



SPEKTRUM

**MUZEUM
PRZYJAZNE OSOBOM
W SPEKTRUM AUTYZMU
WSKAZÓWKI DLA INSTYTUCJI KULTURY**

1. WPROWADZENIE	3
2. STRATEGIA I PLANOWANIE	8
3. PRZYGOTOWANIE PRACOWNIKÓW	13
4. PRZED WIZYTĄ	16
5. DOSTOSOWANIE INFRASTRUKTURY MUZEUM	19
6. TWORZENIE USŁUG DOSTOSOWANYCH DO POTRZEB OSÓB W SPEKTRUM AUTYZMU	25
7. EWALUACJA	30
8. PRZYDATNE MATERIAŁY	33
O PROJEKCIE SPEKTRUM	34

1.

WPROWADZENIE



W MUZEUM CHODZI PRZED W SZYSTKIM O TWORZENIE POŁĄCZEŃ:

pomiędzy teraźniejszością a przeszłością, pomiędzy przedmiotami, ich historiami i ludźmi, a także o tworzenie relacji między samymi ludźmi. Prawdziwa więź opiera się na idei integracji społecznej – zapewnieniu bezpiecznego i dostępnego środowiska, tak aby nikt nie był pozostawiony samemu sobie i każdy czuł się swobodnie i mile widziany. Włączanie jest częścią procesu demokratycznego, w którym wszystkie grupy społeczne są współtwórcami dziedzictwa kulturowego uosabianego przez muzea. Podając za UNESCO: „prawo do uczestnictwa w życiu kulturalnym gwarantuje każdemu prawo do dostępu, uczestnictwa i korzystania z kultury, dziedzictwa kulturowego i form ekspresji kulturowej.”¹ To deklaracja obywatelska, w całej Europie chroniona pod względem prawnym. Wiele jednak pozostaje do zrobienia, aby zapewnić każdemu możliwość korzystania z tego prawa.

Muzea zarządzają dobrami kultury, sprawując nad nimi opiekę w naszym imieniu. Mają wobec tego obowiązek zapewnić otwarty i sprawiedliwy dostęp do tego dziedzictwa. Wprowadzenie niezbędnych zmian w celu pokonania barier w dostępie zakłada zrozumienie potrzeb osób, które są zagrożone wykluczeniem. Instalację podjazdów, wind, drzwi, toalet dla osób z niepełnosprawnościami uważamy za konieczne dostosowanie, ponieważ otwiera muzeum na osoby niepełnosprawne fizycznie. Zdajemy sobie również sprawę, że z takich dostosowań skorzystają inni, nie tylko osoby poruszające się na wózkach inwalidzkich. Wielu naszych odbiorców może być jednak wykluczonych z korzystania z muzeów z powodu tego, co czasami określa się mianem „ukrytej” lub „niewidocznej” niepełnosprawności. Podobnie rzecz się ma w przypadku dostrzegania osób w spektrum autyzmu. Ta nie-widoczność utrudnia identyfikację, zrozumienie i zaspokojenie ich potrzeb.

¹ <https://en.unesco.org/human-rights/cultural-life>

Aby muzeum stało się przyjazne, bezpieczne i niewykluczające dla osób w spektrum autyzmu – co określamy mianem „przyjaznego dla osób w spektrum autyzmu” – należy zacząć od kilku podstawowych pytań. Co to jest autyzm? Jak wpływa na życie ludzi? W jaki sposób może determinować czyjeś doświadczenia związane z muzeami? I co możemy z tym zrobić?

O AUTYZMIE²

Pomimo, że kiedyś uważano, że autyzm występuje stosunkowo rzadko, **badania epidemiologiczne wykazały, że dotyka on około 1 na 100 osób.**

W TYM, CO OKREŚLAMY SPEKTRUM AUTYZMU POJAWIAJĄ SIĘ GŁÓWNIE:

- deficyty w komunikacji i interakcji społecznej.
- powtarzające się wzorce zachowań, zainteresowań lub czynności.
- częste doświadczanie trudności sensorycznych, takich jak zwiększona lub zmniejszona wrażliwość na światło, dźwięk, kolor, zapach, smak lub dotyk.

AUTYZM NIE JEST CHOROBA, LECZ NIETYPOWĄ ŚCIEŻKĄ ROZWOJU MÓZGU. Jego objawy są zwykle widoczne od wczesnego dzieciństwa. Spektrum autyzmu może być zdiagnozowane przez odpowiednio wykwalifikowanych specjalistów zgodnie z międzynarodowymi kryteriami. Autyzm, a właściwie spektrum zaburzeń autystycznych (ASD), w którym objawy różnią się u poszczególnych osób, od łagodnych do ciężkich. Wśród osób w spektrum autyzmu są osoby, które mogą wymagać zróżnicowanego wsparcia; każda osoba ma indywidualną ścieżkę rozwoju. Często potrzebują przystosowania swojego najbliższego otoczenia, okresu nauki i pracy do trudności, charakterystycznych dla każdego z osobna.

² <https://www.autismeurope.org/about-autism/>

Nie ma lekarstwa na autyzm. Badania wykazały, że najlepszą terapią dla osób z ASD są wczesne i specjalistyczne terapie behawioralne, których celem jest pomoc takiej osobie w rozwijaniu umiejętności radzenia sobie z indywidualnymi wyzwaniami, przed którymi staje w życiu codziennym. Spektrum autyzmu jest czasem połączony z chorobami lub zaburzeniami genetycznymi, takimi jak zespół Downa, padaczka, zespół Retta lub stwardnienie guzowate.

Mamy nadzieję, że ten krótki poradnik będzie stanowił wartościową pomoc, oferując wskazówki, odpowiednie rozwiązania i narzędzia. Nie ma on jednak stanowić szablonu “kopiuj-wklej”, jednak może pomóc w procesie, który – przy zastosowaniu zestawu sześciu zasad dobrych praktyk – zwiększy szanse na uczynienie muzeum bardziej otwartym dla osób ze spektrum autyzmu.

1. Nie „wymyślaj koła na nowo”! W całej Europie i poza nią jest wiele muzeów, dużych i małych, które znalazły sposób, by być bardziej przyjaznymi dla osób z ASD. Wszyscy możemy uczyć się z ich doświadczeń.

2. Nie ma jednego, “słusznego” sposobu na uczynienie muzeum przyjaznym dla osób ze spektrum autyzmu. Ucz się od innych, ale bądź kreatywny i elastyczny w poszukiwaniu tego, co najlepiej sprawdza się w Twojej instytucji i Twojej społeczności.

3. Słuchaj, co mają do powiedzenia osoby z ASD i włączaj je do współpracy na każdym etapie. W końcu są to jedyne osoby, które mogą powiedzieć, czy muzeum jest naprawdę dla nich przyjazne.

4. Zdobywaj serca i umysły ludzi. Nie wszyscy w Twojej instytucji będą rozumieć, dlaczego jest to ważna kwestia i co muszą zrobić, aby wprowadzić zmiany. Niektórzy mogą aktywnie

sprzeciwiać się Twoim pomysłom. Zatem oprócz wszelkich planów, zasad i widocznych zmian, które wprowadzasz, uwzględnij strategię edukowania i przekonywania o korzyściach płynących z bycia otwartym na osoby o zróżnicowanych potrzebach.

5. Od samego początku włącz do swojego planu ewaluację, która pomoże Ci zrozumieć i ocenić, na jakim etapie jest Twoja instytucja i jakie zmiany musisz wprowadzić w miarę postępu prac.

6. Po prostu to zrób! Jedynym sposobem, aby dowiedzieć się, czy pomysł się sprawdzi, jest podejmowanie prób. Więc bądź odważny. Niektóre pomysły zawiodą, nawet jeśli sprawdziły się gdzie indziej, ale można wyciągnąć z nich wnioski. Co ważniejsze, jeśli pomysły się sprawdzą, jest to najlepszy sposób, aby pokazać osobom mającym wątpliwości, że zmiana jest możliwa.

KOLEJNE ROZDZIAŁY OPARLIŚMY O POWYŻSZE IDEE.

2.

STRATEGIA I PLANOWANIE



NIE MA DROGI NA SKRÓTY, ABY UCZYNIĆ SVOJĄ INSTYTUCJĘ BARDZIEJ DOSTĘPNĄ.

Każde muzeum jest inne, nie tylko ze względu na swoje zbiory, ale także z powodu różnych kontekstów i środowisk, możliwości finansowych, ilości i wykształcenia personelu, możliwości dostosowania budynków... Pomimo tych różnic, każde muzeum może wprowadzić niewielkie zmiany, które przyniosą korzyści wszystkim zwiedzającym, nie tylko osobom w spektrum autyzmu. Wiele osób skorzysta z modyfikacji, które zapewniają spokojniejszy i bardziej zorganizowany kontakt z muzeum.

Jak w przypadku każdego projektu, musisz napisać plan działań, które podejmiesz, aby dotrzeć do celu, jakim jest muzeum przyjazne osobom w spektrum autyzmu. Pomoże Ci to zrozumieć, gdzie jesteś na swojej drodze i będzie wskazówką dla innych, jakie dalsze kroki należy podjąć.

Być może znasz już dobre praktyki w zakresie planowania projektów, a w Internecie można znaleźć szeroki zakres materiałów stanowiących wsparcie w tym względzie. Nie zalecamy żadnego konkretnego podejścia do planowania muzeum przyjaznego osobom z ASD, ale poniższe pytania mogą okazać się pomocne przy opracowywaniu strategii:

- **ZACZNIJ OD PYTANIA; DLACZEGO TWOJA INSTYTUCJA CHCE BYĆ PRZYJAZNA DLA OSÓB W SPEKTRUM AUTYZMU?**

W pierwszej kolejności jest to pytanie do Ciebie i wszystkich współpracowników, którym powierzono kierowanie tym procesem. Wymień powody, dla których bycie przyjaznym dla osób z autyzmem jest dobrym pomysłem. Wykorzystaj tę wizję, aby rozpocząć rozmowę z ludźmi, którzy będą zaangażowani. Bądź świadomy, że ta wizja będzie się zmieniać, gdy coraz więcej osób będzie brać udział w rozmowach.

- **KTO SKORZYSTA Z TEGO, ŻE STAJECIE SIĘ MUZEUM PRZYJAZNYM DLA OSÓB W SPEKTRUM AUTYZMU?**

W kategoriach planowania projektu chodzi o określenie „interesariuszy” – osób, które są bezpośrednio lub pośrednio zainteresowane tym, by muzeum stało się przyjazne dla osób w spektrum autyzmu. Oczwistymi beneficjentami będą osoby w spektrum autyzmu i ci, którzy mogą ich wspierać w korzystaniu z oferty muzeum, ale pojawi się też szereg innych odbiorców, których może to dotyczyć, i których również należy włączyć w proces planowania. Musisz zrozumieć ich oczekiwania i obawy oraz to, jak mogą oni pomóc Ci osiągnąć Twoje cele.

- **JAKIE SĄ TWOJE CELE? JAKIE WYNIKI CHCESZ OSIĄGNAĆ?**

Oprócz ogólnej wizji, wyznaczenie zestawu celów może pomóc zmotywować Ciebie i Twój zespół oraz skupić uwagę na tym, co jest ważne. Istnieje wiele narzędzi do planowania projektu, które pomogą Ci wyznaczyć cele, określane jako „SMART” – Specific, Measurable, Achievable (or Attainable), Relevant, and Time-based (Skonkretyzowane, Mierzalne, Osiągalne (lub Realne), Istotne oraz Określone w czasie).

- **JAKIE SĄ TWOJE ZASOBY?**

Określenie dostępnych zasobów pomoże Ci ustalić priorytety działań wymaganych do wdrożenia Twojego planu. Weź pod uwagę czas pracowników poświęcony na realizację projektu (planowanie i zarządzanie procesem), ale także czas potrzebny pracownikom na dostosowanie sposobu działań poprzez szkolenia, wdrażanie nowych praktyk i ich ocenę. Pamiętaj, aby w tym podsumowaniu uwzględnić także dobrowolne zaangażowanie. Należy również określić budżet planu, które mogą zawierać takie koszty, jak na przykład dostosowanie budynku, ale też bieżące koszty związane z tworzeniem nowych stanowisk. Zbadaj, czy dostępne są dotacje lub dodatkowe fundusze i uwzględnij wszelkie korzyści finansowe dla muzeum wynikające z dodatkowej liczby odwiedzających, którzy docenią wprowadzane zmiany.

- **NAPISZ W ZWIĘZŁY I JASNY SPOSÓB**, dlaczego chcesz, aby Twoje muzeum było przyjazne dla osób w spektrum autyzmu
- **OKREŚL ZMIANY**, które trzeba będzie wprowadzić, działania wymagane do wprowadzenia tych zmian w życie oraz oczekiwane rezultaty
- **STWÓRZ** realistyczny harmonogram
- **„SPRZEDAJ” PLAN** i sprawdź, czy kluczowe osoby rozumieją, co robisz

NIC O NAS BEZ NAS!

Jak wspomnieliśmy we wstępie, w muzeach chodzi o tworzenie więzi. Nie ma potrzeby ponownego przemyślenia lub przeprojektowania tych aspektów muzeum, które dobrze funkcjonują. Ale jak wygląda muzeum, które jest przystosowane dla osób w spektrum autyzmu? Najlepszym sposobem, aby się tego dowiedzieć, jest zapytanie samych zainteresowanych oraz osób, które wspierają ich w codziennym życiu. W końcu to oni najlepiej znają swoje potrzeby.

Szkolenie personelu, tolerancja hałasu i zrozumienie ze strony społeczeństwa są najważniejszymi aspektami dostosowania dla osób ze spektrum autyzmu i ich opiekunów.

([Dimensions UK](#))

JAK MOŻESZ DOTRZEĆ DO TEJ GRUPY LUDZI?

- Skontaktuj się z przedstawicielami (indywidualnymi lub z grupami) z ASD z Twojej okolicy. Dobrym pomysłem będzie zorganizowanie spotkania z nimi, aby wyjaśnić, co planujesz zrobić.
- Zaproś ich do wzięcia udziału w ankiecie.
- Zorganizuj dla nich wizytę w muzeum w roli „tajemniczego klienta”, uzyskując od nich informacje zwrotne.
- Upewnij się, że włączysz ich do swojego zespołu projektowego jako współtwórców muzeum przyjaznego osobom w spektrum autyzmu.

MUZEUM PRZYJAZNE OSOBOM ZE SPEKTRUM AUTYZMU MOŻE BYĆ CZYMŚ WIĘCEJ NIŻ TYLKO WSPANIAŁYM MIEJSCEM DO ZWIEDZANIA. Zastanów się, jakie inne role mogą odgrywać w Twoim muzeum, np. być częścią personelu, wolontariuszem, członkiem grupy doradczej, a nawet rady zarządzającej.

Jakie są opinie Twoich doradców w spektrum autyzmu? Co możesz usprawnić lub dodać do swojego programu?

3.

PRZYGOTOWANIE PRACOWNIKÓW



POŁĄCZCIE SIŁY!

Trudno jest podjąć jakiegokolwiek z zaplanowanych przez Ciebie działań w pojedynkę! Przed rozpoczęciem pracy należy stworzyć zespół projektowy, w skład którego wejdą osoby pełniące różne funkcje w Twojej instytucji. Upewnij się, że cel, jakim jest stanie się muzeum przyjaznym dla osób z ASD, jest w pełni popierany przez kierownictwo organizacji. Zaproś swoich współpracowników i opowiedz im o swoim projekcie. Szczególnie ważne jest przekazanie zespołowi wiedzy na temat spektrum autyzmu i możliwych reakcji osób odwiedzających muzeum. W tym celu podejmij współpracę z osobami w spektrum lub ich opiekunami oraz z organizacjami pracującymi z nimi na co dzień.

POMYŚL O SWOIM MIEJSCU PRACY JAKO O CAŁYM SYSTEMIE, który musi zostać przygotowany na przyjęcie zwiedzających z różnymi potrzebami. Wszyscy w muzeum powinni być zaangażowani:

- **Edukatorzy i przewodnicy**, aby mogli umiejętnie prowadzić warsztaty dla osób z ASD lub oprowadzać grupy zwiedzających;
- **Kasjerzy, obsługa ekspozycji i strażnicy muzealni** - to oni są zazwyczaj pierwszymi osobami, z którymi zwiedzający mają kontakt;
- **Kuratorzy i projektanci wystaw**, aby potrafili stworzyć możliwie dostępne i komfortowe ekspozycje dla zwiedzających;
- **Pracownicy administracji i działów technicznych**, którzy pomogą Ci wyposażyć budynek w odpowiednie urządzenia;
- **Twój zespół ds. komunikacji** jest niezbędny w rozpowszechnianiu informacji o tym, co muzeum oferuje osobom z ASD.

ZAANGAŻUJ WSPÓŁPRACOWNIKÓW I POMÓŻ IM PRZEWYCIĘŻYĆ PO CZĄTKOWE OBAWY I/LUB ZASTRZEŻENIA:

- **Zorganizuj spotkanie** i zaprosić do dyskusji z otwartymi umysłami i szeroko otwartymi uszami
- **Opracuj program szkoleniowy** na temat spektrum zaburzeń autystycznych oraz sposobów interakcji z osobami z autyzmem w środowisku muzealnym³
- **Podejmij współpracę z innymi muzeami.** Zorganizuj wizyty studyjne i/lub zaproś pracowników innych muzeów lub innych organizacji, aby przyszli i opowiedzieli o swoich doświadczeniach. Inne muzea mogą podejmować podobne kroki, co Ty, a wzajemne inspirowanie się i dzielenie się zasobami może przynieść korzyści, a także oszczędności, jak np. zorganizowanie wspólnego programu szkoleniowego
- **Wykorzystaj pakiet narzędzi Spektrum** do przeprowadzenia profesjonalnego szkolenia

³ <https://dimensions-uk.org/get-involved/campaigns/dimensions-autism-friendly-environments/autism-friendly-museums/free-autism-friendly-training-museums/>

4.

PRZED WIZYTĄ



PIERWSZYM KROKIEM

do stworzenia muzeum przyjaznego osobom ze spektrum autyzmu jest dostarczenie jasnych i adekwatnych informacji o instytucji. O tym, co można zobaczyć i zrobić oraz jakie zmiany zostały wprowadzone, aby uczynić ją bardziej dostępną, jakie narzędzia i pomoce oferujemy dla zwiedzających. Te informacje powinny być łatwo dostępne (offline/online) dla osób z autyzmem i osób je wspierających. Budzące zaufanie i poczucie bezpieczeństwa otoczenie i wiedza, jak „korzystać” z muzeum, mogą ulepszyć przyszłe doświadczenia osób wymagających większego wsparcia.

PRZED-PRZEWODNIK

Informowanie odbiorców o tym, czego mogą od Was oczekiwać, to najlepszy i najprostszy sposób, aby pomóc potencjalnym zwiedzającym z ASD przygotować się do przyścia do Waszego muzeum. **Możesz na przykład zaprojektować i opublikować jasny i łatwo dostępny przed-przewodnik** na swojej stronie internetowej, w mediach społecznościowych i/lub w wersji papierowej, zawierający informacje na temat:

- **Godzin otwarcia** i szczegóły dotyczące oferty przeznaczonej specjalnie dla osób w spektrum autyzmu⁴;
- **Adresu wraz z mapą dojazdu**, opracowaną z wykorzystaniem narzędzi komunikacji wizualnej;
- Informacji **jak dotrzeć do muzeum** (komunikacja miejska, pobliskie parkingi itp.).

⁴ <https://www.sciencemuseum.org.uk/see-and-do/early-birds>

Oprócz tych podstawowych informacji, przydatne będą bardziej szczegółowe wskazówki. Pomocne będzie również dodanie zdjęć/infografik ilustrujących tekst:

- lokalizacja kasy i toalet;
- godziny największego i najmniejszego natężenia ilości zwiedzających, aby uniknąć kolejek i tłumów;
- mapa ekspozycji, zawierająca informacje o każdym pomieszczeniu, co można w nim zobaczyć⁵;
- informacje o możliwych silnych bodźcach i możliwych trasach przyjaznych dla osób z ASD;
- informacje o oznakowaniu;
- drogi ewakuacyjne;
- 'ciche godziny', czas specjalnie przeznaczony do zwiedzania w ciszy;
- lokalizacja pomieszczeń/miejsc wyciszenia

Niezależnie od tego, czy przed-przewodnik zostanie opublikowany w wersji papierowej, na stronie internetowej muzeum, czy w aplikacji, zwracajmy uwagę na sposób ich prezentacji: **IM PROSTSZY JĘZYK, ODPOWIEDNIA WIELKOŚĆ I KRÓJ TEKSTU I PALETA KOLORÓW, TYM LEPIEJ.**

Niektóre muzea opracowują informacje w formie historii ilustrowanych zdjęciami lub rysunkami **(‘SOCIAL STORIES’)**. *Social story* ma na celu przygotowanie osób w spektrum autyzmu na sytuacje lub wydarzenia, z którymi mogą mieć styczność podczas wizyty. Zazwyczaj historie te składają się z zestawu prostych zdań i graficznego przedstawienia, które opisują różne sytuacje i dostarczają wskazówek⁶.

⁵ <https://www.metmuseum.org/events/programs/access/visitors-with-developmental-and-learning-disabilities/for-visitors-with-autism-spectrum-disorders>

⁶ <https://museums victoria.com.au/melbournemuseum/visiting/access/the-autism-friendly-museum/>

5.

DOSTOSOWANIE INFRASTRUKTURY MUZEUM



JEŚLI CHCEMY STAĆ SIĘ MUZEUM PRZYJAZNYM DLA OSÓB W SPEKTRUM AUTYZMU, NIEZBĘDNE BĘDZIE ZDOBYCIE WIEDZY NA TEMAT, W JAKI SPOSÓB OSOBY TE ODCZUWAJĄ I JAK MOGĄ DOŚWIADCZAĆ SWOJEGO OTOCZENIA.

Ich wrażliwość na różnorodne bodźce może być zwiększona lub obniżona. Oznacza to, że neutralna przestrzeń będzie dla nich korzystna, bez skrajnych bodźców odbieranych zmysłami wzroku, słuchu, smaku, zapachu, dotyku, przestrzeni (propriocepcji) i równowagi ciała. Otoczenie, w którym radzi sobie większość osób neurotypowych, może wzbudzać niepokój u innych, wpływając negatywnie na ich samopoczucie i radość z pobytu w muzeum. Poczucie silnego dyskomfortu może skutkować zachowaniem takim jak kołysanie, huśtanie, machanie rękami, powtarzanie niektórych zwrotów lub krzyk. Ważne jest, aby być tego świadomym i w razie potrzeby zapewnić spokojną, bezpieczną przestrzeń lub nawet drogę ucieczki.

WEŹ POD UWAGĘ WSZYSTKIE GŁÓWNE ZMYŚŁY – gdzie i jak możesz dokonać zmian w muzeum, aby dostosować ilość bodźców. Osoby w spektrum autyzmu będą w stanie pomóc Ci zrozumieć, jakie problemy mogą się pojawić i w którym miejscu. Poniżej znajduje się przydatna lista kontrolna, która pozwoli Ci rozpocząć takie działania:

ZMYŚŁ WZROKU

- **Sprawdź źródła silnego lub migoczącego światła** (zarówno sztucznego, jak i odbijających się promieni słonecznych), mocnego oświetlenia eksponatów, jasnych monitorów, stroboskopów. Możesz zmniejszyć poziom jasności lamp, urządzeń elektronicznych i użyć

zasłon, aby dostosować poziom nasłonecznienia. Pamiętaj, że wszelkie skrajności mogą wywoływać stres. Tak więc oprócz przestrzeni, które mogą być zbyt jasne i pełne światła, zwróć również uwagę na miejsca, które mogą być zbyt ciemne lub ponure;

- Zwróć także uwagę na intensywne kolory i wzory, np. na tekstyliach i meblach, podłodze, tapetach, eksponatach, plakatach itp. Staraj się używać bardziej stonowanej palety kolorów.

ZMYŚŁ SŁUCHU

- Podobnie jak w przypadku bodźców wzrokowych, **zwróć uwagę na źródła głośnych lub powtarzających się dźwięków** – mogą pochodzić z zewnątrz budynku (np. odgłosy ulicy, z placów budowy, czy placów zabaw) lub z wewnątrz muzeum (np. nagłe efekty dźwiękowe w salach wystawowych, muzyka lub dźwięki z kawiarni, odgłosy urządzeń do ogrzewania, wentylacji i klimatyzacji, lodówek, ciekących kranów). Zatem to dobry pomysł, aby zastosować materiały dźwiękochłonne, szczególnie w przestrzeni ekspozycji oraz jak najszybciej dokonać naprawy sprzętów emitujących niepokojące lub rozpraszające dźwięki;
- **Zapewnij słuchawki lub zatyczki do uszu;**
- **Wprowadź ciche godziny** w harmonogramie otwarcia muzeum. W tym czasie można wyłączyć wyżej wymienione źródła dźwięków. Śledzenie ruchu odwiedzających w ciągu dnia pomoże określić najlepszy czas, który można przeznaczyć na ciche godziny;
- Tłumy w muzeum mogą również generować hałas, który część osób w spektrum autyzmu może uznać za stresujący. **Znajdź miejsce w muzeum, najlepiej oddzielne pomieszczenie, do którego można łatwo się dostać.** Ten cichy pokój może być wykorzystywany w przypadku przeciążenia którymkolwiek z wymienionych bodźców. W tej przestrzeni zwiedzający będą mogli spędzić trochę czasu w komfortowych warunkach, aby odzyskać równowagę.

ZMYŚL DOTYKU

- **Niektóre osoby w spektrum autyzmu są hypowrażliwe**, co między innymi oznacza, że potrzebują dodatkowych bodźców, aby czuć się bezpiecznie. Mogą ich dostarczyć np. koce z ciężarkami koce obciążeniowe, drewniane urządzenia do masażu lub materiały o wyrazistej fakturze. Jeśli jest to możliwe, trzymaj te przedmioty w cichym pokoju/pokoju wyciszeń. Można też przygotować lub kupić kostkę sensoryczną z różnymi fakturami na ściankach. Jest ona powszechnie stosowana w terapii sensorycznej. Pomocna może być również zwykła piłeczka antystresowa, którą można otrzymać przy wejściu do muzeum. Piłeczka może też być wspaniałym dodatkiem do plecaka sensorycznego (więcej o plecaku/koszyku sensorycznym możesz przeczytać w dalszych rozdziałach);
- **Udostępnij informacje o nieprzyjemnych fakturach, które można napotkać w muzeum.**

ZMYŚL ZAPACHU

- **Używaj bezzapachowych środków czyszczących** w muzeum. Zmień mydło w toaletach na takie o neutralnym zapachu. Niektóre osoby w spektrum autyzmu wyczuwają zapach produktu jeszcze długo po jego użyciu, co może powodować u nich objawy takie jak mdłości i bóle głowy;
- Ostrzegaj zwiedzających, jeśli w jakiejś części muzeum wyczuwalny jest silny zapach, być może związany z wystawą.
- Jeśli muzeum posiada własną kawiarnię lub restaurację, wyposaż je w pochłaniacz zapachów, aby zapachy pożywienia, napojów, dymu, czy perfum nie pozostawały w powietrzu.

ZMYŚŁ SMAKU

- W przypadku muzeów posiadających kawiarnie/restauracje: **upewnij się, że menu zawiera przejrzyste informacje na temat zawartości potraw**, najlepiej ze zdjęciami/ikonami; niektóre produkty mogą być nieprzyjemne, w zależności od osobistych preferencji. Zapytaj kelnerów/baristów, czy istnieje możliwość usunięcia z dania niektórych składników na wcześniejsze życzenie.

PROPRIOCEPCJA (ZMYŚŁ RUCHU W PRZESTRZENI I POZYCJI CIAŁA)

- Długie, wąskie korytarze lub klatki schodowe, małe windy i zatłoczone, zagracone pomieszczenia mogą zaburzać propriocepcję danej osoby. Jeśli to możliwe, **poinformuj gości o innych trasach, z których mogą skorzystać i jak znaleźć szybkie wyjście**. Umieść informacje o takich miejscach w przed-przewodniku. Dotyczy to również rozległych, otwartych przestrzeni, gdyż mogą one wywoływać poczucie niepewności u niektórych osób z ASD.

ZMYŚŁ RÓWNOWAGI

- Niektórzy z odwiedzających mogą mieć trudności z odczuwaniem związku pomiędzy własnym ciałem a otoczeniem. Aby odzyskać poczucie równowagi ciała w przestrzeni, **muszą mieć możliwość wykonywania ruchu**, np. balansowania na deskach, opierania się plecami o ścianę, wspinania się, albo po prostu siedzenia w miejscu, z którego widać cały pokój. Takie narzędzia mogą być przechowywane w cichym pomieszczeniu.

Trudno będzie wprowadzić trwałe zmiany w całym otoczeniu muzeum. W takim przypadku należy rozważyć zmiany tymczasowe, na przykład na czas planowanej wycieczki z udziałem zwiedzających z ASD. Dobrą praktyką jest umożliwienie wcześniejszego skontaktowania się z muzeum i zorganizowanie zwiedzania bez obecności nadmiernych bodźców. Ponadto, jak wspomniano w rozdziale "Przed wizytą", wszystkie informacje na temat silnych bodźców powinny być zawarte w przed-przewodniku, tak aby osoba w spektrum autyzmu mogła zdecydować, w jaki sposób zaplanować wizytę, biorąc pod uwagę swoje osobiste potrzeby.

Jeśli nie jest możliwe pełne dostosowanie infrastruktury muzeum, pamiętaj, aby poinformować zwiedzających o tych miejscach w instytucji, w których mogą wystąpić trudności w odbiorze bodźców.

6.

**TWORZENIE USŁUG
DOSTOSOWANYCH
DO POTRZEB OSÓB
W SPEKTRUM AUTYZMU**



OPRÓCZ ZMIAN W OTOCZENIU FIZYCZNYM,

niektóre muzea oferują usługi, zajęcia lub pomoce zaprojektowane specjalnie dla zwiedzających z ASD. Przed podjęciem decyzji o tym, jakie zasoby mogą być potrzebne, należy zdiagnozować problem, przeprowadzić badania i określić najbardziej efektywny sposób zapewnienia wsparcia.

- **ZBADAJ** takie działania w instytucji, w których osoby w spektrum autyzmu rzadziej uczestniczą i dowiedz się dlaczego. Tymi aspektami oferty muzeum mogą być: regularne zwiedzanie stałych kolekcji lub uczestnictwo w różnych wydarzeniach, takich jak warsztaty. Ważne jest, aby ściśle współpracować z przedstawicielami środowiska osób z ASD, aby zidentyfikować powody niższej frekwencji wśród zwiedzających w spektrum autyzmu.
- **SKORZYSTAJ** z opracowań naukowych oraz doświadczeń innych muzeów, opisujących podobne wyzwania, jakie zostały zidentyfikowane w Twojej instytucji. Postaraj się dociec, w jaki sposób stworzenie odpowiedniej oferty i zaoferowanie dostosowanych narzędzi pomoże w rozwiązaniu problemów.
- **OKREŚL** jakie funkcje muszą spełniać narzędzia bądź działania, które zaprojektujesz, biorąc pod uwagę zidentyfikowany problem. Na przykład możesz zaplanować zajęcia związane z uczeniem się w oparciu o obiekt (Object Based Learning), ponieważ wykazano, że wspiera ono dobre samopoczucie osób z ASD i rozwija ich kreatywność.
- **ZAPROJEKTUJ** narzędzia lub działania, pamiętając o liczbie uczestników, czasie trwania, zaangażowaniu pracowników muzeum, ale także o etapach ich tworzenia i sposobie ich ewaluacji. Powinno to być zgodne ze zdefiniowanymi celami.
- **MONITORUJ I OCENIAJ** wypracowane narzędzia i działania, aby sprawdzić, czy określone cele zostały osiągnięte i czy istnieje potrzeba wprowadzenia usprawnień.

OTO NIEKTÓRE Z ZASOBÓW, KTÓRYCH UDOSTĘPNIENIE MOŻESZ ROZWAŻYĆ:

- **POMOCE WIZUALNE I ZNAKI INFORMACYJNE
POMAGAJĄCE W ODNAJDYWANIU DROGI**

Posiadanie spójnych i prostych pomocy wizualnych w obrębie muzeum, które będą wskazywały drogę zwiedzającym, pomoże zredukować potencjalny stres u zwiedzających z ASD. W budowaniu działań edukacyjnych fundamentalne znaczenie ma wykorzystanie narzędzi komunikacji wizualnej, szczególnie z użyciem piktogramów i symboli.

- **ŚCIEŻKA WYSTAWY Z POMOCĄ WIZUALNĄ**

Umieszczając na terenie wystawy proste i spójne oznakowanie, można w przejrzysty sposób informować o trasach, możliwych wyjściach, pokoju wyciszenia lub miejscach do odpoczynku, ostrzegać zwiedzających przed ewentualnym nadmiarem bodźców i nakierować na różne sposoby kontaktu z eksponatami.

- **KARTA Z PIKTOGRAMAMI**

Może być ona pomocna przy komunikowaniu innym swoich potrzeb lub nastroju. Można ją udostępnić w kasie lub jako dokument do pobrania na stronie internetowej do wydrukowania przed wizytą.

- **PLECAKI/KOSZYKI SENSORYCZNE**

Plecaki sensoryczne zawierają zestaw narzędzi, które mogą się okazać pomocne dla osób ze spektrum autyzmu podczas wizyty w muzeum. Można go udostępnić w kasie do pobrania lub umieścić w specjalnie przeznaczonym do tego miejscu, takim jak pokój wyciszenia.

Taki zestaw może zawierać:

- przewodnik z pomocami wizualnymi i trasami wystawy
- kartę z piktogramami

- kostkę sensoryczną i/lub piłeczkę antystresową
- słuchawki i/lub zatyczki do uszu
- koce obciążeniowe
- butelkę na wodę wielokrotnego użytku

• **OPROWADZANIA Z PRZEWODNIKIEM**

Przygotuj plan zwiedzania z przewodnikiem dla tych, którzy chcą poznać wystawę bardziej dogłębnie. Pamiętaj o zaangażowaniu swoich wykwalifikowanych przewodników i edukatorów. **Należy wcześniej poinformować zwiedzających:**

- jakie tematy zostaną poruszone podczas zwiedzania
- jak długo będzie trwało zwiedzanie
- o możliwości zrobienia sobie przerwy w trakcie zwiedzania
- o możliwości siedzenia, pochylania się, leżenia itp. podczas zwiedzania.

• **OFERTA WARSZTATÓW**

Jak w przypadku każdego programu edukacyjnego, dostosuj warsztaty przyjazne dla osób z ASD tak, aby były one odpowiednie dla danej grupy uczestników:

- dzieci pod opieką członków rodziny
- zajęcia dla grup zorganizowanych
- młodzi dorośli, itp.

Należy również wziąć pod uwagę różne sposoby, na które może się objawiać spektrum autyzmu – każda osoba jest inna!

Najlepiej prowadzić warsztaty w mniejszych grupach. Seria regularnych i przewidywalnych zajęć może pomóc osobom ze spektrum autyzmu poznać swoich rówieśników w grupie, edukatora/edukatorkę i środowisko muzeum. Możesz również przeprowadzić wcześniej małą

ankietę, aby zapytać o temat(y), w które chcieliby się zaangażować. Może pomocnym będzie kontakt z opiekunami lub nauczycielami, aby dowiedzieć się, czy seria warsztatów prowadzonych online byłaby bardziej odpowiednia dla ich grup niż jednorazowe zajęcia. Czasami dobrym pomysłem może być zorganizowanie spotkania przed wizytą w szkole lub w domu, aby uczniowie wiedzieli, czego mogą się spodziewać i z kim będą się kontaktować podczas wizyty w muzeum.

• **APLIKACJA MOBILNA**

Technologia może być również wykorzystana jako pomoc w przełamaniu barier komunikacyjnych dla osób z ASD. **Stworzenie specjalnej i dostosowanej aplikacji cyfrowej może się opierać na:**

- prostych piktogramach do komunikacji
- mapie muzeum z ilustracjami/zdjęciami
- ostrzeżeniach przed bodźcami potencjalnie wyprowadzającymi z równowagi i informacjach, jak ich unikać na terenie muzeum
- liście rzeczy do zrobienia jako alternatywę dla zwiedzania z przewodnikiem, zawierającą czynności, w które można zaangażować się podczas wizyty w muzeum.

7.

EWALUACJA



TWORZENIE MUZEUM PRZYJAZNEGO OSOBOM W SPEKTRUM AUTYZMU TO PROCES UCZENIA SIĘ, REFLEKSJI I DOSKONALENIA POPRZECZ DOŚWIADCZENIE

Jest to podstawa długotrwałej relacji z osobami z ASD. W Instytucji powinna zostać wypracowana jasna strategia tego, co chcecie osiągnąć, plan tego, co zrobicie, aby to zrealizować i jak będziecie mierzyć swoje postępy. Najlepszym narzędziem do połączenia tych potrzeb jest dokonywanie ewaluacji planu w sposób ciągły. Ewaluacja przynosi informacje o sukcesach i porażkach, o tym, co można/należy jeszcze poprawić. Pomaga to również zachować koncentrację i skupienie na celu.

OTO KILKA WSKAZÓWEK DOTYCZĄCYCH DOBRYCH PRAKTYK, KTÓRYMI WARTO SIĘ KIEROWAĆ PRZY DOKONYWANIU EWALUACJI:

- Traktuj proces i rezultaty jako odrębne, ale współzależne aspekty dokonywanej ewaluacji. Na przykład pomiar rodzaju i ilości szkoleń dla personelu może pomóc określić gotowość do zapewnienia przyjaznej dla osób z ASD obsługi klienta. Jednak ostatecznym sprawdzianem wyników będzie doświadczenie zwiedzających w zakresie tej obsługi. Ewaluacja powinna być zatem częścią planu projektu od samego początku, a nie czymś, co ma miejsce na końcu.
- Zdecyduj, jakie dane musisz zebrać w odniesieniu do kluczowych zadań i ogólnych celów projektu, aby pokazać, w jakim stopniu udało Ci się stworzyć muzeum przyjazne osobom w spektrum autyzmu. Zachowaj prostotę i skoncentruj się tylko na danych, które powiedzą

Ci coś ważnego i znaczącego o kilku kluczowych wskaźnikach sukcesu. W tym wypadku zatem cel, jakim jest przeszkolonego personelu, może być potwierdzony przez dane dotyczące liczby i rodzaju pracowników biorących udział w szkoleniu w połączeniu z danymi o tym, że wiedza ta została wykorzystana w praktyce.

- Zdecyduj, jaka jest najwłaściwsza metoda zbierania danych, kto będzie je zbierał i jak będą analizowane. Podobnie jak w przypadku każdej ewaluacji, należy pamiętać o czasie i zasobach dostępnych w celu przeprowadzenia wszystkich takich działań. Może warto zatrudnić zewnętrzną instytucję, taką jak uniwersytet, do zarządzania ewaluacją, jeśli jest to możliwe.
- Zastanów się w jaki sposób zostaną wykorzystane wyniki ewaluacji.

8.

PRZYDATNE MATERIAŁY



1) Film dla National Autistic Society (UK) z narracją

Alana Gardnera, ('The Autistic Gardener'):

<https://www.autism.org.uk/advice-and-guidance/what-is-autism>

2) <https://www.autisminmuseums.com/>

3) <https://www.autismspeaks.org/>

4) <https://www.cdc.gov/ncbddd/autism/index.html>

5) <https://www.museumnext.com/article/making-the-museum-autism-friendly/>

6) <https://museumsvictoria.com.au/melbournmuseum/visiting/access/the-autism-friendly-museum/>

7) <https://www.aam-us.org/2019/07/16/autism-in-museums-a-revolution-in-the-making/>

8) <https://livingautism.com/create-autism-friendly-environment/>

9) <https://www.southwestyorkshire.nhs.uk/services/autism/#toc-item-0>

10) <https://www.autism.org.uk/advice-and-guidance/topics/leisure/museums>

11) <https://www.autism.org.uk/advice-and-guidance/professional-practice/museums>

12) https://positiveaboutautism.co.uk/uploads/9/7/4/5/97454370/checklist_for_autism-friendly_environments_-september_2016.pdf

13) <https://en.unesco.org/human-rights/cultural-life>

14) <https://www.autismeurope.org/about-autism/>

15) <https://dimensions-uk.org/get-involved/campaigns/dimensions-autism-friendly-environments/autism-friendly-museums/free-autism-friendly-training-museums/>

16) <https://www.sciencemuseum.org.uk/see-and-do/early-birds>

Materiały dla zwiedzających:

- <https://www.metmuseum.org/events/programs/access/visitors-with-developmental-and-learning-disabilities/for-visitors-with-autism-spectrum-disorders>
- <https://museumsvictoria.com.au/melbournmuseum/visiting/access/the-autism-friendly-museum/>

O PROJEKCIE **SPEKTRUM**

Projekt **SPEKTRUM** prowadzony w ramach programu **"Erasmus+ Młodzież. Akcja 2 - partnerstwa strategiczne"**, został stworzony przez instytucje badawcze i kulturalne oraz organizacje pozarządowe z Wielkiej Brytanii, Włoch, Hiszpanii, Belgii i Polski. Działania projektowe realizujemy w oparciu o bogate i wieloletnie doświadczenie europejskich partnerów w pracy z osobami ze spektrum autyzmu.

Ideą naszych działań jest wypracowanie strategii, dzięki której muzea w Polsce staną się miejscem bardziej przyjaznym osobom ze spektrum autyzmu.

Elementem działań jest analiza obecnej oferty edukacyjnej, dostępności instytucji kultury, wymiana dobrych praktyk i inspiracja do wypracowania nowych działań w Polsce dla widzów ze spektrum autyzmu i ich rodzin.

W ramach projektu wspólnie z partnerami pracujemy nad stworzeniem praktycznych narzędzi dla muzeów, które pomogą ocenić, jakie działania instytucje w Polsce powinny wdrożyć, by być bardziej otwarte na młode osoby z ASD i ich rodziny. Planujemy również szkolenia dla pracowników muzeum, uwrażliwiające na potrzeby osób z autyzmem.



Erasmus+

PAKIET NARZĘDZI SPEKTRUM DO POBRANIA

1) MUZEUM PRZYJAZNE OSOBOM W SPEKTRUM AUTYZMU. Wskazówki dla instytucji kultury

Izabela Stawarz (MNK), Paul Swift (OutsideIn), Maria Rosaria Re (Roma Tre)

2) ZESTAW NARZĘDZI EDUKACYJNYCH SPEKTRUM. Innowacyjne metody edukacji w kształtowaniu muzeum bardziej dostępnego dla osób ze spektrum autyzmu

Antonella Poce (Roma Tre), Maria Rosaria Re (Roma Tre), Mara Valente (Roma Tre)

3) LISTA KONTROLNA MUZEUM DOSTĘPNEGO DLA OSÓB ZE SPEKTRUM AUTYZMU (ASD)

Alexander Vander Stichele (FARO), Beata Cichy (MNK)

4) PRZEWODNIK PO MUZEUM KSIĄŻĄT CZARTORYSKICH

Katarzyna Szczygiel (MNK)

KOORDYNATORKA PROJEKTU SPEKTRUM:

Anna Berkowicz (MNK)

OPRACOWANIE GRAFICZNE:

Izabela Stawarz (MNK)

TŁUMACZENIE:

Atominium

Publikacja sfinansowana z funduszy Komisji Europejskiej w ramach programu Erasmus+. Publikacja została zrealizowana przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko jej autorów i Komisja Europejska oraz Narodowa Agencja Programu Erasmus+ nie ponoszą odpowiedzialności za jej zawartość merytoryczną.

PUBLIKACJA BEZPŁATNA

