

¹ELTE Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Kar, Atipikus Viselkedés és Kogníció Gyógypedagógiai Intézet

²MTA-ELTE Autizmus Szakmódszertani Kutatócsoport

³ELTE Pedagógiai és Pszichológiai Kar, Neveléstudományi Doktori Iskola

⁴Aura Egyesület

Autizmus-specifikus támogatás és pályaeorientáció felnőttkorban: esettanulmány

NÉMETH VIVIEN^{1,2,3} – CSOM LIZA⁴

nemeth.vivien@barczy.elte.hu

<https://orcid.org/0000-0002-1010-0027>

csomcsomi@gmail.com

ABSZTRAKT

Az autizmus-specifikus támogatás minden életkorban kulcsfontosságú az autista emberek életminőségének és pszichológiai jóllétének szempontjából, ám nemzetközi szinten és Magyarországon is drasztikusan kevesebb a felnőttkorban elérhető autizmus-specifikus támogatás és szolgáltatás, mint gyermekkorban. Nemzetközi és hazai kutatási eredmények egyaránt azt mutatják, hogy ez erősen összefügg az autista felnőttek és szüleik alacsony életminőségével és pszichológiai jóllétével.

Jelen tanulmányban egy esetbemutáson keresztül fókuszálunk az autizmus-specifikus pályaeorientáció és foglalkoztatás témájára. Az esetbemutás célja, hogy bemutassuk egy 29 éves autista felnőtt útját a munkavállalásig. Áttekintjük a komprehenzív autizmus-specifikus támogatás lépéseit, az individualizált pedagógiai felmérést, a közösen kialakított egyéni célokat, az egyénre szabott autizmus-specifikus eszközöket és módszereket, valamint a partneri együttműködéseket is. A felmérések alapján a következő kulcsterületeket emeltük ki: önmagáról való tudás erősítése, reális önkép kialakítása, saját és mások érzelmeinek felismerése, érzelemreguláció, korábbi munkahelyi nehézségek megértése és ennek mentén megoldási stratégiák megtalálása, valamint a mindezzel szorosan összefüggő napi életvitel, önállóság támogatása.

Esettanulmányunk megerősíti, hogy a komprehenzív autizmus-specifikus támogatás esszenciális az autista felnőttek sikeres foglalkoztatása és pszichológiai jólléte szempontjából.

Kulcsszavak: autista felnőttek, autizmus-specifikus támogatás, pályaeorientáció, foglalkoztatás.

DOI: [10.52092/gyosze.2024.4.10](https://doi.org/10.52092/gyosze.2024.4.10)

BEVEZETÉS

Bár az utóbbi években egyre több figyelem irányul az autista felnőttek támogatására, de a kutatások legnagyobb része a gyermekkorra fókuszál (Howlin, 2021; Shattuck et al, 2020). A nemzetközi és hazai kutatási eredmények egyaránt azt mutatják, hogy az autista gyermekek és szüleik életminősége és pszichológiai jólléte is alacsonyabb, mint a neurotipikus és más, eltérő fejlődésmenetű gyermekeké és szüleiké (Eapen & Guan, 2016; Eapen et al, 2023; Vasilopoulou & Nisbet, 2016; Volgyesi-Molnar et al, 2024; Wang, Liu, & Zhang, 2022). Felnőttkorban még tovább romlik a helyzet, amelyben meghatározó tényezőnek tűnik az autizmus-specifikus támogatáshoz való hozzáférés és annak színvonala

(Sonido, Hwang, Srasuebkul, Trollor & Arnold, 2022). Bár vannak felnőttkorra fókuszáló támogatók, módszertanok (például a magyarul is elérhető *Autizmus-specifikus Támogatott Foglalkoztatás módszertana* (Jáspér & Kanizsai-Nagy, 2011), ám nemzetközi szinten és Magyarországon is drasztikusan kevesebb a felnőttkorban elérhető autizmus-specifikus támogatás és szolgáltatás, mint gyermekkorban (Chamak & Bonniau, 2016; Marsack-Topolewski, 2021; Marsack-Topolewski & Weisz, 2020; MASZK, 2020; Stefanik et al, 2020; Walsh, Dempsey & Lawler, 2021). Problémát jelent, hogy a felnőttellátás kevésbé működik átfogó támogatási rendszerként, sokkal inkább csak egy-egy területre (például lakhatásra vagy felsőoktatásra) fókuszál (Shattuck et al, 2020). Mindezek mellett az is látszik, hogy ezek a támogatási lehetőségek változó szakmai minőségben és rendkívül elszórtan érhetők el. Jellemző például, hogy a támogatás gyakran csak fizetős magánszolgáltatás keretében vehető igénybe (MASZK, 2020; Stefanik et al, 2020). Hazai vizsgálatokban és a gyakorlati munkánkban is egyaránt azt látjuk, hogy az iskolarendszerből kikerülve, személyre szabott autizmus-specifikus támogatás hiányában az autista felnőttek gyakran hazaszorulnak (Stefanik et al, 2020; Németh, Győri, Ehmann, Völgyesi-Molnár & Stefanik, 2024). A foglalkoztatás azonban minden ember, így az autista emberek számára is rendkívül fontos, nem csak a megélhetés biztosítása miatt, de például a produktivitás érzésének biztosítása és a szociális kapcsolatok fenntartása szempontjából is (Hedley, Uljarević, Cameron, Halder, Richdale & Dissanayake, 2017; Hedley et al, 2018). Az autista munkavállalók foglalkoztatása szempontjából kiemelendő, hogy főként az ún. komplex minősítés folyamat során lehetőségük van megváltozott munkaképességű státuszt kapni, amely révén a munkáltatók is jobb feltételrendszer mellett tudják őket foglalkoztatni (2011. évi CXCI. törvény, 7. fejezet). A nyílt munkaerőpiacon való munkavállalás folyamatában az autizmus-specifikus támogatott foglalkoztatás módszertana mind a munkavállalók, mind a munkáltatók számára egyénre szabott támogatást nyújt (Jáspér & Kanizsai-Nagy, 2011). Ugyanakkor sajnos a szolgáltatáshoz való hozzáférés rendkívül egyenetlen, rendszerszinten nem került be a gyakorlatba, főként civil szervezeteknél elérhető (Stefanik és mtsai, 2020). A szakmai protokollok, módszertani útmutatók szerint esszenciális a megfelelő átmenettervezés, amelynek része az autizmus-specifikus pályaorientáció is (például magyar nyelven: Őszi, Simó & Vigh, 2020). Ez az időszak minden ember életében sok változással, döntési helyzettel és kihívással járhat, ám az autista emberek számára mindezt tovább nehezíthetik a jellemző nehézségek a kölcsönös szocio-kommunikáció (például nehézségek az önmagukról való tudás, az információk összegyűjtése terén), valamint a rugalmas viselkedésszervezés területén (például nehéz lehet rugalmasan újratervezni) (APA, 2013; Csepregi & Stefanik, 2012; Lord et al, 2020).

Esettanulmányunk célja, hogy bemutassuk egy autista felnőtt pályaorientációját, munkába állását és hatását az életminőségére.

ESETTANULMÁNY

Máté¹ 29 éves volt, amikor először felmerült nála az autizmus gyanúja. Korábban egy többségi gimnáziumban sikeres érettségi vizsgát tett, ám ezt követően felsőoktatási tanulmányait félbehagyta, a munkaerőpiacon folyamatos kudarcokat élt át. Több munkahelyéről még a próbaidő alatt

¹ Részletes tájékoztatást követően Máté hozzájárult ahhoz, hogy közös munkánk történetét megírjuk és publikáljuk. Az esettanulmányban fiktív nevet használunk.

elbocsátották. A diagnosztikus kivizsgálás megkezdésekor már több éve nem volt munkaviszonya, mindennapjait egy gazdasági tematikájú felnőttképzésben való részvétel töltötte ki (a COVID-19 világjárvány miatt ebben az időben nagyrészt online, aszinkron formában), ám ebben sem érezte magát igazán motiváltk. A családi otthonban, szüleiével élt, testvére nincs. Korábbi rossz tapasztalatai miatt félt a munkakereséstől és a munkába állástól. Az otthonát mindössze hetente kétszer, személyi edzés céljából hagyta el, korábbi barátaival nem tartotta a kapcsolatot. Szabadidejét legszívesebben olvasással és videójátékozással töltötte.

Máté a diagnosztikus kivizsgálással párhuzamosan kezdett együtt dolgozni egy autizmus szakirányos gyógypedagógussal (jelen esettanulmány első szerzőjével), heti rendszerességgel, 50 perces egyéni foglalkozások keretében. Az autizmus-specifikus gyógypedagógiai támogatás a kezdetektől kiegészült rendszeres szülőkonzultációkkal is, természetesen Máté engedélyével. Máté fél év elteltével kezdte meg a közös munkát egy foglalkozási tanácsadóval (jelen tanulmány második szerzőjével). Az autizmus-specifikus támogatás rendszeres szupervízió mellett zajlott.

Felmérés

Bár a kezdeti időszakban a korábbi dokumentációra kevésbé volt lehetőségünk támaszkodni, a pedagógiai felmérés során fontos cél volt, hogy minél több információforrásból tájékozódhassunk. A közös munka megkezdésekor Mátéval és a szüleiével is készült interjú, amelyet főként a széles körben alkalmazható Quill-féle készségletár (Quill, 2009) és az Autizmus-specifikus támogatás felmérő rendszere mentén (Jáspér & Kanizsai-Nagy, 2011) terveztünk meg. Máté engedélyével konzultáltunk a diagnosztikus kivizsgálást végző szakemberrel is. A felmérési időszakban is fontos cél volt, hogy a folyamat Máté számára is jól érthetően, transzparensten történjen.

Operacionalizált célok

A pedagógiai felmérések eredményei alapján Mátéval közösen fogalmaztuk meg az operacionalizált célokat. Jelen tanulmányban nem térünk ki az összes közép- és rövidtávú célra, sokkal inkább az autizmus-specifikus támogatás folyamatának bemutatására fókuszálunk, néhány célterület kiemelésével.

A komprehenzív autizmus-specifikus támogatás fő célja az életminőség és pszichológiai jóllét javítása, amelynek fontos részei a szocio-kommunikáció és az önállóság támogatása (EMMI, 2020; Stefanik, 2018). A pedagógiai felmérések alapján Máté esetében *ő irányként a foglalkoztatás és a mindennapi életvitel területeit* jelöltük ki. Kiemelten fontos volt, hogy olyan stratégiákat találjunk, amelyek beépítésével Mátét támogathatjuk az informált döntéshozatalban. Ehhez kapcsolódóan a következő kulcsterületeket emeltük ki: önmagáról való tudás erősítése, reális énkép kialakítása (például erősségek és nehézségek felismerése, diagnózisról való tudás), saját és mások érzelmeinek felismerése, érzelemreguláció (például stresszkezelés), korábbi munkahelyi nehézségek megértése, és ennek mentén megoldási stratégiák kialakítása (például segítségkérés), valamint a mindezzel szorosan összefüggő napi életvitel támogatása (például reggeli és esti rutin, fizikai egészség, higiénia). A Mátéval közösen megfogalmazott, középtávú célokat lebontottuk operacionalizált, rövidtávú célokkra (lásd részletesebben: 1. és 2. sz. táblázat).

A támogatás folyamata

A támogatás az egyéni célok mentén, autizmus-specifikus, individualizáltan kialakított eszközök és módszerek bevonásával épült fel. A következőkben bemutatjuk a támogatási folyamat főbb lépéseit, jellemzőit.

Középtávú cél: Olyan munkát és/vagy képzést találni, ahol Máté jól érzi magát, sikereket tud elérni.	
Kapcsolódó céletterületek, rövidtávú célok	Autizmus-specifikus eszközök, módszerek
<i>Önmagáról való tudás erősítése, reális énkép kialakítása</i> <ul style="list-style-type: none">• Legyen képes 3 hónap múlva legalább 5 különböző erősségét felismerni és megnevezni.• Legyen képes 3 hónap múlva felismerni és megnevezni legalább három olyan területet, amiben támogatásra lehet szüksége; valamint minden területhez kapcsolódóan legyen legalább 2-2 lehetséges megoldási stratégiája.	Szociális történetek, videómodellálás, én-könyv, CAT-kit, Ö.T.V.E.N., csodálatos 5 pontos skála

1. táblázat. Részlet Máté egyéni támogatási tervéből: a pályorientációhoz kapcsolódó célok.

Önmagáról való tudás erősítése, reális énkép kialakítása

A felmérési folyamat során kiderült, hogy Máté énképe a korábbi kudarcok miatt rendkívül negatív. Fontosnak tartottuk, hogy a nehézségei mellett olyan területeket is meg tudjon nevezni, amelyekben jónak és kompetensnek érzi magát. Ez nem csak a reálisabb énkép kialakítása, a pszichológiai jóllét javítása szempontjából tűnt elengedhetetlennek, de szorosan kapcsolódik a Máté által legfontosabbnak tartott területhez, a munkakereséshez, pályorientációhoz is. Emellett arra a célra is fókuszáltunk, hogy Máté jobban átlássa a korábbi munkahelyein tapasztalt nehézségeit, azok lehetséges okait; majd mindezekre építve találjunk olyan lehetséges megoldási stratégiákat, amelyek segítik a következő munkahelyének kiválasztásában, a munkakörnyezet adaptálásában és a munkahelyi helyzetek menedzselésében. Kiderült például, hogy Máté számára a szűk terek rossz érzést keltenek, így olyan munkahelyet érdemes választania, ahol tágasabbak a helyiségek. Előkerült továbbá, hogy korábban hatalmas nehézséget okozott neki, hogy a munkájáról nem érkezett folyamatos, explicit visszajelzés, a mentalizációs nehézségei miatt a főnöke finomabb jelzéseit nem tudta megfelelően értelmezni. Később a munkakör kialakításánál, a munkatársak tudásformálásában figyelmet fordíthattunk erre a szempontra is.

Úgy tapasztaltuk, hogy Máté számára az önmagáról való tudás egyre nagyobb önbizalmat adott. Ennek fontos eleme volt az is, hogy a támogatási folyamat közben Máté megkapta az autizmus diagnózist, ezáltal is egyre többet tudott meg önmagáról. Például az az információ, hogy az autista emberek számára gyakran nehéz a munkatársakkal csevegni, Máté számára érthetőbbé tette, hogy miért alakultak ki korábbi munkahelyi konfliktusai. Mindezt megerősítette az is, hogy részt vett egy rövid, munkavállalásra történő csoportos felkészítésben is, ahol a csoportban lévő autista felnőttek is hasonló nehézségekről számoltak be. Máté úgy látta, hogy sok stresszt előzhet meg azzal, ha leendő munkatársaival is megosztja diagnózisát, valamint azt, hogy milyen támogatásra van szüksége. Mielőtt egy sikeres állásinterjú követően munkába állt a munkahelyén, elkezdtünk együtt dolgozni leendő munkahelyi mentorával és munkatársaival, akik egy olyan célzott tudásformáló alkalmon

vettek részt, ami kifejezetten Máté támogatására fókuszált. Ezáltal a leendő kollégák is fontos információkat kaptak (például, hogy Máté nem udvariatságból teszi fel a zajvédő fülhallgatóját, hanem szenzoros érzékenysége miatt), amely Máté számára is nagyon megnyugtató volt.

Középtávú cél: A hétköznapokban is motiváltak lenni, jól érezni magamat.	
Kapcsolódó céletterületek, rövidtávú célok	Autizmus-specifikus eszközök, módszerek
<p><i>Saját érzelmek felismerése és érzelemreguláció</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Legyen képes 3 hónap múlva felismerni, ha dühös, valamint ennek intenzitását 5-fokú skálán megítélni. • Legyen legalább 3 konstruktív indulatkezelési stratégiája. 	<p>CAT-kit (pl. testséma), személyes napló, én-könyv, csodálatos 5 pontos skála, emlékeztetők, progresszív relaxáció</p>
<p><i>Hatékony reggeli és esti rutin kialakítása, a nappal-éjszaka ritmus helyreállítása</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Legyen képes 3 hónap múlva az esti és reggeli teendőit önállóan, időben elvégezni. • Legyen képes 3 hónap múlva a hét legalább 5 napján legkésőbb 23 órakor elaludni és pihentető alvás után 7 órakor felébredni. 	<p>naptár (napi- és hetirend), folyamatleírások, vizuális emlékeztetők, vizuális óra (okostelefonon), jutalmazás</p>

2. táblázat. Részlet Máté egyéni támogatási tervéből: a szocio-kommunikáció és napi életvitel területeibez kapcsolódó célok.

Saját érzelmek felismerése és érzelemreguláció

A Máté által megjelölt *második nagy céletterület az önállóságra, napi életvitelre, a hétköznapok hatékonyabb szervezésére irányult.* A felmérések alapján úgy tűnt, hogy a legnagyobb nehézséget az éjszaka-nappal ritmus felborulása jelentette. Általános volt, hogy Máté a hobbijával éjszakába nyúlóan foglalkozott, ezért a reggeli felkelés időpontja jelentősen kitolódott, napközben fáradtnak érezte magát. Ehhez szorosan kapcsolódott az is, hogy nehezen ismerte fel saját érzéseit, főként a düh felismerése és annak levezetése okozott kihívást. Ha napközben fáradt volt, akkor ez fokozott problémát jelentett neki és a környezete számára, ilyenkor előfordult, hogy ingerülten viselkedett. Mindkét cél elérésében jelentős szerepet kaptak az autizmus-specifikus, vizuális eszközök. A düh felismerésének tanulását a saját testi érzetek megfigyelésénél kezdtük, amelyet a CAT-kit testséma eszközének segítségével vizuálisan is megjelenítettünk (Attwood, Callesen & Nielsen, 2014). Máté életéből vett példákkal (személyes napló révén) jutottunk el addig, hogy saját dühének intenzitását egy 5-fokú skálán képes volt differenciálni (Buron & Curtis, 2016), majd ehhez kapcsolódóan indulatkezelési stratégiákat alakítottunk ki. A rendszeresen, az esti rutin keretében végzett egyszerű, progresszív relaxációs technika mellett az is sokat segített, hogy Máté beszerzett a szobájába egy boxzsákot, otthonán kívül pedig megtanult szünetet kérni a nehéz helyzetekben és elkezdett stressz labdát is használni.

A produktív reggeli és esti rutin szervezéséhez kialakítottunk egy jól kezelhető napi- és hetirendet, amelyet Máté az okostelefonján elérhető online naptárban kezdett követni. Kezdetben ennek használata nagy erőfeszítést kívánt Mátétól, így pozitív megerősítésként tárgyi jutalmazást is alkalmaztunk (ez a számára motiváló számítógépes játék beszerzését jelentette).

ÖSSZEZGÉS

Mátéval való közös munkánk intenzív része összesen másfél évig tartott. Az autizmus-specifikus támogatás megkezdése után egy évvel Máté egy sikeres állásinterjút követően a nyílt munkaerőpiacon,

egy multinacionális cég kisebb egységénél kezdett dolgozni. Az első időszakban részmunkaidőben, napi négy órában alkalmazták, de az esettanulmány megírásakor már napi hat órában dolgozik, összesen két éve. A foglalkozási tanácsadó által biztosított utókövetés alapján úgy látjuk, hogy a korábban kitűzött célok hosszútávon is megvalósultak. Máté jól érzi magát a munkahelyén, produktív munkát végez, és örömmel részt vesz a munkahelyi csapatépítőkön is.

A támogatás szervezésében kulcsfontosságúnak látjuk az együttműködések kialakítását, a közös munkát. Szakemberként egy autizmus szakirányos gyógypedagógus és egy foglalkozási tanácsadó dolgozott szorosan együtt, ám a csapat nélkülözhetetlen tagjai voltak Máté szülei, a munkahelyén dolgozó közvetlen főnöke (munkahelyi mentora) és a kollégái is. Természetesen kiemelten fontos volt számunkra, hogy Máté számára is transzparensen történjen minden, hiszen a támogatói munkában mindig az autista ember az elsősorú partnerünk (Reed, 2016; Stefanik, 2018).

Úgy látjuk, hogy Máté számára valódi motivációt jelentett, hogy közösen kialakított, konkrét célok mentén dolgozunk. A folyamat során figyelmet fordítottunk arra, hogy folyamatos visszamérésekkel kövessük a célok megvalósulását és Mátéval közösen is reflektáljunk az eredményekre, a sikereket megünnepeljük.

Sajnos gyakran látjuk, hogy autizmus-specifikus támogatás hiányában a munkavégzés kudarcokkal végződik, ez korábban Máté esetében is így volt. Azáltal, hogy Máté egyre jobban rálátott korábbi munkahelyi nehézségeire és ezek okaira, valamint munkahelyén is jól használható, célzott stratégiák álltak a rendelkezésére, egyre magabiztosabb volt már a munkahelykeresésben is. Megértette és meg is tapasztalta, hogy nem benne van a hiba, hiszen megfelelően kialakított, autizmusbarát környezettel és célzott stratégiákkal számára is elérhető a sikeres munkavégzés. Az autizmus-specifikus eszközök és módszerek a Mátéhoz hasonló, jól beszélő, átlagos vagy átlag feletti intelligenciával rendelkező autista felnőttéknél is esszenciálisak a pályorientáció területén és a foglalkoztatás támogatásához.

Összességében elmondhatjuk, hogy a kitűzött rövid- és középtávú célok is megvalósultak, amelyek hatására Máté életminősége és pszichológiai jólléte is javult, amely az autizmus-specifikus támogatás átfogó célja (EMMI, 2020; Stefanik, 2018). A visszamérések és utókövetés során kiderült, hogy Máté az életének egyéb területein is tapasztal pozitív változást. Például felvette a kapcsolatot egy régi barátjával, akivel a hétvégéken szabadidős programokat szerveznek. A rendszeres napirend és az elsajátított dühkezelési stratégiák révén Máté és a családi kapcsolatai is kiegyensúlyozottabbakká váltak, úgy látjuk, hogy a szülők életminősége és pszichológiai jólléte is jelentősen javult.

Bár életkortól függetlenül, a felnőttként elkezdett autizmus-specifikus támogatás is hatékony (Howlin, 2021), sok kudarcotlól kímélhetnénk meg az autista embereket és családjaikat a rendszer szinten hozzáférhető, folyamatos (megfelelő átmenettervezést is tartalmazó), hosszútávra is fókuszáló autizmus-specifikus támogatással (EMMI, 2020; Stefanik, 2018).

Köszönetnyilvánítás

Köszönjük Máténak, hogy hozzájárult közös munkánk történetének megírásához.

A tanulmány első szerzőjét és így jelen publikáció elkészítését a Magyar Tudományos Akadémia Közoktatás-fejlesztési Kutatási Programja támogatta.

IRODALOMJEGYZÉK

- American Psychiatric Association (APA). (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed). <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Attwood, T., Callesen, K. & Nielsen, A. M. (2014). *A CAT-kit Kognitív-érzelmi tréning*. FSZK.
- Buron, K. D. & Curtis, M. (2016). *A csodálatos 5-pontos skála*. Geobook Hungary Kiadó.
- Chamak, B., & Bonniau, B. (2016). Trajectories, Long-Term Outcomes and Family Experiences of 76 Adults with Autism Spectrum Disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 46(3), 1084–1095. <https://doi.org/10.1007/s10803-015-2656-6>
- Csepregi A. & Stefanik K. (2012). *Autizmus spektrum zavarral élő gyermekek, tanulók komplex vizsgálatának diagnosztikus protokollja*. Educatio Társadalmi Szolgáltató Nonprofit Kft.
- Eapen, V., Karlov, L., John, J. R., Beneytez, C., Grimes, P. Z., Kang, Y. Q., Mardare, I., Minca, D. G., Voicu, L., Malek, K. A., Ramkumar, A., Stefanik, K., Gyori, M., & Volgyesi-Molnar, M. (2023). Quality of life in parents of autistic children: A transcultural perspective. *Frontiers in Psychology*, 14. URL: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2023.1022094>
- Eapen, V., & Guan, J. (2016). Parental Quality of Life in Autism Spectrum Disorder: Current Status and Future Directions. *Acta Psychopathologica*, 2(5), pp. 1–5. <https://doi.org/10.4172/2469-6676.100031>
- EMMI (Az Emberi Erőforrások Minisztériuma) (2020). *Egészségügyi szakmai irányelve az autizmusról/autizmus spektrum zavarokról*. Letöltés helye: https://www.hbcs.hu/uploads/jogszabaly/3171/fajlok/2020_EuK_12_szam_EMMI_ira_nyelv_3.pdf
- Hedley, D., Cai, R., Uljarevic, M., Wilmot, M., Spoor, J. R., Richdale, A., & Dissanayake, C. (2018). Transition to Work: Perspectives from the Autism Spectrum. *Autism: The International Journal of Research and Practice*, 22(5), 528–541. <https://doi.org/10.1177/1362361316687697>
- Hedley, D., Uljarević, M., Cameron, L., Halder, S., Richdale, A., & Dissanayake, C. (2017). Employment programmes and interventions targeting adults with autism spectrum disorder: A systematic review of the literature. *Autism : the international journal of research and practice*, 21(8), 929–941. <https://doi.org/10.1177/1362361316661855>
- Howlin, P. (2021). Adults with Autism: Changes in Understanding Since DSM-III. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 51(12), 4291–4308. <https://doi.org/10.1007/s10803-020-04847-z>
- Jáspér É. & Kanizsai-Nagy I. (2011). *Autizmus-specifikus támogatott foglalkoztatás. Módszertani kézikönyv*. Fogyatékos Személyek Esélyegyenlőségéért Közalapítvány.
- Lord, C., Brugha, T. S., Charman, T., Cusack, J., Dumas, G., Frazier, T., Jones, E. J. 1 H., Jones, R. M., Pickles, A., State, M. W., Taylor, J. L., & Veenstra-VanderWeele, J. (2020). Autism spectrum disorder. *Nature Reviews Disease Primers*, 6(1), Art. 1. <https://doi.org/10.1038/s41572-019-0138-4>
- Marsack-Topolewski, C. N. (2021). Parental caregivers' use of support networks for adults with autism by educational status. *Journal of Family Social Work*, 24(2), 81–97. <https://doi.org/10.1080/10522158.2020.1777239>
- Marsack-Topolewski, C. N., & Weisz, A. N. (2020). Parents' Perceptions of Access to Services for Their Adult Children Diagnosed With Autism Spectrum Disorder. *Families in Society*, 101(2), 190–204. <https://doi.org/10.1177/1044389419881273>
- MTA-ELTE Autizmus Szakmódszertani Kutatócsoport (MASZK) (2020). Hazai összkép az autista személyek és családjaik helyzetéről, életminőségéről - MASZKOLATLANUL. MASZK; URL: https://maszk.elte.hu/tajkoztatok/MASZK_kutatas_tajkoztato_kiadvany.pdf
- Németh, V., Győri, M., Ehmann, B., Völgyesi-Molnár, M., & Stefanik, K. (2024). "...in the middle of nowhere..." Access to, and quality of, services for autistic adults from parents' perspectives: a qualitative study. *Frontiers in psychiatry*, 15, 1279094. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1279094>
- Ószi T., Simó J. & Vigh K. (2020). *Autizmus – belépés a felnőttkorba. Protokoll az átmenet támogatásához. Módszertani segédlet az átmenet támogatásához*. NFSZK Nonprofit Kft.

- Quill, K. A. (2009). *Tedd-Nézsd-Hallgasd-Mondd. Szociális és kommunikációs intervenció autizmussal élő gyermekek számára*. Autizmus Alapítvány Kapocs Kiadója.
- Reed, P. (2016). *Interventions for autism: evidence for educational and clinical practice*. John Wiley & Sons. <https://doi.org/10.1002/9781118897553>
- Sonido, M. T., Hwang, Y. I., Srasuebkul, P., Trollor, J. N., & Arnold, S. R. C. (2022). Predictors of the Quality of Life of Informal Carers of Adults on the Autism Spectrum. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 52(7), 2997–3014. <https://doi.org/10.1007/s10803-021-05178-3>
- Shattuck, P. T., Garfield, T., Roux, A. M., Rast, J. E., Anderson, K., Hassrick, E. M., & Kuo, A. (2020). Services for Adults With Autism Spectrum Disorder: A Systems Perspective. *Current Psychiatry Reports*, 22(3), 13. <https://doi.org/10.1007/s11920-020-1136-7>
- Stefanik K. (2018). Az autizmus spektrum zavarok evidencia-alapú oktatási és támogatási módszertanának alapjai. In Győri M. & Billédi K. (szerk.). *Atipikus diákok, segítő appok, tudományos evidenciák*. (5. fejezet). ELTE Eötvös Kiadó.
- Stefanik K., Németh V., Győri M., Borsos Zs., Szekeres Á., Havasi Á., Janoch M., Ószi T. & Vargáné Molnár M. (2020). Autizmussal élő felnőttek oktatási és foglalkoztatási helyzete. *Gyógypedagógiai Szemle*, 48(3-4), 290–304.
- Vasilopoulou, E., & Nisbet, J. (2016). The quality of life of parents of children with autism spectrum disorder: A systematic review. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 23, 36–49. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2015.11.008>
- Volgyesi-Molnar, M., Gyori, M., Eapen, V., Borsos, Zs., Havasi, A., Jakab, Z., Janoch, L., Nemeth, V., Oszi, T., Szekeres, A. & Stefanik, K. (2024). Quality of life in hungarian parents of people with autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders* (2014), <https://doi.org/10.1007/s10803-024-06243-3>
- Wang, R., Liu, Q., & Zhang, W. (2022). Coping, social support, and family quality of life for caregivers of individuals with autism: Meta-analytic structural equation modeling. *Personality and Individual Differences*, 186, 111351. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111351>
- Walsh, B., Dempsey, R., & Lawler, M. (2021). Family Perspectives on Educational Experiences, Post-School Needs, and Quality of Life of Young Autistic Adults. *Irish Educational Studies*, 40(3), 571–588. <https://doi.org/10.1080/03323315.2021.1926309>

Autism-specific support and career planning in adulthood: a case study

ABSTRACT

Autism-specific support at all ages is key to the quality of life and psychological well-being of autistic people, but internationally and in Hungary, there are drastically fewer autism-specific supports and services available in adulthood than in childhood. Both international and national research shows that this is strongly associated with low quality of life and psychological well-being of autistic adults and their parents.

In this paper, we focus on autism-specific career planning and employment through a case study. The aim of the case study is to illustrate the journey to employment of a 29-year-old autistic adult. We will also review the steps of a comprehensive autism-specific support, the individualized educational assessment, the individual goals developed together, the individualized autism-specific tools and methods, and the partnerships. Based on the assessments, the following key areas have been highlighted: strengthening self-awareness, developing a realistic self-image, recognising one's own and others' emotions, emotion regulation, understanding previous work difficulties and finding strategies to solve them, and supporting daily living and independence, which are closely related to all of this.

Our case study confirms that comprehensive autism-specific support is essential for successful employment and psychological well-being.

Keywords: autistic adults, autism-specific support, career planning, employment.
