provodi razne programe osposobljavanja i razvoja usmjerenih na stjecanje vještina, znanja i stavova potrebnih za upravljanje društvenim organizacijama i društvenim poduzećima.

FEAES ima profesionalne kompetencije u osmišljavanju participativnih i dinamičnih aktivnosti koje potiču razmjenu znanja i iskustava među stručnjacima iz različitih sredina, te u sistematizaciji i razmjeni relevantnih informacija i sustavno akumuliranih znanja i vještina.

#### 1.3.2.4 Nuove Rotte (ANR)

Udruga za promicanje sporta i društva NuoveRotte (ANR) je neprofitna organizacija osnovana 2009. godine. Misija ANR-a je obavljanje djelatnosti od društvene vrijednosti u sektorima sporta, kulture, obrazovanja, turizma, društvenog agregiranja i solidarnosti uz puno poštivanje slobode i dostojanstva članova. NuoveRotte djeluje u pokrajini Trento i broji oko 20 članova. ANR je član CONI – Nacionalnog talijanskog olimpijskog odbora. Stoga je formalno ovlaštena za promicanje i provedbu sportskih događaja.

Udruga je do sada organizirala inkluzivno jedrenje i inkluzivno planinsko pješačenje (u 5 godina "Walk in progress" je stvorio inkluzivni trekking u planinama Trentina, gdje volonteri, edukatori i osobe s kognitivnim teškoćama provode vrijeme zajedno, na otvorenom, uključeni u inkluzivne, pristupačne aktivnosti; „Kampus za jedrenje“, inkluzivni trening jedrenja, organiziran u partnerstvu s Lo spirito di stella ONLUS, od 2012. do 2015. godine). ANR je također organizirao projekte usmjerene podizanju svijesti o inkluziji osoba s invaliditetom (npr. "Bez prepreka: radionica sporta i invaliditeta" organizirana 2014. godine u suradnji s Arché – socijalnom zadrugom – i uz potporu Centra za volonterski servis, INAIL-a i Regije Trentino Alto Adige – događaj je kombinirao teoretsku sesiju, uključujući konferenciju i okrugli stol sa stručnjacima i nacionalnim parapsportašima, te trening na koji su različite lokalne udruge bile pozvane da pokažu različite sportske mogućnosti za osobe s invaliditetom). Štoviše, udruga je organizirala projekte za podizanje svijesti o pitanjima okoliša i aktivnog građanstva (npr. „Arco a Ruota Libera“ je 2017. godine radila na održivoj mobilnosti, popravljanju starih bicikala, stvaranju mjesta za dijeljenje bicikala (besplatno za mlade) te razmjeni dobrih praksi tijekom radionica; "Happening Park" je 2016. radila na obnovi urbanih prostora, stvarajući zajednicu ljudi koji brinu o gradskom parku u Arco, Trento).

Konačno, ANR djeluje zahvaljujući radu svojih volontera. Među njima, članovi osnivači imaju kompetencije u području socijalne uključenosti osoba s invaliditetom, upravljanja neprofitnim organizacijama, komunikacije, sporta i obrazovanja.

## 1.4 Koja je svrha priručnika

### 1.4.1 Ciljevi

Cilj ovog vodiča je razumjeti glavna područja i čimbenike koje je potrebno uzeti u obzir pri osmišljavanju i pokretanju sportskih inicijativa za osobe s autizmom koje su učinkovite, dosljedne, participativne i održive za zajednicu.

### 1.4.2. Ciljana javnost

- Udruge i organizacije spremne pokrenuti sportske inicijative za osobe s autizmom u svojim lokalnim zajednicama te osmislići osnove kako ih implementirati kroz brojne primjere i iskustva kojima će se inspirirati.
- Stručnjaci u području autizma koji će osigurati naputke i primjere kako svoje kompetencije prilagoditi specifičnoj domeni sporta.
- Stručnjaci u području sporta koji će postaviti osnovne principe i smjernice za olakšavanje sportske prakse osobama s autizmom.
- Volonteri, sportski kolege i druge osobe koje komuniciraju s osobama s autizmom u sportskim aktivnostima koji će se upoznati s osnovnim načelima za usmjeravanje i prilagodbu njihovog ponašanja i sudjelovanja.

## 1.5. Autizam i sport

### 1.5.1 Što je Autizam?

Poremećaj spektra autizma (PSA) je neurorazvojni poremećaj neurobiološkog porijekla koji je prisutan od prvih godina života. Svi pojedinci dijele poteškoće u razvoju društvenih i komunikacijskih vještina te iskazuju ponavljajuća ponašanja i interes. Međutim, te se poteškoćejavljaju s različitim stupnjevima intenziteta duž "spektra". Osim toga, osobe s PSA mogu imati i druga povezana stanja koja njihovu prezentaciju čine vrlo raznolikom. Autizam se javlja tri puta češće kod muške djece, a trenutno se smatra da do 50% pojedinaca može imati pridružene intelektualne teškoće.

Autizam je doživotni invaliditet složenog karaktera koji svaku osobu iz spektra pogoda na drugačiji način. Rano otkrivanje i rana specijalizirana skrb, kao i individualizirana podrška prilagođena specifičnim potrebama u različitim kontekstima i trenucima života, temeljni su za poboljšanje kvalitete života i postizanje maksimalnog stupnja osobnog razvoja.

Socio-emocionalne vještine:

Iako mogu iskazati naklonost i privrženost, osobe s autizmom imaju teškoća s razumijevanjem prikladnog ponašanja u međuljudskim odnosima. U praksi mogu primjenjivati osnovne vještine u odnosu s ljudima te razumiju ponašanja i emocije drugih, no pokazuju ograničenja u izražavanju

empatije te socio-emocionalni reciprocitet te ograničeni interes za dijeljenjem svojih interesa s drugima.

Osobe s autizmom su često društveno izolirane zbog razlika u interakciji s osobama iz okoline, ograničene društvene inicijative i vrlo često ograničenim društvenim odnosima jer to ne čine na društveno prilagođen način te ne razumiju društvene norme.

Komunikacija i jezik:

Unutar ovog područja postoji velika varijabilnost, od ljudi koji ne razviju nikakav govorni jezik, ljudi koji govore jezik koji se ponavlja i slabo funkcioniра, do ljudi s dobrom formalnim jezikom kojeg koriste na neprilagođen način. Svi pojedinci pokazuju ograničenja u korištenju i razumijevanju elemenata neverbalne komunikacije, kao što su korištenje gesti, pogleda i emocionalnih izraza te poteškoće u održavanju razgovora i smetnje u društvenoj komunikaciji.

Ograničeni repertoar interesa i ponašanja:

Osobe s autizmom pokazuju značajne smetnje u razvoju mašte, što razvojno implicira problem za razvoj simboličke igre i imaginativne aktivnosti. Ova ograničenja uključuju pojavu ponavljajućeg ponašanja, stereotipne pokrete tijela, otpor promjenama u svojoj okolini, kao i intenzivan interes i zaokupljenost određenim temama. Osim toga, mnogi slučajevi mogu pokazati neobičnu osjetljivost na senzorne podražaje (slušne, vizualne, taktilne itd.).

Trenutačno ne postoji lijek za autizam, ali postoje dokazi da rano otkrivanje i rana intenzivna specijalizirana skrb značajno poboljšavaju razvoj i kvalitetu života osobe i njezine obitelji, što bi trebao biti krajnji cilj svakog programa podrške. Ono što je zajedničko svim programima intervencije jest da moraju biti individualizirani, strukturirani, moraju intenzivno uključivati okolinu i obitelj osobe s autizmom, kako u otkrivanju potreba tako i u razvoju vještina.

Važno je tijekom životnog ciklusa kapacitirati snage osobe s autizmom (npr. vizualne vještine) kao i njezine interese kako bi se stvorili resursi podrške. Strukturiranje njihovog okruženja kako bi ga učinilo razumljivijim pomaže osobama s autizmom da budu neovisniji i da smanje tjeskobu koju im okolina može stvoriti. Programi podrške i intervencije trebali bi se usredotočiti na razvoj komunikacijskih i društvenih vještina kroz strukturiranje aktivnosti, podučavanja i okoline. Potrebe ljudi mijenjaju se tijekom života i resursi podrške moraju se prilagoditi različitim fazama, stoga je bitno osigurati individualiziranu obrazovnu podršku tijekom cijelog života osobe, podršku obiteljima i stručnjacima te usluge u zajednici kako bi se omogućila inkluzija.

### 1.5.2 Sport kao pravo osoba s autizmom

Sport je sastavni dio naše svakodnevice i većini ljudi je normalno sudjelovati u sportskim aktivnostima u svojim zajednicama. Međutim, moramo uzeti u obzir da je velik broj ljudi isključen iz mnogih sportskih aktivnosti zbog nekog oblika invaliditeta, a to se posebno može odnositi na osobe s autizmom.

Jasno je da to ne bi trebalo biti prihvatljivo, pogotovo ako pogledamo jedan od ključnih dokumenata koji se tiču prava osoba s invaliditetom, Konvenciju UN-a o pravima osoba s invaliditetom koju su potpisale 164 zemlje svijeta. Članak 30. ove Konvencije u stavku 5. jasno kaže:

- U cilju omogućavanja osobama s invaliditetom da ravnopravno s drugima sudjeluju u rekreacijskim, slobodnim i sportskim aktivnostima, države stranke će poduzeti odgovarajuće mјere:

- a) Poticati i promicati sudjelovanje, u najvećoj mogućoj mjeri, osoba s invaliditetom u glavnim sportskim aktivnostima na svim razinama;
- b) Osigurati osobama s invaliditetom mogućnost da organiziraju, razvijaju i sudjeluju u sportskim i rekreacijskim aktivnostima specifičnim za osobe s invaliditetom i, u tu svrhu, poticati pružanje, na ravnopravnoj osnovi s drugima, odgovarajuće poduke, obuke i resurse;
- c) Osigurati osobama s invaliditetom pristup sportskim, rekreacijskim i turističkim objektima;
- d) Osigurati djeci s teškoćama u razvoju sudjelovanje u igri, rekreaciji i slobodnim i sportskim aktivnostima s ostalom djecom, uključujući aktivnosti u školskom sustavu;
- e) Osigurati osobama s invaliditetom pristup uslugama od strane onih koji su uključeni u organizaciju rekreacijskih, turističkih, slobodnih i sportskih aktivnosti.

### 1.5.3 Sport kao alat

Liječenje osoba s autizmom pokazalo se djelotvornim kada uključuje prisutnost različitih stručnjaka koji pomažu mladima da razviju i generaliziraju svoje sposobnosti u različitim aspektima života te s različitim društvenim i interaktivnim partnerima.

Tijekom djetinjstva ključno je poraditi na motoričkim vještinama kako bi se pomoglo razvoju različitih sposobnosti i ujedno povećala tjelesna svijest koja je neophodna tijekom adolescencije za dobar razvoj društvenih odnosa.

Stručnjaci koji rade s djecom i mladima s autizmom prepoznaju potrebu planiranja obrazovnih, igrovnih i rekreacijskih intervencija za jačanje različitih razvojnih područja. Konkretno, ugodne i motivirajuće aktivnosti mogu podržati povećanje odnosa povjerenja između mlade osobe i instruktora. Provođenje motivirajućih aktivnosti može biti preferirani kontekst za djecu i mlade u kojem razvijaju komunikacijske i društvene vještine sa svojim vršnjacima i odgajateljima.

Uz ove prepostavke, sportske aktivnosti doista mogu biti alat za osobe s autizmom da rade na različitim ciljevima i da im omoguće da odrastu do svog punog potencijala u inkluzivnijem društvu.

### 1.5.4 Specifične prednosti sportske prakse za osobe s autizmom. Dokazi i primjeri

López (2004), kojeg citiraju Rivas i Vaíllo (2012), razvija niz prednosti koje se mogu postići kod osoba s autizmom kroz tjelesno-sportsku praksu. To se specifično odnosi na tri područja: fizičko-higijensko (poboljšanje neuromišićne koordinacije, posturalnu kontrolu, obrazace disanja i opuštanja mišića), psihičko (spontano dijeljenje iskustva prakse, iznošenje svojih postignuća drugim ljudima i osnaživanje samopoštovanja ) i socio-relacijsko (integraciju u svakodnevni život, razumijevanje tijela kao sredstva za odnos s drugima, promicanje uživanja u sportskoj praksi).

Vázquez (2011) ukazuje na utjecaj koji pokret ima na osobe s autizmom, posebice u povećanju prostorno-vremenske organizacije, usvajanju sheme tijela, povećanju interakcije s vanjskim svijetom, mogućnosti povećanja znanja o njemu te stvaranju kontakata od rane dobi.

Vázquez (2011) također naglašava veliku važnost tjelesne aktivnosti u ovoj populaciji, ne samo s motoričkog, nego i s psihološkog gledišta, budući da je ova praksa ventil za bijeg iz rutine, što u mnogo slučajeva može dovesti do jakog stresa.

Zaključno, Urbaneja i Calle (2015) pozivajući se na druge autore (Potvin, Sanider, Prelock, Kehayia i Wood-Ocuphinee, 2013) zaključuju da bavljenje tjelesnom aktivnošću ima za rezultat pozitivan utjecaj na tjelesno i psihičko zdravlje. Također utječe na poremećaje u ponašanju, smanjujući ih i promičući povećanje socijalizacije i zadovoljstva životom u obitelji i društvenom okruženju.

## 2. Planiranje Inicijative Sport i Autizam

### 2.1 Planiranje i definiranje

#### *Ključne radnje*

Inicijative Sport i Autizam obično započinju razgovorima unutar organizacija za autizam kako bi se uskladile vizije članova o sportu i autizmu. Važno je posvetiti vrijeme i trud stvaranju suglasnosti o viziji sporta kao prava i važne aktivnosti za osobe s autizmom te o njegovom prioritetu među ostalim potrebama i tendencijama.

Jednako je važno postaviti realna očekivanja o tome što se može postići te o naporima koje je potrebno uložiti.

Ovaj razgovor provodi se i izvan organizacije, uključujući korisnike i njihove obitelji kako bi se preciznije utvrdile njihove potrebe i težnje u pogledu sportskih aktivnosti. Kakva su njihova očekivanja? S kojim se preprekama susreću? Kakva je njihova predanost inicijativi?

Nakon što se organizacija i obitelji usklade, vrijeme je da se počnu istraživati mogući saveznici i suradnici u lokalnoj zajednici koji mogu pomoći kako bi se krenulo u realizaciju.

#### *Resursi*

Ključni resursi u ovoj fazi su kompetencije tima koji vodi inicijativu: njihova sposobnost oblikovanja zajedničke vizije onoga što se može postići, uključivanje i angažman relevantnih dionika i saveznika te promicanja kohezije.

Proračun je često ograničenje, ali nemojte biti opsjednuti njime: dobra je praksa početi računati na ograničen, ali siguran proračun, dovoljan da osigura rad ključnih osoba potrebnih za pokretanje inicijative.

Štoviše, male donacije i nenovčani doprinosi jednako su važni kako bi se stvari pokrenule te angažirali ljudi i organizacije da doprinesu zajedničkom projektu.

#### *Ograničenja*

Očito ograničenje je nedostatak finansijskih resursa s kojima se većina organizacija mora suočiti, ali jednakso su relevantni i strahovi i brige obitelji osoba s autizmom. Kao što je već spomenuto, ključno je proširiti partnerstvo na druge organizacije i dionike od samog početka, kako bi se nadoknadio nedostatak ljudskih resursa posvećenih inicijativi uz snažnu mrežu suradnika.

### *Strategije*

Najbolji primjeri iz prakse upućuju na razvoj snažnog i motiviranog tima te posvećivanje vremena i napora podizanju svijesti u zajednici. Vrlo je važno od samog početka pozabaviti se komunikacijskom strategijom koja podupire inicijativu te ju čini vidljivom i privlačnom potencijalnim partnerima.

Konačno, uvijek imajte plan B pri ruci: stvari se nikada neće dogoditi kako ste planirali.

# PLANIRANJE I DEFINIRANJE

1. Analiza
  - a. Razgovor s korisnicima, obiteljima korisnika i svim relevantnim dionicima
  - b. Analiza raspoloživih resursa u organizaciji i lokalnoj zajednici
  - c. Pregled pravnog okvira i povezanih politika
2. Postavljanje ciljeva
  - a. Definirati profesionalni profil kojeg tražimo
  - b. Identificirati prednosti naše inicijative
3. Izrada komunikacijskog plana
  - a. Osmisliti kampanju podizanja svijesti o civilnom društvu
  - b. Uključiti korisnike i referentne dionike
  - c. Uključiti medija (društvene mreže, Internet, tv..)
  - d. Rad na komunikacijskim vještinama
4. Priprema proračuna
5. Izrada poslovnog plana
  - a. Identifikacija mogućih izvora sredstava:
    - javna sredstva
    - privatne donacije
    - sponzorstva
    - partnerstva
    - ne-novčani doprinosi (oprema, infrastruktura)
6. Formiranje projektnog tima (ljudski resursi)
  - a. Definirati kompetencija tima (znanja, vještine, stavovi)



## 2.2 Priprema

Ključne akcije u ovoj fazi nastavljaju se i proširuju prethodno identificirane:

- U smislu analize dionika, važno je ponovno proći kroz glavne potrebe svih dionika, po mogućnosti unutar svoje mreže. Ovo će biti nužna polazna točka za postavljanje specifičnih individualnih ciljeva za svakog sudionika s autizmom u sportskoj inicijativi.
- Uvježbajte i razvijte odgovarajući tim, ne samo s obzirom na profesionalce, već i na volontere i suradnike.

Konkretno, preporučujemo da se usredotočite na sljedeće:

- posvetite vrijeme kako biste zajedno s timom izgradili zajedničku misiju, viziju i vrijednosti o usluzi i o tome „kako” ih pretočiti u timsku praksu.
  - Nakon što su jasno postavljeni, stalno ih komunicirajte sa svim ostalim uključenim osobama: obiteljima, suradnicima, saveznicima, javnim organizacijama itd.
  - Ponudite mogućnosti za obuku na redovnoj osnovi članovima tima, modulirajući ih prema ulozi. Profesionalci će možda trebati češće osposobljavanje i usavršavanje, za volontere bi kratke radionice i treninzi mogli bolje funkcionirati. Pridošlice treba uvesti u tim, ne samo u smislu tehničkih pitanja, već, što je najvažnije, u smislu misije, vizije i vrijednosti.
- 
- Razradite jednostavne i jasne procese i protokole kako biste sistematizirali usluge i učinili ih dosljednim i lakim za prenošenje drugim članovima tima. Važno je eksplicitno iskoristiti znanje i učenje koje tim skupi, nudeći uslugu i stječući iskustvo.

Glavni rezultati su:

- Jednostavna organizacijska shema s jasnim ulogama i odgovornostima.
  - Grupni protokoli - posebni brifinzi grupe/aktivnosti.
  - Timski program koji omogućuje praćenje samog tima i izvedenih aktivnosti.
  - Posebna metodologija za postupno napredovanje u aktivnostima i provjeru njihove dosljednosti s pojedinačnim ciljevima postavljenim za svakog sudionika.
- 
- Prilagodite materijale i kontekst. Razmišljajte empatično s gledišta korisnika i utvrdite kako možete olakšati njegovo/njezino iskustvo i učiniti ga smislenijim i ugodnjim. Štoviše, dobra je praksa razraditi popis rizika koje možete predvidjeti za svaku sportsku aktivnost koju planirate organizirati. To će pomoći timu da, ukoliko je moguće, predviđi probleme i da se bolje nosi s njima kada se neizbjegno pojave.

- Posvetite napore komuniciranju i širenju vaše inicijative. Nekoliko dobrih praksi za koje se pokazalo da su prilično učinkovite su:
  - Upoznajte obitelj u kontekstu. Važno ih je upoznati s prostorom i ljudima s kojima će raditi.
  - Ponudite probne sate kako biste iskusili sportsku inicijativu.
  - Organizirajte "Dan otvorenih vrata" kako biste pokazali svoje aktivnosti, objasnili svoju viziju i vrijednosti, upoznali profesionalce, volontere i ostale sudionike i njihove obitelji.
  - Imenujte komunikacijskog menadžera koji će planirati i isporučiti komunikacijsku strategiju i pobrinite se da tom segmentu rada dodijelite odgovarajuće radno vrijeme.
  - Majte ažuriranu web stranicu / kanale društvenih medija.

# PRIPREMA

## 1. Analiza potreba

- Analiza potreba dionika
- Strukturirati pojedinačne ciljeve

## 2. Trening tima (stručnjaka i volontera)

- Stručnjaci
- Volonteri (kratki trening i radionice)
- Obuka novih članova tima

## 3. Kreiranje procesa i protokola

- Jasna organizacijska shema s jasnim ulogama i odgovornostima
- Specifična metodologija za postupni napredak u aktivnostima (preliminarno prikupljanje podataka promatranjem)
- Grupni protokol – briefing specifične grupe/aktivnosti
- Timski program za praćenje samog tima i aktivnosti

## 4. Prilagodba materijala

## 5. Komunikacija i diseminacija

- Upoznati obitelj uključenu u sportsku inicijativu
- Ponuditi probne sate
- Organizirati "Dan otvorenih vrata"
- Imenovati komunikacijskog menadžera za planiranje komunikacijske strategije
- Ažurirati web stranicu / kanale društvenih medija

## 2.3 Provedba

Čvrsta i odgovarajuća koordinacija projekta ključna je za uspjeh u fazi provedbe.

To podrazumijeva održavanje nesmetane komunikacije sa svim uključenim dionicima: timom, obiteljima osoba s autizmom, institucionalnim partnerima i partnerima za podršku, kako u smislu promicanja širenja i vidljivosti projekta tako i u smislu dobre koordinacije aktivnosti.

Važno je, posebno na samom početku, poštivati raspored aktivnosti, kako bi se stvorila zajednička rutina među timom, korisnicima i obiteljima. Važno je da se korisnici upoznaju s rutinom svojih aktivnosti, razumiju je te ju pretoče u naviku. Da bi se to postiglo, preporučamo održavanje brifinga s korisnicima, kako bi se aktivno uključili u pripremu i izvođenje radnji potrebnih za obavljanje sportskih aktivnosti.

Ipak, moramo uzeti u obzir da su varijable koje utječu na aktivnosti osoba s autizmom gotovo beskonačne. Neočekivani događaji se stalno događaju i tim mora biti vrlo fleksibilan i spreman za kontinuirano prilagođavanje. Da bi to učinili, članovi tima moraju imati tehničke kompetencije i iskustvo te socijalne i emocionalne vještine kako bi dobro surađivali. Vrijeme igra temeljnu ulogu u oblikovanju sposobnosti tima: pružanje mogućnosti članovima tima da se upoznaju i stvore međusobno povjerenje kroz razvojne aktivnosti u privatnom i poslovnom okruženju je od strateške važnosti.

Dakle, idealan tim bi se s jedne strane trebao držati jednostavne i dobro definirane strukture aktivnosti, a s druge strane, unutar tog okvira, moći kontinuirano odgovarati na vanjske i unutarnje izazove.

# PROVEDBA

## 1. Koordinacija

- Dobra koordinacija je ključna
- Dobar tim ima iskustvo, motivaciju i tehničko znanje
- Uključivati obitelji u svim etapama provedbe
- Stvarati prilike za društvena okupljanja

## 2. Komunikacija

- Održavati kontinuiranu komunikacije sa svima uključenima u provedbu (partneri, obitelji, sponzori)
- Promovirati vidljivosti (mediji, TV itd.) i širenje programa

## 3. Isporuka

- Pridržavati se termina akcija
- Pripremiti različite brifinge za različite korisnike
- Pružiti korisnicima probno razdoblje aktivnosti
- Poštivati administraciju
- Kontinuirano pratiti aktivnosti
- **Biti fleksibilan**

## 2.4 Nadgledanje i prilagodba

Prema našem iskustvu, praćenje provedbe sportskih inicijativa za osobe s autizmom treba obuhvatiti tri različite perspektive:

- Korisnici
- Obitelji korisnika
- Tim koji pruža uslugu

Što se tiče korisnika, važno je da članovi tima promatraju razvoj vještina obuhvaćenih aktivnostima i da budu u stanju pratiti njihov razvoj u odnosu na pojedinačne ciljeve postavljene u fazi pripreme (vidi točku 2.2. Priprema). Ovi znakovi napretka moraju se pravilno priopćiti obiteljima i drugim relevantnim dionicima kako bi ih potaknuli i ojačali. Stoga, računajući na specifičnu metodologiju kako bi se postupno napredovalo u aktivnostima uz provjeru njihovu usklađenost s ciljevima postavljenim za svakog sudionika, rezultati su od posebne vrijednosti, omogućujući timu da prilagodi aktivnosti prema razvojnim mogućnostima korisnika.

Važno je prikupiti povratne informacije obitelji korisnika o njihovom zadovoljstvu, jer su oni korisnici usluge koliko i njihova djeca uključena u aktivnosti (jednostavnii upitnici o zadovoljstvu dobro funkcioniраju), ali i redovito ih ažurirati o poteškoćama i postignućima usluge jer mogu imati veliku ulogu u jačanju pozitivnih učinaka sportskih aktivnosti, poticanju korisnika na prevladavanje poteškoća i pružanju relevantnih informacija o mogućim implikacijama sportskih aktivnosti na druga područja života korisnika.

Konačno, od iznimne je važnosti voditi brigu o samom timu, kako u smislu tehničkog razvoja, tako i u smislu psihičke dobrobiti.

Dobre prakse su:

- organizirati periodične sastanke cjelokupnog osoblja s voditeljem tima radi razmjene informacija o razvojnim aktivnostima;
- ponuditi psihološku podršku članovima tima;
- organizirati stručne ili strukturirane sastanke timova otvorene za sve teme, omogućiti članovima tima da podijele svoje poteškoće i izazove, da zatraže stručnu pomoć i promišljaju o svojoj praksi. Ovakav sastanak promiče kulturu otvorenosti u timu i njeguje kulturu međusobnog povjerenja i stalnog usavršavanja;
- pripremiti team-building aktivnosti (idealno bi bilo dvaput godišnje) koje uključuju voditelje, stručnjake, osoblje i volontere;
- konačno, kada je stručna podrška dostupna, dragocjeno je organizirati edukaciju usmjerenu na studiju slučajeva sa stručnjacima za autizam, kao dio razvojnih programa koji može pomoći i sportskim profesionalcima da bolje razumiju probleme autizma kao i stručnjacima za autizam da bolje razumiju sportske probleme..

# NADGLEDANJE

## 1. Napredak i zadovoljstvo korisnika

- Osnovno promatranja vještina koje su cilj aktivnosti
- Važnost postavljanja individualnih ciljeva za svakog sudionika u cilju mjerjenja njegovog napretka

## 2. Zadovoljstvo obitelji

- Jednostavan upitnik zadovoljstva
- Uključivanje i česta komunikacija s obiteljima

## 3. Timski rad i dobrobit

- Individualne povratne informacije voditelja tima svakih 3 mjeseca
- Upitnici o zadovoljstvu tima i provedenim aktivnostima
- Ponuditi psihološki nadzor
- Stručni i strukturirani sastanci timova otvoreni za sve teme
- Team-building dva puta godišnje (voditelji, stručnjaci, osoblje, volonteri)
- Naglasiti važnost otvorene komunikacije u timu kako bi se osigurala dobra povratna informacija te moguća prilagodba programa
- Edukacija usmjerena na studiju slučaja sa stručnjacima u području autizma barem dva puta godišnje

## 2.5 Procjena i sistematizacija

Posljednji korak u procesu je evaluacija i sistematizacija.

Ključni koraci u ovom trenutku su:

- Pregledajte obavljeni posao („što“ smo postigli)
- Razmislite o timskim praksama ("kako" smo radili)
- Planirajte novu inicijativu/projekt

### Pregledajte obavljeni posao

Na kraju projekta ili inicijative važno je usmjeriti se na ono što smo postigli, ne samo ono što smo napravili, već rezultate koje smo uspjeli postići.

Kada se izvrši ispravna identifikacija ciljeva i na individualnoj i na razini projekta, prilično je jednostavno identificirati jaz između procijenjenih i stvarnih rezultata. Ipak, važno je identificirati i prznati i one rezultate koji se nisu očekivali, budući da u svakom projektu (posebice u programima s osobama s autizmom u sportu) mnogi rezultati (i pozitivni i negativni) jednostavno proizlaze iz interakcija ljudi i ne mogu se planirati.

Stoga je dobra praksa prikupiti povratne informacije i evaluaciju različitih dionika. Među njima smatramo da su bitne sljedeće:

- korisnici, uz prilagodbu alata za evaluaciju njihovim mogućnostima
- obitelji korisnika
- sponzori i partneri uključeni u provedbu inicijative

Evaluacije se mogu prikupiti na mnogo načina, od jednostavnih upitnika do fokus grupa i specifičnih sastanaka i intervjeta. Ipak, predlažemo da se ne podcjenjuje vrijednost koju pružaju neformalni razgovori s dionicima u opuštenijim okruženjima, koji mogu donijeti drugačije i iskrenije informacije.

Nakon što se prikupe sve ocjene, dobra je praksa sistematizirati informacije u sintetičkom formatu i podijeliti ih sa timom tijekom sesije pregleda. U ovoj sesiji, osim da evaluira prikupljene informacije, važno je da tim pregleda ciljeve projekta u svjetlu postignutih rezultata i identificira prilagodbe potrebne za poboljšanje inicijative u nastavku provedbe.

I na kraju, ali ne i najmanje bitno, evaluacija od strane programskog tima prilika je za proslavu obavljenog posla: to je ključno u smislu motivacije tima, kohezije i emocionalne dobrobiti. Prečesto timovi preskaču proslavu svojih postignuća.

### Razmislite o timskim praksama

Ovaj dio se fokusira na "kako" je tim radio zajedno, a ne na ono što je postignuto. Fokus bi trebao biti na svim onim transverzalnim elementima koji omogućuju timu da se najbolje ponaša: vodstvo, komunikacija, suradnja, uzajamna pomoć, povjerenje, rješavanje sukoba, sposobnost reagiranja na neobične, neplanirane situacije. Važno je identificirati i analizirati i one stvari koje su dobro funkcionirole i one koje su pokazale slabosti u timu. Nadalje, važno je uočiti sve prepreke koje ometaju sposobnost tima da bude učinkovitiji i zadovoljniji.

Ovo razmišljanje treba provoditi u odgovarajućem prostoru i vremenu, omogućujući članovima tima da budu otvoreni i iskreni. Trebao bi pružiti priliku za pauziranje, ponovno povezivanje i razmišljanje o tome "kako smo" kao tim i "u kojem smjeru" želimo krenuti.

Kada se ispravno izvede, ovaj retrospektivni proces omogućuje timu da:

- identificira praznine u znanju, vještinama i stavovima te moguća područja za obuku i razvoj, kako na individualnoj tako i na timskoj razini.
- identificira slabosti i slike točke u organizaciji tima, stvarajući prilike za prilagodbu i eksperimentiranje alternativnih načina zajedničkog rada.
- identificira prijedloge za poboljšanje projekta/inicijative i inovira ih kako bi tim mogao krenuti naprijed.

Dobra je praksa uključiti barem jednu praktičnu, specifičnu akciju za svaku od prethodnih kategorija (kompetencije, organizacija tima, prijedlozi i poboljšanja) u planiranje aktivnosti za iduću godinu.

#### **Planirajte novu inicijativu/projekt**

Konačno, važno je sistematizirati sve relevantne zaključke ovog procesa i uzeti ih u obzir u planiranju i osmišljavanju novih projekata ili aktivnosti, kako se učenje prethodnih koraka, akcije poboljšanja programa te inovacije i preporuke ne bi zaboravile u vremenu koje obično prolazi od zatvaranja jedne inicijative do planiranja sljedeće.

Štoviše, važno je osmisliti akcije kako bi se dionici održali povezanim i informiranim o budućim aktivnostima te ih aktivirali kao promicatelje Inicijative Autizam i sport drugim mogućim korisnicima. Održavanje odnosa s korisnicima, njihovim obiteljima, drugim organizacijama koje podržavaju i surađuju na aktivnostima Inicijative Autizam i sport, omogućuje održavanje mreže živom i spremnom na suradnju, stvarajući čvrste temelje za rast inicijativa i njihovo povećanje.

# ZAVRŠI I SISTEMATIZIRAJ

## 1. Pregledajte obavljeni posao

- Ocijenite postignute rezultate u usporedbi s ciljevima
- Prikupite ocjene dionika:
  - korisnika
  - obitelji korisnika
  - partnerske organizacije
  - sponzori
- Identificirajte potrebne prilagodbe i poboljšanja
- Proslavite postignuća kao tim

## 2. Osvrnite se na obavljeni posao

- Usredotočite se na transverzalne kompetencije i timski rad
- Identificirajte mogućnosti za individualnu i timsku obuku i razvoj
- Identificirati moguće promjene i inovacije u samoorganizaciji i upravljanju tima
- Identificirajte poboljšanja u usluzi

## 3. Planirajte novu inicijativu/projekt

- Implementirajte poboljšanja u dizajn novog projekta
- Osmislite strategiju za održavanje veze s dionicima i projektnom mrežom

### 3. Okvir kompetencija

#### 3.2. Znanje, vještine i stavovi

U ovom dijelu želimo istražiti bitne, važne i poželjne kompetencije koje bi ljudi koji rade u sportskim inicijativama s osobama s autizmom trebali razviti.

Kompetencije se sastoje od tri glavna elementa:

- **Znanje** je ono što znamo. Prema UNESCO-UNEVOC<sup>1</sup>, to je rezultat asimilacije informacija kroz učenje, skup činjenica, principa, teorija i praksi vezanih uz određeno područje studija ili rada.
- **Vještine** su ono što radimo, naše znanje i iskustvo na djelu. Vještine su stecene i uvježbane sposobnosti za obavljanje zadatka, rješavanje problema ili obavljanje posla<sup>2</sup>.
- **Stavovi** su ono što mi jesmo, naše stabilne, dugotrajne, naučene predispozicije da reagiramo na određeni način, formirane na temelju naših uvjerenja, osjećaja i namjera<sup>3</sup>.

Naša analiza uzima u obzir 4 različite uloge koje su obično prisutne u sportskim aktivnostima s osobama s autizmom:

- Koordinator
- Instruktor
- Osoba za podršku
- Stručni trener

Ove uloge nisu uvijek prisutne u svim inicijativama i ponekad jedna osoba preuzima više uloga. Ipak, smatramo relevantnim imati jasan okvir potrebnih kompetencija kako bi odabrali osobe koje najbolje odgovaraju prilikom imenovanja radnika ili volontera i, što je najvažnije, kako bismo pomogli timu da kontinuirano evaluira i razvija potrebne kompetencije.

---

<sup>1</sup> <https://unevoc.unesco.org/home/TVETipedia+Glossary>

<sup>2</sup> Unesco – Ibidem

<sup>3</sup> Unesco – Ibidem

### 3.2.1. Koordinator

Koordinatori su odgovorni za osiguranje visoke kvalitete aktivnosti, definiranje ciljeva i zadataka, njihovo praćenje, evaluaciju njihovog ostvarenja i pronalaženje inovativnih rješenja za probleme.



## Koordinator

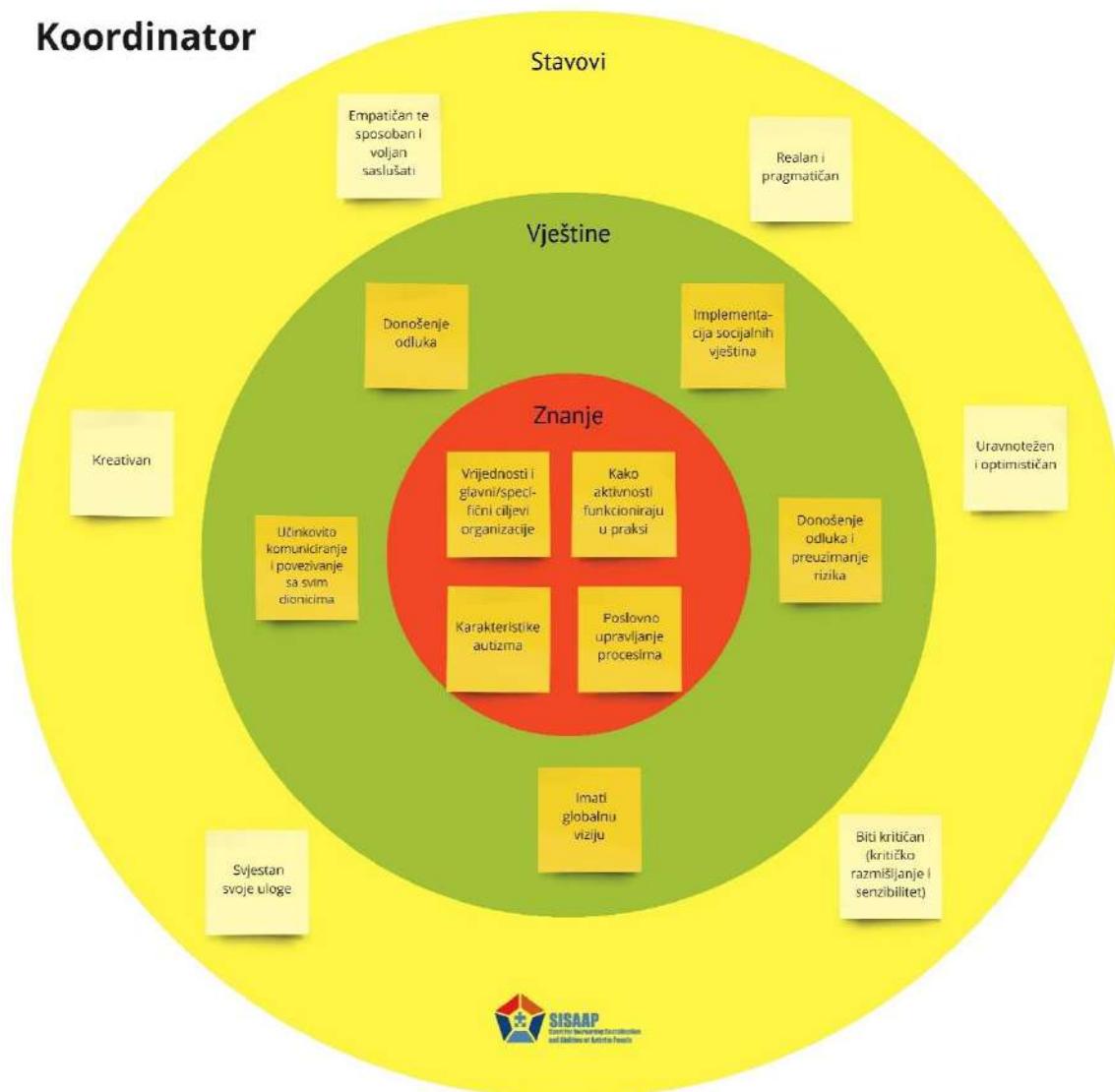
### Odgovornosti

Osigurati provedbu usluga i njihovu kvalitetu

### Zadaci

- Osmisliti aktivnosti (u suradnji s instruktorom)
- Postaviti glavne ciljeve aktivnosti (u suradnji s instruktorom)
- Nadgledati logistiku (oprema, prostori, ekonomski resursi i ljudi)
- Upravljanje odnosima (unutar i izvan organizacije)
- Procjenite i/za implementirajte inovacije
- Upravljamte problemima (kako sa strategijama rješavanja problema tako i praktično)
- Upravljamte potrebama obuke i vlastitim mogućnostima

## Koordinator



### 3.2.2. Instruktor

Instruktor je odgovoran za vođenje radnog tima i definiranje aktivnosti učenja, određivanje ciljeva i zadataka na temelju potreba korisnika podrške, te koordinaciju s članovima obitelji i dionicima.



## Instruktor

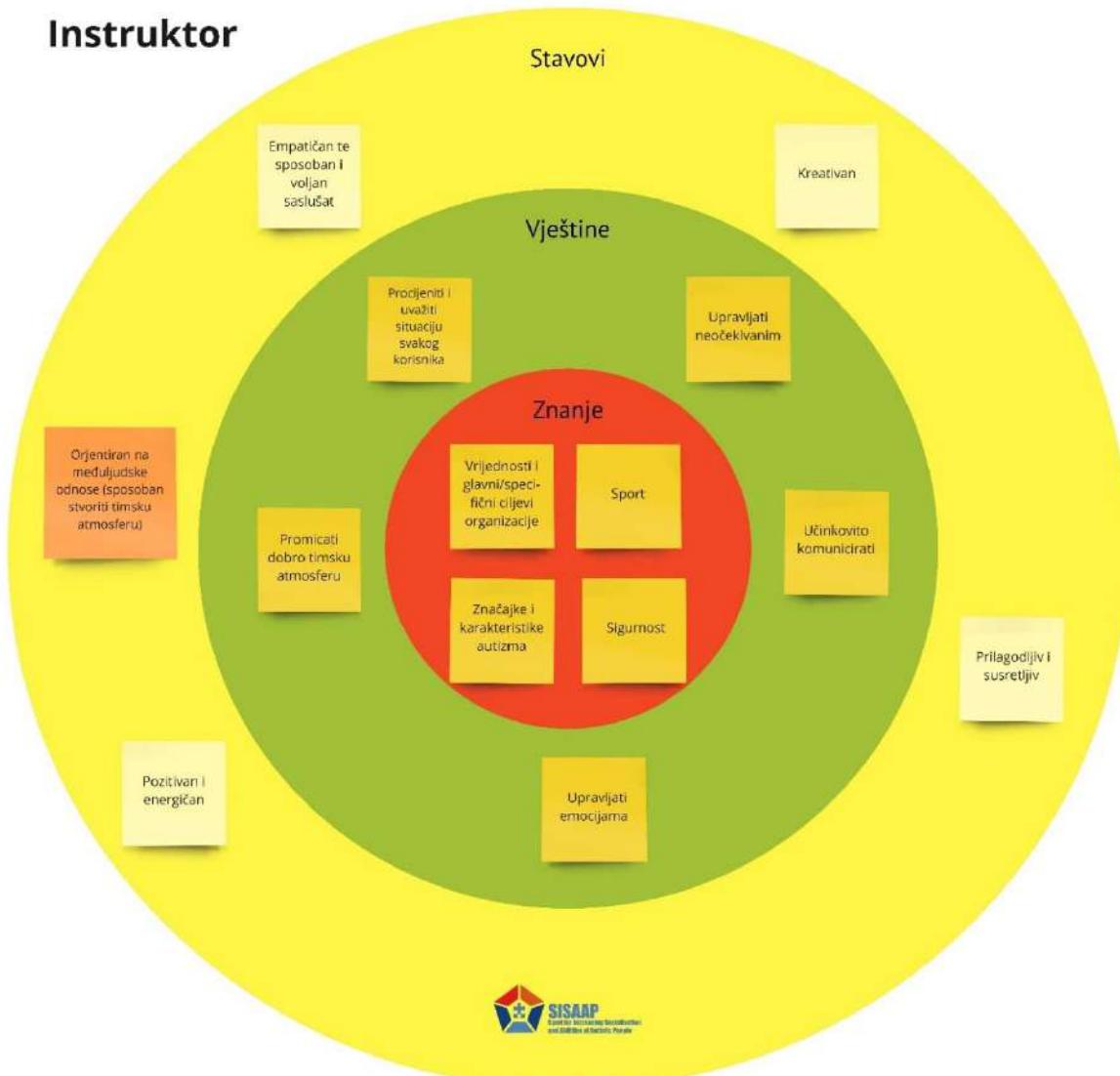
### Odgovornosti

- Osigurati sigurno okruženje i kvalitetu usluga
- Osigurati zabavu/zadovoljstvo, socijalizaciju i napredak za korisnike

### Zadaci

- Osmisliti aktivnosti (u suradnji s koordinatorom)
- Postaviti glavne ciljeve aktivnosti (u suradnji s koordinatorom)
- Postaviti posebne ciljeve za svakog korisnika
- Voditi aktivnosti
- Evaluirati i pratiti napredak
- Koordinirati timski rad
- Održavati svakodnevne odnose s obiteljima i dionicima
- Upravljati kontkstom, materijalima itd.

## Instruktor



### 3.2.3. Osoba za podršku

Sudionike s različitim potrebama za podrškom prati osoba za podršku koja slijedi upute, osigurava da razviju svoj puni potencijal, priprema materijale i pomagala te razumije pravila.



### Osoba za podršku

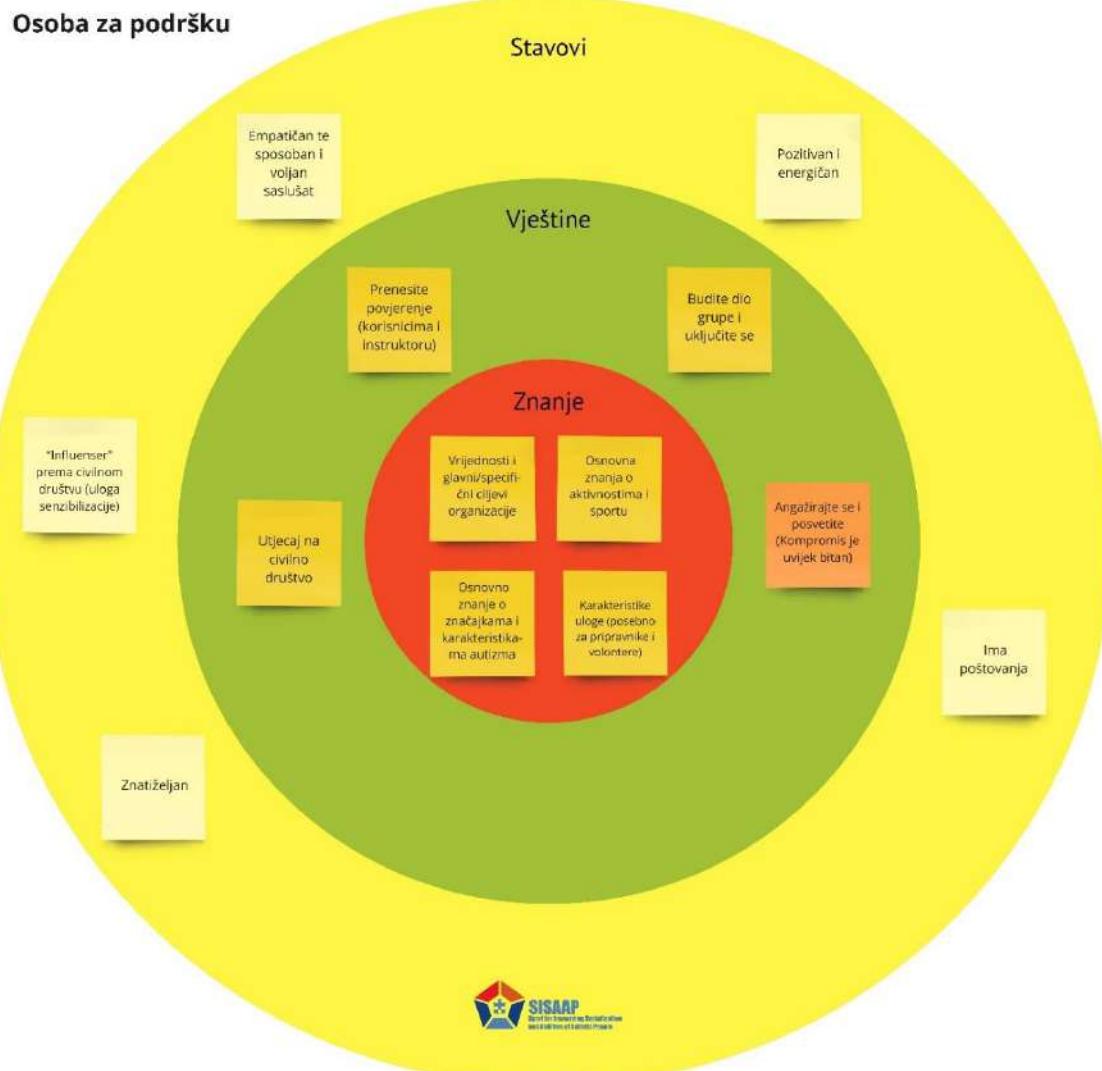
(pripravnik, volonter, suradnik, samostalni izvođač itd.)

#### Odgovornosti

- Budite svjesni svoje uloge i pravila i normi aktivnosti
- Slijediti upute

#### Zadaci

- Podržite instruktora i koordinirajte se s njim/njom
- Pripremite kontekst, materijale, opremu itd.
- Pomoći i aktivna suradnja
- Olakšati aktivnost i sudjelovanje korisnika



### 3.2.4. Stručni trener

Stručni trener pruža obuku tijekom razvoja aktivnosti s opsežnim pedagoškim i obrazovnim znanjem, kao i alatima za učinkovitu i kritičku intervenciju.



## Stručni trener

(preporuka)

### Odgovornosti

- Poboljšati kvalitetu aktivnosti
- Poboljšati dobrobit zaposlenika i pomoćnog osoblja
- Omogućiti praktične i emocionalne alate za rješavanje problema i kritičnih situacija

### Zadaci

- Pružiti pedagošku i obrazovnu podršku
- Poboljšati kvalitetu i učinkovitost svih akcija
- Promovirati pristup postavljanja pitanja
- Osigurati praktične i emocionalne alate

### Stručni trener

#### Stavovi

Empatičan te  
sposoban i  
voljan  
saslušat

Kreativan

#### Vještine

Prenosi  
svoje znanje

Učinkovito  
komunicira

Deklarativan

Objektivan

Imati  
globalnu  
viziju

#### Znanje

Vrijednosti i  
glavni/specifi-  
čni ciljevi  
organizacije

Značajke i  
karakteristike  
autizma (sa  
stručnog/liničkog  
gledišta)

Timski rad

Osnovno  
znanje o  
aktivnostima

## 4. Savjeti i preporuke

10 savjeta i preporuka koje nikada ne zaboravite kada radite s osobom s poremećajem iz spektra autizma:

- **Budite predvidljivi**
  - To znači unaprijed planirati i organizirati što je moguće više aktivnosti i dati sudionicima do znanja što ćete raditi
  - To znači strukturirati aktivnost tako da je predvidljiva i stabilna iz lekcije u lekciju
- **Organizirajte i strukturirajte vrijeme**
  - To znači planirati vrijeme aktivnosti te u skladu s tim označiti vrijeme tijekom tečaja, lekcije ili određenog zadatka
- **Organizirajte i strukturirajte kontekst**
  - To znači imati organiziran prostor i radno mjesto sa što manje ometanja
- **Jasnoća uloga**
  - Svatko bi trebao znati koja je njegova i uloga ostalih
- **Jasnoća uputa**
  - Budite sigurni da ste razumjeli upute
  - Komunicirajte sa slikama, AAC ili PECS
- **Pomoć u društvenoj interakciji**
  - Budite spremni objasniti društvene interakcije i ponašanja te ukazati na najbolji način komunikacije
- **Poštujte sigurnosna pravila i opremu**
  - Nitko ne želi ozljede stoga objasnите i poštujte sigurnosne mjere
  - Ako je oprema pokvarena, nitko ne smije obavljati tu aktivnost
- **Vodite računa o svom timu**
  - Za dobar program ili uspješnu aktivnost potreban je dobro koordiniran tim koji može dobro komunicirati i biti otvoren za redovito poboljšanje svog rada
- **Učite od drugih**
  - Pokušajte pronaći neke druge profesionalce, entuzijaste ili iskusne ljude oko sebe u svojoj zajednici i pitajte ih za povratne informacije. Lako je propustiti neke dobre ideje kada ste vrlo usredotočeni na svoj svakodnevni posao.
- **Nemojte biti prestrogi prema sebi**
  - Svaki novi početak je težak, čak i kada samo proširujete neki program. Poduzmite korak po korak i usredotočite se na poboljšanje i rast.

## PRAVNA OBAVIJEST

Ovaj projekt financiran je uz potporu Europske komisije. Ova publikacija odražava samo stavove autora i Komisija se ne može smatrati odgovornom za bilo kakvu upotrebu informacija sadržanih u njoj.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union