

# TANÁRI KÉZIKÖNYV

Általános képzés munkára felkészítő,  
életpálya építő program autista felnőttek számára



## **Bevezetés:**

A kézikönyvet mindazoknak a szakembereknek ajánljuk, akik a programot megismerték, azok céljaival egyetértenek és hitük szerint a támogatott döntéshozatal az autista és értelmi fogyatékos személyek esetében jó megoldás a pályaválasztás segítésére.

## **A program célja:**

Az autizmussal élő a tanköteles életkoron túli fiataloknak legyen módja a munkahelyi beilleszkedést, az életpálya-tervezést lehetővé tevő

- ismeretek
- készségek
- kompetenciák

megszerzésére.

A cél elérése érdekében

- „nem az embert keressük a munkához, hanem a munkát az emberhez” ( meglévő képességekre építve és azokat fejlesztve)
- három féle különböző kompetenciát és jártasságot, készséget, képességet (kisüzemi, finommozgást és nagymozgást) igénylő munkatevékenységet ismertetünk meg az életszerűség elvének betartásával
- fokozatos terhelést alkalmazunk a siker érdekében
- motiváltságot keresünk és a munkavégzés nélkülözhetetlenségének elfogadását szorgalmazzuk

## **A program célcsoportja:**

autizmussal, értelmi fogyatékkal élő, tanköteles életkoron túli fiatalok

## **A program során megszerezhető kompetenciák:**

- ismerjen meg három merőben különböző kompetenciát igénylő munkatevékenységet, munkaformát
- tudjon azokban egy-egy munkafázist verbális irányítással önállóan elvégezni

- legyen motivált és kitartó új munkafázis - esetleg munkakör - megtanulásához
- fokozott kognitív és fizikai terhelhetőség a mennyiség és minőség irányába
- felelősségvállalásban, önállóságban érettebb legyen
- adekvát módon tudja alkalmazni a magatartás- és viselkedéskultúrát a munkahelyen
- ismerje és használni is tudja az alapvető kapcsolattartási formákat munkatársaival
- értse és tudja elfogadni a felé irányuló elvárásokat
- elfogadja a munkát, mint értékteremtő tevékenységet
- képes legyen támogatott módon döntést hozni szakmai irányultságról a felnőttképzés további lehetőségeiről

### **A programba való bekapcsolódás feltételei**

egészségügyi alkalmasság: nincs fertőző betegsége

### **A programban való részvétel feltételei**

megengedett hiányzás: max. 10%

### **A fogyatékból eredő speciális igények figyelembevételének módja:**

A programban alkalmazkodni kell az autisták gondolkodásbeli sajátosságaihoz: Az egész folyamatot célszerű bemutatni. Pontosan meg kell határozni a munkafolyamat kezdeti fázisát és azt is, hogy mivel fejeződik be a munka. Ezt követi a részekre bontás, amit ismét elhelyezünk a folyamat egészében. Az elvégzendő részfeladat helyét, szerepét be kell mutatni az egész folyamat szempontjából, a fontosság és felelősség hangsúlyozásával. Alkalmazzuk az egyéni kommunikációs eszközöket és módszereket. (vizualizálás)

Tevőleges segítségnyújtástól jutunk el a verbális irányításig, a folyamatábrák értelmezésével.

A képzés jellegét tekintve differenciált, egyénre szabott és gyakorlatorientált.

### **Szükséges:**

- a célcsoport sajátos igényeinek megfelelő tanulási helyzet kialakítása: a tömeg, a hanghatások, a látványtényezők és egyéb figyelmet elterelő körülmény lehetőség szerinti kerülése, kizárása.
- A gyakorlat folyamán a felmerülő problémák azonnali megbeszélése, a pozitívumok kiemelése
- Partnerségi és bizalmi viszony kialakítása a személyi segítő, illetve oktatók és a képzésben résztvevő személy között
- Megfelelő időpontot és időintervallumot biztosítani a mindenkori vélemény-nyilvánításra
- A napi- és heti-rend betartása, a programszerű működés
- Tolerancia az esetleges „rossz nap” esetén
- A képzésben résztvevő fiatal mentális, pszichés és fizikai állapotát folyamatosan figyelni – a változások okairól tájékozódni és szükség esetén korrigálni
- A fizikai állóképességet munkaközi szünetekben tornával, vagy az egyéni képzési-fejlesztési tervekben meghatározott módon fokozni
- A megfelelő rekreációról gondoskodni

### **Tervezett képzési idő:**

A képzésben résztvevők képességeinek felmérése alapján flexibilisen és személyre szabottan történik a program ideje.

Irányadó óraszám a képzésben meghatározott ismeretek megszerzésére:

Tervezett programidő: 12 hét ill. 150 óra

- 12 héten át heti 12 óra (3x4 óra) összesen: 144 óra + 6 óra értékelés, irányultság megbeszélése

A tananyag megosztása:

- |   |                |
|---|----------------|
| - heti 2 óra elmélet                    | 24 óra         |
| - munka és balesetvédelem 3 x 2 óra     | 6 óra          |
| - gyakorlati ismeretszerzés 3 x 38 óra  | 114 óra        |
| - értékelés és irányultság megbeszélése | 6 óra          |
| <b>összesen:</b>                        | <b>150 óra</b> |

### **A képzés módszerei:**

az autista fiatalok gondolkodását a konkrétság jellemzi. Ezt a tanulási folyamatban is érvényesíteni kell. A képzést három módszertani szinten kell megszervezni: cselekvési szint; képi-rajzos szint; verbális szint, ami elvezethet a munkavégzés szükségességének felismeréséhez. Személyi kísérés; egyéni motiválás; együttdolgozás; többcsatornás; információ-átadás; tapasztalás; aktuális feladatközlés; gyakori ismétlés

Az összeállítás a beszélő, de nem mindig jó szövegértő, és nem beszélő autisták igényének megfelelő módon történik. Speciális módszerekkel, támogatott, többcsatornás információ-átadással valamennyien elsajátíthatják a munkahelyi tudnivalókat.

A gyakorlatban való részvételt mindig az elméleti oktatás, a munka- és balesetvédelmi ismeretek felidézése előzze meg! Utána következik az együtt dolgozás, támogatott segítség, majd a verbális, vagy egycsatornás irányítás. (az értékelő skálán hármas szint)

Minden felmerülő problémát az adott szituációban kell megbeszélni, leszűrni közösen a tapasztalatokat.

A képzés gyakorlatorientált, melyen belül elmélyítjük az elméleti tudást. Mindig csak a helyeset, szabályosat tanítsuk, a tiltást és tagadást kerüljük! A napi munkaelfoglaltság időtartamát célszerű 4 órás intervallumra tervezni, heti 3 alkalommal, szükség szerinti munkaközi szünetekkel, melyet a lehető legkevesebbre célszerű csökkenteni.

### **A program folyamata: A program szerkezete és tananyagtartalma**

Az autista emberek tanulási képességeinek, szokásainak figyelembevételével lehet csak összeállítani a cél sikeres eléréséhez.

A felkészítéskor pontosan meg kell ismertetni a fiatallal az egész modult szóban és egyéb személyenként változó támogatott módon. Ezt követi a lebontás egy munkakör elméleti és gyakorlati tudnivalóinak a bemutatására. Az elmélet tömör, érthető, lényegre törő legyen és mindig kövesse a gyakorlati bemutatás.

Az elméleti képzés a képzőintézményben folyik. A gyakorlati képzés intézményen belül, vagy védett illetve nyílt munkahelyen történik.

A programban az elméleti  
gyakorlati  
munka-és balesetvédelmi  
oktatás egységet alkot.

A gyakorlati oktatás három + egy részből áll a megismerendő 3 munkakörnek megfelelően havi ( 4 héten keresztül) váltással . A közös értékelés a képzés utolsó fázisában történik.

Ennek eredménye, hogy a hallgató önmaga tudja eldönteni, hogy melyik munkakörben érezte magát sikeresnek, milyen munkakörülmények között érezte magát jól.

# Az ismeretszerzés folyamata, egymásra épülése

## 1. ELMÉLET:

- saját személyes adatok ismerete
- önismeret, pályaorientáció, egészségügyi alkalmasság
- jogok és kötelességek
- köszönési, megszólítási formák, udvariassági szabályok alkalmazása
- kommunikációs, nonverbális, metakommunikációs kifejezőkészség fejlesztése
- piktogramok, rajzos folyamatábrák helyes megértése és használata
- alapvető munkavállalási ismeretek (munkajog: kötelességek és jogok, munkaidő, bérezés, juttatások)
- munka- és balesetvédelmi szabályok betartása, megelőzésére teendő intézkedések
- higiénés- és elsősegély nyújtási alapfokú ismeretek
- helyes munkatársi kapcsolat kialakítása, a munkahelyi hierarchia ismerete (kinek kell szólni és miért, kitől kérhetek segítséget és miben)
- a munkafolyamat ismerete
- munkavégzéskor használt berendezési tárgyak, eszközök, szerszámoknak név- és funkció szerinti ismerete
- környezettudatos viselkedési formák
- önértékelés

## 2. MUNKA- ÉS BALESETVÉDELEM

- munka- és balesetvédelmi szabályok betartása, megelőzésére teendő intézkedések
- higiénés- és elsősegély nyújtási alapfokú ismeretek
- biztonságos munkavégzés, munkafegyelem
- munka- és balesetvédelmi szabályok betartása a gyakorlatban
- elsősegély-nyújtás

## 3. GYAKORLAT – I-II-III

- Az elméleti ismeret és gyakorlat összeegyeztetése segítséggel
- megjelenés a munkahelyen, pontosság, ápoltság
- munkaidő, munkaközi szünetek
- konkrét munkahelyi hierarchia, munkatársakkal való differenciált vi-



- selkedés, mit, kitől, hogyan kell kérdezni
- biztonságos munkavégzés, munkafegyelem
  - munka- és balesetvédelmi szabályok betartása a gyakorlatban
  - elsősegély-nyújtás
  - a munkafolyamat ismerete
  - munkavégzéskor használt berendezési tárgyak, eszközök, szerszámok név-és funkció szerinti ismerete
  - munkafolyamat munkafázisokra bontott kipróbálása
  - figyelmes, pontos és kitartó munkavégzés, a végzett munkafázis fontossága az egész szempontjából
  - biztonságos eszközhasználat ( tisztántartás, helyrerakás)
  - a munkakörnyezet tisztaságának, rendjének megtartása
  - környezettudatosság a munkahelyen
  - önállóságra való törekvés, önellenőrzés
  - munkatempó fokozása
  - a munka értékelése
  - az értékteremtő munka öröme

#### **4. ÉRTÉKELŐ MEGBESZÉLÉS**

# Elmélet

## **Saját személyes adatok ismerete:**

Mi a nevem? Vezeték- és keresztnév. Miért hívnak így? Ki adta a nevemet? Mit jelent a nevem? Mikor születtem? Hol születtem? Hány éves vagyok? Hogy hívják a szüleimet? Születési név fogalma. Hol lakom? Helyiség, utca, házszám, pontos lakcím. Állandó lakcím. Családom tagjai, akikkel egy háztartásban élek. Tartózkodási hely. Kikkel lakom együtt? Kik a lakótársaim? Kik a segítők? Biográfia, fotók, emléktárgyak. Családi album. Térkép, útvonalterv az otthon és a munkahely között.

## **Önismeret, pályaorientáció, egészségügyi alkalmasság**

Külső megjelenés, tükröm-tükröm. Belső tulajdonságaim, jellemvonásaim. Szembesülés a jó és rossz tulajdonságokkal. Reakciók a különböző szituációkban: mit érzek, indulati, érzelmi jellemzők. Képességek, készségek. Nagy- és finommozgás, beszéd, terhelhetőség, figyelem, emlékezőképesség, tanulás. Mit jelent a tanulás, mit fejleszthetek a tanulással? Információszerzés. Vágyak és valóság. Testkép, ép test, egészséges állapot és annak megőrzése.

## **Jogok és kötelességek**

Az állampolgár és az állam szerepe, kapcsolata. Jogok, kötelességek otthon, a magánéletünkben és az országban. Alapvető munkavállalási ismeretek (munkajog: kötelességek és jogok, munkaidő, bérezés, juttatások). Munkajogi dokumentumok: szerződések, kapcsolati rendszerek könnyen érthető fordításban. A munkahelyi hierarchia ismerete (kinek kell szólni és miért, kitől kérhetek segítséget és miben)

## **Kommunikációs, nonverbális, metakommunikációs kifejezőképesség fejlesztése**

köszönési, megszólítási formák, udvariassági szabályok alkalmazása a mikro- mezo- és makro-környezetben. Témák a különböző kapcsolatokban. Testbeszéd, mimika. Alternatív kommunikációs eszközök használata. Helyes munkatársi kapcsolat kialakítása.

## **Környezettudatos viselkedési formák**

energia fogalma, hasznosítása, takarékoság a villamos- fűtési- vízi energiával. Hulladékok szelektív gyűjtése otthon és a munkahelyeken.

## **Munka-és balesetvédelmi szabályok betartása, megelőzésére teendő intézkedések (általános)**

tűz- víz- gáz- villamos energia használatának szabályai. Veszélyforrások: csúszás, ütés, vágás, forrázás, vegyi ártalom, áramütés. Higiénés- és elsősegély nyújtási alapfokú ismeretek

## **A munkafolyamat ismerete**

a gyakorlati munkavégzések fajtái, helye és a produktumokig való eljutás útja. A folyamatok elvégzéséhez szükséges segítések fajtái, egyénenkénti szükségletek: piktogramok, rajzos folyamatábrák helyes megértése és használata. A munkavégzéskor használt berendezési tárgyak, eszközök, szerszámainak név-és funkció szerinti ismerete

## **Önértékelés**

az elméleti képzés anyaga elsajátításának sikeressége. Témák szerinti közös feldolgozás

# Munka- és balesetvédelem

Az elméleti és gyakorlati képzésnek része a munka- és balesetvédelem és az elsősegély-nyújtási alapismeret:

Az egészség az ember legfőbb kincse. Mindenki felelősséggel tartozik önmagának és környezetének azért, hogy ezt a kincset megőrzi és mindent megtesz annak érdekében, hogy teste egészséges maradjon. Civilizált világunkban számos szabályt kell ismerni ahhoz, hogy biztonságban lehessünk. A mindennapi életünk részévé váltak azok az eszközök, melyeknek használata során, a szabályok be nem tartása esetén, az ellenségünké válhatnak. A szabályok betartása mellett fontos, hogy a baj bekövetkeztével ismerjük a legfontosabb teendőket is.

## **Elektromos áram**

Nagyon sok gép árammal működik. Használatuk megkönnyítik mindennapjainkat. Az elektromos áram használata nemcsak előnyökkel jár, hanem kockázatokat is rejt magában. A kockázatok a szabályok betartásával minimalizálhatók. A elektromos gépekkel kapcsolatos balesetvédelmi előírásokat, áramtalanítást, működtetést, tisztítást, karbantartást el kell végezni. Használat után az eszközöket ajánlatos karbantartani, ezzel a funkcionális élettartamukat növeljük meg. Minden használatba vétel előtt rendszeresen ellenőrizzük az elektromos vezeték épségét. Karbantartáskor minden eszközt előzetesen áramtalanítsunk!

A tűz az ember életében fontos szerepet tölt be. A tűz sok hasznossága mellett tanuljuk meg annak kezelését is. Az elszabadult tűz nagy pusztításokra is képes. Fontos tudnivaló tehát a tűz kordában tartása, a tűz terjedésének megakadályozása. Ha tűz keletkezik, elsőként a gázvezeték elzárása, robbanásveszélyes tárgyak eltávolítása a feladat, majd bő vizes ruhával avatkozunk közbe. Beáztatott törölközőt terítsünk a lángra, de semmiképp ne csapkodjuk ronggyal. Tűz esetén hívjuk a tűzoltóságot.

Elektromos tűznél nem használhatunk vizet, vizes ruhadarabot az oltásra. Első dolog az áramtalanítás, után poroltó használata javasolt, szükség esetén hívjuk a tűzoltóságot.

## **Forrázás:**

Baleset esetén a forrázott testrészt legalább öt percig tartjuk hideg folyóvíz alá. A hideg víz a sérült résztől hőt von el és megakadályozzuk a mélyebb égést.

A csúszós padló balesetveszélyes. A járólapp csúszásának két fő oka van. Egyfelől vannak eleve csúszós felületek. Mázas csúszásgátló nélküli járólapon könnyen elcsúszhatunk. Ezért ajánlatos a napi tevékenységek során a zárt cipő használata. Papucsban nagyobb a balesetveszély. Másrészt a csúszást okozhatja a járólagra került víz, kifröccsent anyagok, leesett darabok. Teendő a mielőbbi feltakarítás. Mi lehet a baleset megelőzési módszerünk? Először hívjuk fel a figyelmet a problémára, majd a padlót tisztítjuk meg és száradás után vegyük használatba újra a területet.

A lépcsőn való közlekedésnél fokozott figyelemre van szükség. Ha a lépcső járőfelülete a megszokottól eltér, ívelt, vagy rövid, minden esetben figyelmeztessük a segítséggel elő személyeket a fokozott odafigyelésre. A falra szerelt kapaszkodó, a korlát segít abban, hogy balesetmentesen tudjuk a mindennapjainkban használni. A lépcsőn járás egyben a szem, kéz, láb koordinációját elősegítő mozdulatsor, mely egyben erősíti az izmokat is. Gyakoroljuk sokszor, ha lehet, mellőzzük a liftet!

Az elsősegélynyújtás alapismereteit, alapelveit mindenkinek ismernie kell. Általános ismereteink fontos része, hogy segíteni tudjunk bajba jutott embertársainkon. A testünkkel kapcsolatos biológiai alapismeretek segítenek az eligazodásban.

Vágás, szúrás, zúzódás

## **Mi a teendő, ha bekövetkezik a baleset?**

- szól a segítőknek, vagy társa közli a történeteket,
- a balesetet szenvedettet leültetjük egy székre,
- megnyugtatjuk,
- elmondjuk mi fog történni vele,
- a sebet fertőtlenítyük, a sebtől kifelé vezető mozdulattal,
- ezután a sérülés mértékének megfelelően bekötjük,
- ha erős a vérzés nyomókötetést alkalmazunk.

- az ellátott sebre gézt helyezünk, rögzítjük a kötést, ha szükséges rögzítjük a testrészt.

### **Marás:**

A vegyszerek használatánál mindig a bő vizes lemosásra fel kell hívni a figyelmet.

### **Lázás állapot**

A láz mérése után annak csillapítása a legfontosabb feladat. Folyadékpótlásról gondoskodjunk, a beteget gyakran kínáljuk teával, hogy ki ne száradjon. A láz csillapítása történhet lázcsillapító tablettával és/vagy hűtőfürdővel vagy borogatással. A hűtőfürdő hatásos eszköz: a 37 C fokos vízzel telt kádba fektetjük a beteget, közben lassan hűtjük a vizet, majd szárazra törölve ágyba fektetjük. A borogatás állott vizes ruhával történik a, melyeket a végtagokra, törzsre helyezünk és gyakran cserélünk.

### **Testünkkel kapcsolatos alapismeretek.**

Beszéljük meg a külső tulajdonságokat. Kinek milyen a haj színe, szem színe. Alakítsunk ki képet a testalkatról. Beszéljük meg mi az, mit jelent, hogy sovány, kövér, magas, alacsony testalkat.

Testrészek megnevezését gyakoroljuk be. Betegség esetén, fontos hogy a fájdalom, vagy rendellenesség helyét meg tudja határozni a segített személy. Állapítsuk meg közösen a fej, nyak, mellkas, has, láb, kar, kéz határait, azonosítsuk az ízületeket, a csuklót, könyököt, vállat, csípőt, térdet, bokát.

Legfontosabb belső szerveink elhelyezkedéséről alakítsunk ki alapvető ismereteket. Beszéljük meg, hol van a szívünk, tüdőnk, gyomrunk, vesénk. A széklet- és vizeletürítés rendszerességéről is ismereteket kell nyújtani.

# GYAKORLAT

## I.

### Pl.: Kertészeti munka

A gyakorlati képzéshez használhatunk emlékeztetőnek egy megfigyelési lapot (1. melléklet), amelyre minden munkaterületre vonatkozóan följegyezzük a megfigyeléseinket szövegesen. Ez segít majd a közös értékelésnél.

**Fizikai környezet:** szabad tér, nagy területek, erős fizikai igénybevétel. Megfigyeljük a személy terhelhetőségét, kitartását a hőmérséklethez, időjáráshoz való alkalmazkodását. A vizuális és hangigerek hatását, a taktilis érzékenységet.

**Szociális környezet:** szabad mozgások, elkerülhetők a folyamatos emberi kontaktusok. Megfigyeljük, hogy tud-e differenciálni a személy a munkahelyi hierarchia alapján, ki, mikor kinek ad utasítást, irányítást. A kommunikáció a munkatársak között egyébként kevésbé kötött. A feladatok összetettsége alacsony, de a feladatok egymáshoz való kapcsolódását ismerni szükséges. A figyelmére itt is szükség van, mérjük, hogy mennyi időre, milyen intenzitással figyel feladatvégzés közben. Megfigyeljük, hogy a munkaközi szüneteknek az előre meghatározottakon kívül, a terhelésből adódóan keletkező igényének jelzésére képes-e a leendő munkavállaló.

Az elméleti ismeret és gyakorlat összeegyeztetése segítséggel

1. **megjelenés a munkahelyen, pontosság, ápoltság**
2. **munkaidő, munkaközi szünetek**
3. **konkrét munkahelyi hierarchia, munkatársakkal való differenciált viselkedés, mit, kitől, hogyan kell kérdezni**
4. **biztonságos munkavégzés, munkafegyelem**
  - a) munka- és balesetvédelmi szabályok betartása a gyakorlatban (szakmai munkához köthetően)
  - b) elsősegély-nyújtás
5. **munkafolyamat munkafázisokra bontott kipróbálása**

6. **figyelmes, pontos és kitartó munkavégzés, a végzett munkafázis fontossága az egész szempontjából**
7. **biztonságos eszközhasználat (tisztántartás, helyrerakás)**
8. **a munkakörnyezet tisztaságának, rendjének megtartása**
9. **környezettudatosság a munkahelyen**
10. **önállóságra való törekvés, önellenőrzés**
11. **munkatempó fokozása**
12. **a munka értékelése**
13. **az értékteremtő munka öröme**

## **1. megjelenés a munkahelyen, pontosság, ápoltság**

### a) Megjelenés a munkahelyen:

A kertben végzett munkákat az utcai ruházattól eltérő munkaruhában szükséges végezni. A védőruha használatának szükségességét a leendő munkavállalónak el kell fogadnia. Fontos megfigyelnünk, hogy képes-e huzamosan, rendeltetésszerűen a védőruhát használni. A ruházat cseréjét úgynevezett öltözőben lehet elvégezni. Ebből a helyiségből külön nyílik WC, mosdó, zuhanyzó. Ezeket a helyiségeket fontos megismertetni a munkavállalóval. A ruházat cseréjéhez időre van szükség a munkaidő megkezdése előtt. Az öltözésre szánt időt szükséges behatárolni, oly módon, hogy figyelembe vesszük a fogyatékoság típusát, az egyén önállóságát, időtartását. A munkás, ill. az utcai ruha tárolására használt szekrényt, polcot első alkalommal meg kell mutatni, melyik a sajátja. Ezt tudatosíthatjuk úgy, hogy a nevét olvashatóan felírjuk egy címkére, táblára. A betűket nem ismerő fogyatékosoknak az önarcképüket tehetjük ki. A látássérült személyeket oly módon tudjuk segíteni a saját szekrényéhez, hogy az öltözőbe kísérve a lépéseket megszámloljuk, majd jobbra, vagy balra fordulással irányítjuk, hogy a szekrény ajtaját kinyissa, vagy a polcon milyen irányba nyújtsa a kezét. A Braille-írással olvasni tudó fogyatékos személy nevét is feltüntethetjük a szekrény ajtaján, ill. a polcon. A kerti munkához az időjárásnak és az évszaknak megfelelően szükséges felöltözni. Így kantáros nadrág, kabát, póló, zárt védőcipő sapka, textilkesztyű szükséges még. A munkaterületen már a munkakörnek megfelelő



ruházatban jelenik meg. A fogyatékos munkavállaló, ha a kommunikációjában akadályozott, vizuálisan segíthetjük, fénykép vagy ábra segíti a ruházat kiválasztásában, és folyamat ábrán látja a helyes öltözési sorrendet. A látássérültek a munka ruhát tapintással, az anyagáról, formájáról ismerik fel.

b) **Ápoltság:**

kerti munka során beszennyeződik a kéz, és a ruházat. A fizikai munka serkenti az anyagcserét. A ruházat izzadságtól foltos, és kellemetlen szagú. A munkavállalót tanítsuk meg, hogy a munkában viselt pólót a munka végén vegye le és a piszkos ruha tárolóba tegye. A munkásnadrágot és a kabátot a szekrénybe, polcra tegye, de ha nagyon szennyezett a piszkos ruha tárolóba tegye. Ezt követően majd tisztálkodjon az öltözőből nyíló mosdó helyiségben. A munka során munkaközi szünetben a kezét étkezés előtt mossa meg. A segítő személy verbálisan és vizuálisan is segítheti a fogyatékos személyt. A látássérült fogyatékos személyt a közlekedő útvonalon a személyi segítő kíséri, verbálisan irányítja.

c) **Pontosság:**

A munkavállaló a munkahelyén pontosan a munkaidő megkezdése előtt jelenik meg. A kezdés előtt tudja meg a fogyatékos munkavállaló, hogy a feladatok közül az adott napon mit kell elvégeznie. A pontosság elsajátításánál használhatunk csörgőórát. Segíti az öltözésre fordított idő betartását, és még a munka megkezdését is

## **2. Munkaidő, munkaközi szünetek:**

a) **Munkaidő:**

A leendő munkavállalónak tudnia kell, hogy a munkavégzésre előírt idő annak kezdetétől a befejezéséig tartó időtartam, amibe be kell számítani a munkavégzéshez kapcsolódó előkészítő és befejező tevékenység időtartamát.

b) **Munkaközi szünetek**

A fogyatékos munkavállalónak joga van a neki szükséges munkaközi szünetekre. A munkavégzés megszakításával az egyéni foglalkoztatási rehabilitációs tervekben meghatározott munkaközi

szünetet kell biztosítani. Meg kell figyelni, hogy mekkora idő-  
időtartamban képes a leendő munkavállaló a figyelmét összponto-  
sítani a feladatok végzésére. Ez fog segítséget nyújtani abban, hogy  
az egyéni rehabilitációs tervében milyen ütemben és mértékben  
határozzuk meg a munkaközi szüneteket. A munkaközi szünet  
hasznos eltöltése hozzájárul ahhoz, hogy utána a munkavégzés jó  
minőségű legyen. Ebben az időben történik a tízórai elfogyasztása,  
folyadék-pótlás. A test átmozgatását segíti néhány tornagyakorlat  
ez idő alatt.

### **3. konkrét munkahelyi hierarchia, munkatársakkal való differenciált viselkedés, mit, kitől, hogyan kell kérdezni:**

#### **a) Konkrét munkahelyi hierarchia, differenciált viselkedés**

Az adott munkahely hierarchiáját, a munkatársi kapcsolatokat vi-  
zuálisan rögzítjük. A fogyatékos személyt jól láthatóan megjelöl-  
jük a hierarchiában, majd a különböző témákban a kapcsolattar-  
tásra kijelölt személyeket is. Majd a szociális körön jelöljük a mun-  
katársakat az „ismerős” kategóriában. Megszólíthatjuk magázódva,  
vagy ha felkérést kapunk tőle tegező viszonyban. Hívhatjuk a ke-  
resztnevéen vagy beosztása alapján. Pl: Katalin, Intézményvezető  
asszony. Köszönésünk mindig a napszakkal megfelelően legyen,  
pl. Jó reggelt! Jó napot kívánok! Szervusz, Szia stb. az illetnek  
megfelelően. A differenciált viselkedés képességét megfigyeljük,  
szükség esetén a segédeszközök alkalmazásával fejlesztjük.

- (1) Intézményvezető: A szakemberek és a fogyatékos munkavál-  
lalók TEAM munkáját koordinálja, az egyes munkafolyama-  
tokhoz biztosítja a személyi és tárgyi feltételeket.
- (2) Foglalkoztatás szervező koordinátor: a fogyatékos személyek  
számára megtervezi a napi munkát. Figyelembe veszi, hogy  
az adott munkafeladatra ki a legalkalmasabb, mint fizikáli-  
san, mentálisan az adott napon. Minden munkafolyamatot  
jól ismer. A munkavállaló folyamatos kapcsolatban van vele a  
munkaidő alatt, a felmerülő problémák megoldásához őt kér-  
heti meg. A foglalkoztatás szervező és a csoportvezető köz-  
vetlen kapcsolatban állnak egymással.
- (3) A csoportvezető/segítő és a fogyatékos dolgozók közvetlen

kapcsolatban állnak. A munkavállaló a csoportvezető utasításai alapján végzi a rábízott feladatot. Minden rendkívüli eseményt neki jelez. A munka végeztével ő értékeli a munkavállaló önálló munkavégzését, a feladat végrehajtását, a munkatársaival való kapcsolatát. A biztonság betartását, és egyéb megnyilvánulásait.

#### **4. biztonságos munkavégzés, munkafegyelem:**

Az elméleti oktatás során a munkaterületen használt eszközöket, gépeket, funkció szerint ismerik meg a hallgatók. A gyakorlatban a tudásukat elmélyíthetik úgy, hogy az eszközöket, gépeket használat közben látják, a kisebb eszközöket, gépeket kézben tartják, a balesetvédelmi előírásoknak megfelelően üzembe helyezik. A kerti gépek különböző részekből állnak, ezeket megtanulják, hogy kell szakszerűen szétszedni, összerakni, pl. a tisztítás miatt, a kézben tartani. Fontos tudni a fogyatékos munkavállalónak, hogy az eszköz mely részei okozhatnak balesetet. Az ásó, kapa kézi szerszámok. Részei a fanyél, és a vasból készült ásó-fej, kapa-fej. Ezek az eszközök hegyes végűek, és oldalai élesek.

a) munka- és balesetvédelmi szabályok betartása a gyakorlatban (szakmai munkához köthetően)

Az ásót, kapát, gereblyét úgy kell biztonságosan kézben tartani, hogy a balesetet elkerüljük, hogy az eszközt a nyelénél fogjuk meg, és függőlegesen, fejjel lefelé tartjuk kézben. Eszközváltásnál a szerszámot állítva a kijelölt helyre tesszük. A földön elfektetett eszköz balesetveszélyes. A kézi szerszámokkal a másik munkavállaló felé nem tehetünk kaszáló mozdulatokat. Az eszköz használatkor ügyelni kell a konfliktus elkerülésére. Szintén balesetveszélyes lehet. Az eszközök használata közben megfigyeljük, hogy a fogyatékos személynek az alapvető biztonságérzete ösztönszerűen működik-e, vagy az ismereteket az alapoktól kell tanítani.

b) Elsősegély-nyújtás: Vágott, ill. szúrt sebet okozhatnak.

A szúrt, vágott sebeket elsősegélynyújtással tudjuk ellátni. A balesetet szenvedett dolgozót a munkaterületről kikísérjük, és nyugalomba helyezzük. Leültetjük, szükség esetén lefektetjük. A sérült testrészt, ha szükséges szabaddá tesszük. Az elsősegélydobozból pl.

Betadin fertőtlenítőt és gézlapot veszünk elő. Mielőtt a seb ellátást elkezdjük, röviden mondjuk el a fogyatékos személynek mit fogunk tenni vele. A fertőtlenítőszerrel átítatott gézlappal kitisztítjuk a sebet. Körkörös mozdulatokkal a seb belsejétől a sebszél felé haladva. A lefertőtlenített sebet gézlappal lefedjük ragtapasszal rögzítjük. A sérülés súlyosságától függ az, hogy a sérültet további ellátás céljából szakorvosnak is megmutatjuk-e. A szakorvos dönti el, hogy a Tetanusz védőoltás beadása szükséges-e.

- c) Az elektromos árammal működő kisgépek használatba vételét, elméleti képzés előzi meg. Az áram biztonságos használatához milyen előírásoknak kell megfelelni. Pl. ép konnektorba, ép dugót lehet behelyezni. A kéz mindig szárazra törölt legyen. A forgó alkatrészeket működés közben megérinteni balesetveszélyes. Az elektromos árammal működő eszközök helytelen használata áramütéshez vezethet, nagyon súlyos égési sérüléseket és szívéllást okozhat. Fontos a gyors és szakszerű elsősegély nyújtás, és a mentők hívása a 104-es telefon számon. Áramütéskor elsődleges feladat, hogy az eszközt áramtalanítjuk, és csak ezután kezdhetjük meg a sérült munkavállaló ellátását. Fontos a sérült munkavállalóban tudatosítani, ha nem áramtalanít ő maga is áramütést szenved, ha a balesetet szenvedett személyhez ér. Szívmegállás, és a légvétel hiánya esetén az újraélesztést sürgősen meg kell kezdeni, és mindaddig folytatni, amíg a mentőszolgálat megérkezik. Ezt a feladatot az adott csoport vezetőjének kell végeznie. Az újraélesztés alapszabályát ismeri.
- d) Vegyszerek veszélye. Mivel a növényvédő szerek az emberek számára is mérgezők lehetnek ezért nagyon fontos a helyes és szakszerű tárolásuk, alkalmazásuk. Az utasítások követése gyakorlatvezető személyes irányításával történhet.

## **5. munkafolyamat munkafázisokra bontott kipróbálása**

A növénytermesztés több fázisból álló tevékenység, amely tavasztól-őszig folyamatosan munkát biztosít a fogyatékos munkavállalónak az alábbi területeken. Ha a teljes munkafolyamat egy fogyatékos személy számára nem átlátható, akkor rész-munkafolyamatokra kell bontani, és az ő részfeladatához közvetlenül kapcsolódó munkafolya-

matokat is megismertetni vele. Így a teljes munkafolyamat a későbbi képzettséggel a tudása szerves részévé válik. Szükséges megfigyelni, hogy mekkora folyamatot lát át a fogyatékos személy, ennek alapján lehet a későbbiekben a munkaköri feladatainak skáláját összeállítani.

a) Talajművelés: A talajművelés több részfeladatból álló tevékenység.

- (1) Talaj előkészítés: Szerves trágya,- komposzt trágya-szétterítése a talajon és a földbe ásása. Eszközök: lapát, gereblye, talicska. A kézi szerszámok helyes használatáról szerzett ismereteket munkakezdés előtt ajánlott átismételni. Erre a feladatra egészséges, erős fizikummal rendelkező munkavállalót keresünk, akinek nagy mozgása stabil, jól koordinált. Az egyszerű feladatot elsajátítja bemutatás útján. A bemutatást többször is megtehetjük, vagy folyamat ábrákkal egészíthetjük ki. A feladat helyes és pontos végrehajtásában előforduló hiba nem okoz fenn akadást a munkafolyamatában. Az esetleges hibák a későbbiekben korrigálhatók. Ez a részfeladat monoton, ami rövid munkaközi szünetek beiktatásával oldható. A munkavállaló a pihenő után tudjon újra alkalmazkodni a feladathoz.
- (2) A gereblyezés, felszín egyengetése. A talaj-előkészítéshez a fogyatékos munkavállaló kiválasztja eszközt, és bemutatás után használja.
- (3) Vetés, dugványozás: A különböző magok helyének kijelölése kézi kapával, és gereblyével, történik. A kézi szerszámok helyes használatáról szerzett ismereteket munkakezdés előtt ajánlott átismételni. Az előkészített ágyásba kapával egyenes sorvezető árkot húzunk, amibe a magokat egyenlő távolságra vetjük el. A sor egyenességét úgy is biztosíthatjuk, hogy az ágyás két végére leszúrunk egy-egy karót szúrunk le és zsinórt húzunk ki közé. Ezzel segítjük a feladatot végző fogyatékos munkavállalót, a feladat pontos elvégzésére. Ilyen vetősort készítünk a dughagymának is.
- (4) A sorok kijelölése. A megfelelő távolság biztosítja a növények megfelelő növekedését, így könnyű a megművelés, gondozás. Minden részfeladatnál szükség szerint bemutatjuk a feladatot, ezt folyamat ábrával is támogathatjuk. (fotó). A figyelmet ebben a feladatban addig fontos fenntartani, míg a magokat az

árokba egyenletesen elszórja a munkavállaló. A sorok vetése között lehet szünetet tartani. Az ásó, kapa és a gereblye használata, és a gyomtalanítás a későbbi munkafolyamatokban is jelen lesz.

## **6. figyelmes, pontos és kitartó munkavégzés, a végzett munkafázis fontossága az egész szempontjából**

- a) A munkafolyamatok átlátása, egymásra épülése: a technológiai folyamatot írásban vagy képekkel illusztrálva, a sorrendiséget nyilakkal jelölve szükséges bemutatni. Minden munkafázis fontosságára, a pontatlanság következményeire egyenként rá kell mutatni.
- b) Az adott tevékenység elhelyezése a folyamatban, kapcsolódás a mások munkájához. A konkrét munkafázist el kell helyezni a technológiai folyamatban és a közvetlen kapcsolódási pontjait az előző és következő munkafázishoz meg kell adni. A kapcsolódó munkafázisokat végző személyeket azonosítani kell. A fentiek szerint az adott munkafázis fontosságára és a pontos feladatvégzésre fel kell hívni a figyelmet. A pontatlanság következményeit és az egész munkadarabra történő kihatását vázolni kell. Például: ha nem megfelelő sortávolságot jelölünk ki a vetésnél, akkor a kikelt növények nagyon közel kerülnek egymáshoz. Ez akadályozza a fejlődésüket és kicsik maradnak, vagy a kapálásnál nem lehet jól megkapálni és ez is a növény fejlődését akadályozza. Nem lesz jó minőségű a termés. Vagy: ha nem megfelelő mélységűre ássuk a trágyát, akkor az a föld felszínén marad és kiszáradva égeti a növényt, amelyik nem kap elég tápanyagot a földből. A termés nem lesz megfelelő minőségű.
- c) A figyelem hossza és intenzitása, szükség esetén a figyelem osztása. Szükséges megfigyelni, hogy egy-egy munkafázis feladatvégzése közben a leendő munkavállaló mennyi időre és milyen intenzitással tud a munkájára figyelni. Van-e figyelme a kapcsolódó munkafázisokat végző munkatársakra, feladatvégzésükre? Ennek ismeretében lehet szélesíteni a feladatkört, ami alapján majd a munkakör összeáll. A másokra irányuló figyelmet ösztönözhetjük, ha a munkafolyamatot közösen értékeljük úgy, hogy nemcsak a saját feladatvégzésről kell beszámolni, hanem a munkatársakéról is.

Ezzel a leendő munkavállaló a munkavégzés közben is kénytelen odafigyelni a másokra.

## **7. biztonságos eszközhasználat ( tisztántartás, helyrerakás)**

a) Gépek és/vagy felszerelés:

- (1) Ásó
- (2) Kapa
- (3) Gereblye
- (4) Szecskavágó

b) Eszközök:

- (1) Ültetőfa
- (2) Locsolókanna
- (3) Gyűjtő kosár
- (4) Sarló
- (5) Olló
- (6) Cellux ragasztó

c) Az elméleti oktatás során a munkaterületen használt eszközöket, gépeket, funkció szerint ismerik meg a hallgatók. A gyakorlatban a tudásukat elmélyíthetik úgy, hogy az eszközöket, gépeket használat közben látják, a kisebb eszközöket, gépeket kézben tartják, a balesetvédelmi előírásoknak megfelelően üzembe helyezik. A kerti gépek különböző részekből állnak, ezeket megtanulják, hogy kell szakszerűen szétszedni, összerakni, pl. a tisztítás miatt, a kézben tartani. Fontos tudni a fogyatékos munkavállalónak, hogy az eszköz mely részei okozhatnak balesetet. Az ásó, kapa kézi szerszámok. Részei a fanyél, és a fémből készült ásó-fej, kapa-fej. Ezek az eszközök hegyes végűek, és oldalai élesek.

d) Az ásót, kapát, gereblyét úgy kell biztonságosan kézben tartani, hogy a balesetet elkerüljük, hogy az eszközt a nyelénél fogjuk meg, és függőlegesen, fejjel lefelé tartjuk kézben. Eszköz-váltásnál, a szerszámot állítva a kijelölt helyre tegyük. A földön elfektetett eszköz balesetveszélyes. A kézi szerszámokkal a másik munkavállaló felé nem tehetünk kaszáló mozdulatokat. Az eszköz használatkor ügyelni kell a konfliktus elkerülésére. Szintén balesetveszélyes lehet. Megfigyeljük, hogy a fogyatékos munkavállalónak az alapvető biztonságérzete megvan-e, és a balesetvédelmi előírásokat képes-e



betartani.

- e) A munka befejezése az eszközök karbantartásával fejeződik be. A növény és föld maradványtól alaposan megtisztítjuk az ásót, kapát, gereblyét. Ilyenkor is ügyelünk a baleset megelőzésére. Megfigyeljük, ezen a területen is, hogy a fogyatékos munkavállalónak az alapvető biztonságérzete megvan-e, és a balesetvédelmi előírásokat képes-e betartani. A tiszta eszközöket a tárolóba helyezzük el.

## **8. a munkakörnyezet tisztaságának, rendjének megtartása**

A helyiségek funkciója, a munkavégzés tereinek és a kiszolgáló helyiségeknek a tisztántartása.

Öltöző, WC, mosdó, zuhanyzó.

Szerszámtárolók, kert, fóliasátor stb

- a) A munkakörnyezet tisztaságát a munkavégzés alatt majd a munka befejezésekor fontos helyre állítani. Tároló kosarakba gyűjtjük össze a komposztálható gyomnövényeket és a gyűjtőhelyre visszük. Az ültetés során kiürült műanyagzacskókat az erre kijelölt szeméthyűjtőbe tegyük. A munkafolyamat során az eszközöket egy-egy részfeladat elvégzéséhez felváltva használjuk. A kijelölt és bemutatott tároló hely arra szolgál, hogy a használaton kívüli eszközöket biztonságosan letegyük, hogy a munkavégzésben ne akadályozza a mozgást és ne okozzon balesetet. A munka után, letisztítva ebben a helyiségben tároljuk a kéziszerszámokat, kisépeket.
- b) A kiszolgáló helyiségek a munkakörnyezet része, ide tartozik az öltöző, WC, mosdó, zuhanyzó, ezek tisztántartása ugyanolyan fontos, mint a munkavégzés helységei. A komfort érzetünket növeli, a tiszta mosdókagyló, a felsöpört és felmosott járólap. Az általános célú képzés során az önálló személyes működés és önálló életvitel alapjait már megszerezték a fogyatékos munkavállalók. A tanultakat adaptálhatjuk az adott munkakörnyezet tisztán tartására is. Az egyéni terv része a személyes kompetenciák kialakítása. Pl. az öltöző tisztaságának megóvásának rendjét közölhetjük írásban, és folyamatábrákkal a fogyatékos munkavállalókkal pl. a cipőből kihulló sárdarabokat, kisebb-nagyobb szemetet minden esetben fontos feltakarítani, ennek szükségességét tanítsuk meg a fogyatékos személyeknek. Ehhez a tevékenységhez szükség sze-



rint biztosítsunk személyes segítséget, mutassuk meg a megfelelő eszközöket és a használatukat. Hasonlóképpen tegyünk a WC, zuhanyzó tisztaságának megóvásának érdekében.

- c) Szerszámtároló, kert, fóliasátor rendben tartása elengedhetetlen ahhoz, hogy mindig a megfelelő helyen találjuk meg a szükséges eszközöket, anyagokat. A szerszámtárolóban legyen megfelelő tárolási mód minden eszköznek, kéziszerszámnak, melyet feliratunk vagy piktogrammal látunk el. A kertben, és a fóliasátorban legyen megfelelő tárolóhelye az anyagoknak (vetőmag, víz, trágya, trágyalé), melyeket szintén feliratokkal vagy piktogrammal látunk el. Az átlátható rend kialakítása és annak betartása ezeken a munkaterületeken biztosítja azt, hogy a sokak által használt anyagok, eszközök mindig újabb használatra kész állapotban rendelkezésre álljanak. Az elhasználódások, az anyagok fogyása is könnyebben nyomomonkövethető ily módon.

## 9. környezettudatosság a munkahelyen

Vízgazdálkodás, energia-felhasználás,  
hulladék-gazdálkodás, szelektív hulladékgyűjtés  
komposztálás,

- a) A szelektív hulladékgyűjtés fontosságáról, az elméleti oktatás során ismertetjük meg a fogyasztékos munkavállalókat. Megismerik azokat az egyértelmű vizuális jeleket, piktogramokat amelyeket a szelektív hulladékgyűjtéskor mindenki használ és közismert. A kerti munka során szerves és szervetlen hulladék keletkezik. A hulladékgyűjtésére felcímkézünk a funkciójának megfelelő tároló edényeket. pl. műanyag palack, papír, szerves anyag, fém, üveg stb. az adott munkaterületen. A kerti munka során újrahasznosítjuk a szerves anyagból keletkezett komposzttrágyát. Ennek a folyamatnak a tárolására a kert egyik szegletében komposztáló alakítunk ki. Ide helyezzük el a kertben kikapált gyomnövényeket, lemetezett és felaprított faágakat, lehullott falevelet stb. Verbális irányítás mellett vizuálisan is segíthetjük ezt a tevékenységet. Megfigyeljük a munkavállalónak azon képességét, mely a vizuális információ megőrzésére, felismerésére és megkülönböztetésre irányul.
- b) Vízgazdálkodás: a kerti munka folyamatához tartozik az öntözés.

Ezt végezhetjük kézi locsolókannával, úgy hogy a kertben felszerelt csapból engedünk a kannába vizet, és a növények gyökeréhez öntjük a vizet. Takarékosabb megoldás, ha a kertben több műanyag hordót állítunk fel, amibe a csapadékvizet tudjuk összegyűjteni és a növényeket a csapadék vízzel öntözzük meg. A legmodernebb és legtakarékosabb megoldás lehet a csepegtető öntözés. A módszerben a takarékos vízfelhasználás és a költségek kordában tartása rejlik. Jelenlegi vízhiányos világunkban egy olyan alternatívát testesít meg, ami minden szinten megállja a helyét. A csepegtető öntözés azt jelenti, hogy az öntözővíz műanyag csöveken érkezik a növényhez, ahol kapilláris méretű réseken keresztül szivárogva jut el a nedvesség a talaj felszínére. A csepegtető öntözőrendszerek nagy előnye, hogy a talaj egy-egy ponton állandóan folyamatosan jut nedvességhez.

- c) Energia-felhasználás: A kerti gépek használatakor kerülni kell a fölösleges energia használatát. Kisebb munkákra ne vegyük elő a benzines vagy elektromos gépet, ha kéziszerszámmal is elérhetjük az eredményt. Ha szakaszosan kell használni a gépet, kapcsoljuk le a szünetekre, ne járassuk „szabadon”. Ha új eszközt vásárolunk, mindig figyelni kell az energia-osztályra, lehetőleg „AAA” besorolásút válasszunk.

## 10. önállóságra való törekvés, önellenőrzés

Feladatmegértés, egy-két-, többrészes utasítások megértése – önállóan, feladatlappal, verbális irányítással.

- a) Önállóságra való törekvés, önellenőrzés:

- (1) Feladatmegértés a munkavállalónak azon készsége, amely az instrukciók helyes megértésén alapszik akár egy csatornás információ átadással verbálisan, akár több csatornás információ átadással, képekkel és gesztusokkal támogatva. A munkavégzés folyamatában az önállóságra való törekvésünket több lépcsőfokban valósíthatjuk meg. Minden egyes rész-munkafolyamat bemutatással kezdődik. A munkavállaló képességétől függ, hogy a részfeladat tanulásában a segítőszemély tevőlegesen együtt cselekszik a fogyatékos munkavállalóval, képekkel vagy verbálisan segítséget nyújt, vagy elég számára az irányítás,

és felügyelettel végzi a feladatot. A feladat megértéséről úgy is meg tudunk győződni, ha a munka megkezdése előtt az írni, olvasni tudó fogyatékos személy feladatlapon értelmezi, mit fog dolgozni. Verbális irányítással is meg tudunk győződni arról, hogy érti-e a feladatát a fogyatékos munkavállaló, ha hallás útján értelmezi az adott feladatot. Megfigyeljük, a fogyatékos munkavállaló azon készségét, amely az írott, a szóképek, ábrák és a szóbeli instrukciók helyes megértésén alapszik.

- (2) Egy-két-, többrészes utasítások megértése. A kertészeti munkában általában megkülönböztetünk három különböző fő feladatot, mint talajművelés, növény-ápolás, betakarítás. A fogyatékos személyek számára ajánlatos minden területen részfeladatokra (5. pont) bontani a feladatot. A részfeladatok egymásutánosságát írásban vagy képekben rögzíteni kell, ami segíti a többrészes utasítások feldolgozását, a sorrendek betartását. Szükség szerint a tanulási folyamatban a fogyatékos munkavállaló és a segítő személy együttesen végzi a munkát, közben verbálisan és vizuálisan segíti a tanulási folyamatban. Fokozatosan a tanulás előre haladtával a tevőleges segítség elmarad, és csak verbális irányítás vagy vizuális segítés mellett végzi a munkát a munkavállaló. Megfigyeljük, hogy az adott feladatnál mennyire képes elsajátítani az adott feladatot, a feladathoz a megfelelő eszközt választja-e ki, az eszközt célszerűen használja-e, figyelme, koncentrációja az adott munkához, a feladatsor elvégzéséhez elegendő-e.
  - (3) Önállóan az a fogyatékos munkavállaló dolgozik, aki a részfeladatok sorrendjét elsajátította, az adott feladathoz a megfelelő munkaeszközt kiválasztja, és azt rendeltetésszerűen a balesetvédelmi előírásokat betartva használja. A munka befejeztével a munkaterületén rendet hagy, az eszközt gondosan letisztítja, és a tárolóba helyezi. A feladatvégzést utólagosan kontrollálja, szükség esetén javítja.
- b) Önellenzés: Minden minőségi munkavégzés alapja az ellenzrés. Szükség van a külsz ellenzrésre, de a munkavállalónak a saját munkáját rendszeresen ellenzrizni kell. Az egyes feladat elvégzése után a munkavállaló a feladat értelmezését és a végzett tevékeny-

seget hasonlítja össze, majd szükség esetén korigál.

### **11. munkatempó fokozása**

- a) Adott időszakra adott mennyiségek kijelölése, a mennyiségek vagy az összetettség fokozatos növelése. Egy-egy munkafolyamathoz elegendő időt szükséges biztosítani. A tanulás folyamatában a feladat elvégzésére hosszabb idő szánjunk. Majd minél nagyobb jártasságra tesz szert a munkavállaló úgy csökkenthetjük a feladatra szánt időtartamot. Segédeszköz használata lehetséges, időtartásra inspirál. pl. csörgőóra, homokóra. Az adott munkára szánt idő tartását jutalmazással is ösztönözhetjük.

### **12. a munka értékelése**

- a) A munkavégzés értékelése, saját és mások munkájára való odafigyelés mennyiségi és minőségi szempontok alapján. A munkavégzés értékelése, nagyon fontos a munkavállaló számára. Az elvégzett munka minőségéről és mennyiségéről kap pontos információt a személyi segítőtlől és a saját munkatársaitól. A pozitívumok felsorolása az adott munkában önbizalmat ad a fogyatékos munkavállalónak, ösztönzi a későbbi munkavégzésre. Belső indíttatása lesz a kitartó munkavégzéshez. A közös értékelések elősegítik a saját és mások munkájára való odafigyelést.
- b) A munkavállalónak tudnia kell, hogy a megtermelt növénynek, termésnek milyen területeken van további felhasználási lehetősége. Tudnia kell, hogy pl. a minőségi sárgarépbából lesznek a legjobb levesek, saláták. A jó minőségű paprika frissen tálalva a jóízű evést jelenti. Mindehhez az kell, hogy azok a termékek, amelyeket a kertészetben termelnek, szépek, finomak és könnyen kezelhetőek legyenek.

### **13. az értékteremtő munka öröme**

- a) Az építő kritika és a dicséret megfelelő fogadása, az elkészült munka hatása másokra, vásárlókra, dolgozókra, a munkaadóra. Fontos, hogy a dolgozó értéknek tekintse azt, hogy mások számára örömet jelentett a munkája: másoknak ízleni fog a kertészetben előállított paprika, paradicsom, répa, zöldség, stb. A munkavállalók büszkék a

megtermelt javakra, a munkaadónak profitja keletkezik a közösen elvégzett jó munka eredményeként. A munkavégzés ellenértéke a fizetés, amelynek elköltése is lehet örömforrás. Mindezek együttesen jelentik az értékteremtő munka örömét.

## II.

### Pl.: Kézműves műhely, gyertyaöntés

**Fizikai környezet:** szűkebb terek, változatos tevékenységek, és eszközök. Megfigyeljük, hogy a munkavégzés behatárolt tere, a helyiség klímája, a fény, hang és szaglás ingerek mennyire zavaróak, a tapintási ingerek, a különböző anyagok minősége zavaró-e.

**Szociális környezet:** több személy jelenléte, összefértségtudás, személyek fizikai közelsége jellemző. A személyek közötti differenciálás a munkahelyi hierarchia szempontjából érthető-e a leendő munkavállaló számára. Tudja-e, hogy ki, kinek, milyen utasításokat, instrukciókat, irányítást ad. Az együtt-dolgozó személyek kommunikációjának mennyisége, komplexitása érthető-e számára. Megfigyeljük, hogy a feladatok összetettsége milyen mértékű lehet, arra milyen intenzíven tud figyelni, és mennyi ideig.

Az elméleti ismeret és gyakorlat összeegyeztetése segítségével

1. **megjelenés a munkahelyen, pontosság, ápoltság**
2. **munkaidő, munkaközi szünetek**
3. **konkrét munkahelyi hierarchia, munkatársakkal való differenciált viselkedés, mit, kitől, hogyan kell kérdezni**
4. **biztonságos munkavégzés, munkafegyelem**
  - a) munka- és balesetvédelmi szabályok betartása a gyakorlatban (szakmai munkához köthetően)
  - b) elsősegély-nyújtás
5. **munkafolyamat munkafázisokra bontott kipróbálása**
6. **figyelmes, pontos és kitartó munkavégzés, a végzett munkafázis fontossága az egész szempontjából**
7. **biztonságos eszközhasználat ( tisztántartás, helyrerakás)**
8. **a munkakörnyezet tisztaságának, rendjének megtartása**
9. **környezettudatosság a munkahelyen**
10. **önállóságra való törekvés, önellenőrzés**

11. munkatempó fokozása
12. a munka értékelése
13. az értékteremtő munka öröme

## 1. Megjelenés a munkahelyen, pontosság, ápoltság

### a) Megjelenés a munkahelyen

A gyertyaöntéshez szükséges védőruha: az utcai viselettől eltérő öltözet: a felsőruházaton kívül zárt, csúszásgátlós védőcipő, hőálló védőkötény, hőálló kesztyű, póló, vászonnadrág. A védőruha használatának szükségességét a leendő munkavállalónak el kell fogadnia. Fontos megfigyelnünk, hogy képes-e huzamosan, rendeltetészerűen a védőruhát használni. A ruházat cseréje erre a célra létesített öltözőben történik. Tárgyi feltételek: ruhásszekrény, akasztók, szék. / széken ülve könnyebben öltözik. Az öltözőhöz kapcsolódó kiegészítő helyiség a zuhanyzó, WC, kézmosó, kézszáritó. A ruhacsere időtartama legyen meghatározott. Figyelembe véve az egyéni önállóságot. Óra egyeztetésével, csörgő órás jelzéssel, homokórával segítjük az időtartás tanulását. Mindenki a saját névvel ellátott öltözőszekrényben tárolja a védőruhát. Az olvasni nem tudó szekrényét jelölhetjük különböző színekkel, vagy saját fényképével. A védőruha felvételére időt kell biztosítani a munka kezdés előtt és a munka végén... A védőruha tiszta cseréje szükség szerint történik.

### b) Ápoltság:

A műhelymunka során beszennyeződik a kéz, és a ruházat. A zárt térben végzett munka során kimelegszünk, az anyagcsere gyorsabb. A ruházat izzadságtól foltos, és kellemetlen szagú. A munkavállalót tanítsuk meg, hogy a munkában viselt ruházatot a szekrénybe, polcra tegye, de ha nagyon szennyezett a piszkos ruha tárolóba. A védőruházatot is rendszeresen, meghatározott időszakonként mosni szükséges. Ezt követően majd tisztálkodjon az öltözőből nyíló mosdó helyiségben. A munka során munkaközi szünetben a kezét étkezés előtt mossa meg. A segítő személy verbálisan és vizuálisan is segítheti a fogyatékos személyt. A látássérült fogyatékos személyt a közlekedő útvonalon a személyi segítő kíséri, ver-

bálsan irányítja.

c) Pontosság

A pontosság minden munkaterületen alapvető elvárás. A napi-rendbe beépített foglalkozások heti és napi ismétlődése biztosítja a hallgató számára ennek megtanulását. Segítség a vizuális támogatás: képes munkalap, amely a nap egymást követő eseményeit képekben is ábrázolja. Jelezhetjük a munkalap elején óráképpel a kezdési időpontokat. Jelezheti a munkaidő kezdetét beállított csörgő óra, vagy homokóra. Ugyanezeket a jelzéseket felhasználhatjuk a munkaközi szünet jelzésére is, valamint a munkaidő végén. A gyertya készítés folyamatánál is pontosan kell ismerni a feladatok egymás utániságát. Ehhez folyamatábrát készítünk a technológiának megfelelően. Az időhöz vagy a hőmérő használatához köthetjük, mikor éri el a viasz a kívánt hőfokot, mikor lehet a színezéket beleönteni. Jelölhetjük, meddig szükséges önteni a formát viasszal ahhoz, hogy a kész termék jó minőségű legyen. A segédeszközöket írásbeli technológiai utasítással kiválthatjuk, ha a fogyatékos személy értési képessége ezt megengedi.

## 2. Munkaidő, munkaközi szünetek:

a) Munkaidő:

A leendő munkavállalónak tudnia kell, hogy a munkavégzésre előírt idő annak kezdetétől a befejezéséig tartó időtartam, amibe be kell számítani a munkavégzéshez kapcsolódó előkészítő és befejező tevékenység időtartamát.

b) Munkaközi szünetek

A fogyatékos munkavállalónak joga van a neki szükséges munkaközi szünetekre. A munkavégzés megszakításával az egyéni foglalkoztatási rehabilitációs tervekben meghatározott munkaközi szünetet kell biztosítani. Meg kell figyelni, hogy mekkora időtartamban képes a leendő munkavállaló a figyelmét összpontosítani a feladatok végzésére. Ez fog segítséget nyújtani abban, hogy az egyéni rehabilitációs tervében milyen ütemben és mértékben határozzuk meg a munkaközi szüneteket. A munkaközi szünet hasznos eltöltése hozzájárul ahhoz, hogy utána a munkavégzés jó minőségű legyen. Ebben az időben történik a tízórai elfogyasztása,



folyadék-pótlás. A test átmozgatását segíti néhány tornagyakorlat ez idő alatt.

### **3. konkrét munkahelyi hierarchia, munkatársakkal való differenciált viselkedés, mit, kitől, hogyan kell kérdezni:**

#### **a) Konkrét munkahelyi hierarchia, differenciált viselkedés**

- (1) Az adott munkahely hierarchiáját, a munkatársi kapcsolatokat vizuálisan rögzítjük. A fogyatékos személyt jól láthatóan megjelöljük a hierarchiában, majd a különböző témákban a kapcsolattartásra kijelölt személyeket is. Majd a szociális körön jelöljük a munkatársakat az „ismerős” kategóriában. Megszólíthatjuk magázódva, vagy ha felkérést kapunk tőle tegező viszonyban. Hívhatjuk a keresztnévén vagy beosztása alapján. Pl: Katalin, Intézményvezető asszony. Köszönésünk mindig a napszagnak megfelelően legyen, pl. Jó reggelt! Jó napot kívánok! Szervusz, Szia stb. az illetnek megfelelően. A differenciált viselkedés képességét megfigyeljük, szükség esetén a segédeszközök alkalmazásával fejlesztjük.
- (2) Intézményvezető: A szakemberek és a fogyatékos munkavállalók TEAM munkáját koordinálja, az egyes munkafolyamatokhoz biztosítja a személyi és tárgyi feltételeket.
- (3) Foglalkoztatás szervező koordinátor: a fogyatékos személyek számára megtervezi a napi munkát. Figyelembe veszi, hogy az adott munkafeladatra ki a legalkalmasabb, mint fizikálisan, mentálisan az adott napon. Minden munkafolyamatot jól ismer. A munkavállaló folyamatosan kapcsolatban van vele a munkaidő alatt, a felmerülő problémák megoldásához őt kérheti meg. A foglalkoztatás szervező és a csoportvezető közvetlen kapcsolatban állnak egymással.
- (4) A csoportvezető/segítő és a fogyatékos dolgozók közvetlen kapcsolatban állnak. A munkavállaló a csoportvezető utasításai alapján végzi a rábízott feladatot. Minden rendkívüli eseményt neki jeleznek. A munka végeztével ő értékeli a munkavállaló önálló munkavégzését, a feladat végrehajtását, a munkatársival való kapcsolatát. A biztonság betartását, és egyéb megnyilvánulásait.

#### 4. biztonságos munkavégzés, munkafegyelem

a) munka- és balesetvédelmi szabályok betartása a gyakorlatban (szakmai munkához köthetően)

(1) Az elméleti oktatás során a hallgatók megismerkednek a gyertyaöntő műhelyben a munkaeszközökkel: melegítő zsámoly, ami árammal működik. Balesetvédelmi oktatás során megtanulják az árammal működő gépek helyes használatát, amit a műhelyben alkalmazni szükséges. pl: vizes kézzel Tilos hozzá nyúlni, vagy a konnektorból hogyan húzza ki a dugaljat helyes technikával. A paraffin kicsöpögése a padlóra csúszásveszélyt jelent, ezért a folyamatos tisztántartás elengedhetetlen. Az anyag hőmérsékletét hőmérővel mérjük, amely eltörhet, szilánkjai bőrsérülést okozhatnak. A paraffin a melegítés során égési sérülést okozhat, ezért hőálló védőkesztyűt kell használni, és kerülni kell a bőrrel való érintkezést. Az öntőkancsó megfelelő kiöntőcsőrrel rendelkezzen, anyaga hőálló legyen, úrtartalma akkora, hogy az még a paraffinnal töltve is könnyen emelhető legyen. A kéziszerszámokat a kanócok vágásához, a kanóctalpa helyezéshez használjuk, ezek vágási és szűrési sérüléseket okozhatnak.

(2) Vágott, ill. szúrt sebet okozhatnak.

Ügyeljünk az ép öntőformákra, hibás, sérült eszköz ne kerüljön a kézműves műhelybe. A szúrt, vágott sebeket elsősegélynyújtással tudjuk ellátni. A balesetet szenvedett dolgozót a munkaterületről kikísérjük, és nyugalomba helyezzük. Leültetjük, szükség esetén lefektetjük A sérült testrészt, ha szükséges szabaddá tesszük. Az elsősegélydobozból pl. Betadin fertőtlenítőt és gézlapot veszünk elő. Mielőtt a seb ellátást elkezdjük, röviden mondjuk el a fogyatékos személynek mit fogunk tenni vele. A fertőtlenítőszerrel átitatott gézlappal kitisztítjuk a sebet. Körkörös mozdulatokkal a seb belsejétől a sebszél felé haladva. A lefertőtlenített sebet gézlappal lefedjük ragtapasszal rögzítjük A sérülés súlyosságától függ az, hogy a sérültet további ellátás céljából szakorvosnak is megmutat-

juk-e. A szakorvos dönti el, hogy a Tetanusz védőoltás beadása szükséges-e.

- (3) Az elektromos árammal működő gépek használatba vételét, elméleti képzés előzi meg. Az áram biztonságos használatához milyen előírásoknak kell megfelelni. Pl. ép konnektorba, ép dugót lehet behelyezni. A kéz mindig szárazra törölt legyen. A forró alkatrészeket működés közben megérinteni balesetveszélyes. Az elektromos árammal működő eszközök helytelen használata áramütéshez vezethet, nagyon súlyos égési sérüléseket és szívleállást okozhat. Fontos a gyors és szakszerű elsősegély-nyújtás, és a mentők hívása a 104-es telefon számon. Áramütéskor elsődleges feladat, hogy az eszközöt áramtalanítsuk, és csak ezután kezdhetjük meg a sérült munkavállaló ellátását. Fontos a sérült munkavállalóban tudatosítani, ha nem áramtalanít ő maga is áramütést szenved, ha a balesetet szenvedett személyhez hozzáér. Szívmegállás, és a légvétel hiánya esetén az újraélesztést sürgősen meg kell kezdeni, és mindaddig folytatni, amíg a mentőszolgálat megérkezik. Ezt a feladatot az adott csoport vezetőjének kell végeznie. Az újraélesztés alapszabályát ismeri.
- (4) Vegyszerek veszélye. Mivel az alapanyagok szintetikus szerek, az emberek számára is mérgezők lehetnek ezért nagyon fontos a helyes és szakszerű tárolásuk, alkalmazásuk. Az utasítások követése a gyakorlatvezető személyes irányításával történhet.

## **5. munkafolyamat munkafázisokra bontott kipróbálása**

- a) Az alapanyag kiválasztása, mennyiségének meghatározása az előállítani szándékozott késztermék fajtájának és mennyiségének ismeretében.
- b) A melegítőedényben elhelyezzük az alapanyagot és az elektromos melegítőn a kívánt hőmérsékletűre melegítjük, a hő hőmérő segítségével mérjük.
- c) Eközben a szükséges típusú kanóciókat a kívánt méretűre vágjuk szikével vagy ollóval. A kanócialpakba helyezzük és a kitisztított

- öntőformákba csípőfogóval rögzítjük.
- d) A megfelelő hőmérsékletű paraffinból merőkanállal az öntőkancsóba teszünk és az öntőformákba töltjük azt úgy, hogy közben légbuborék ne keletkezzen. Az öntést rétegesen végezzük.
  - e) Az öntőformákban hagyjuk kihűlni az anyagot, majd kiszedjük a kész gyertyákat.
  - f) A gyertyákat szükség esetén sorjazzuk és fényezzük, majd csomagoljuk.
  - g) A kiöntőformákat száraz ruhával jól megtisztítjuk az odatapadt paraffintól és tisztán rakjuk el.
  - h) Az egyszerű gyertyákat színező-anyagokkal és más módokon díszíthetjük a technológiai előírások és fortélyok alapján.

## **6. figyelmes, pontos és kitartó munkavégzés, a végzett munkafázis fontossága az egész szempontjából**

- a) A munkafolyamatok átlátása, egymásra épülése. A technológiai folyamatot írásban vagy képekkel illusztrálva, a sorrendiséget nyilakkal jelölve szükséges bemutatni. Minden munkafázis fontosságára, a pontatlanság következményeire egyenként rá kell mutatni.
- b) Az adott tevékenység elhelyezése a folyamatban, kapcsolódás a mások munkájához. A konkrét munkafázist el kell helyezni a technológiai folyamatban és a közvetlen kapcsolódási pontjait az előző és következő munkafázishoz meg kell adni. A kapcsolódó munkafázisokat végző személyeket azonosítani kell. A fentiek szerint az adott munkafázis fontosságára és a pontos feladatvégzésre fel kell hívni a figyelmet. A pontatlanság következményeit és az egész munkadarabra történő kihatását vázolni kell. Például: ha az öntőforma tisztítása nem pontos és van a formába ragadt paraffin, akkor biztos, hogy az öntés során nem lesz megfelelő formájú a gyertya, a kiszedésnél már csorbult terméket kapunk. A következmény: nem eladható a termék. Vagy: a kanóc rögzítése nem stabil, így az öntéskor a kanóc nem ér a gyertya aljait. Égéskor nem tud végigégni a gyertya. Következmény: csak egyszer veszi meg a vásárló tőlünk a terméket, másodszor már nem.
- c) A figyelem hossza és intenzitása, szükség esetén a figyelem osztása. Szükséges megfigyelni, hogy egy-egy munkafázis feladatvég-

zése közben a leendő munkavállaló mennyi időre és milyen intenzitással tud a munkájára figyelni. Van-e figyelme a kapcsolódó munkafázisokat végző munkatársakra, feladatvégzésükre? Ennek ismeretében lehet szélesíteni a feladatkört, ami alapján majd a munkakör összeáll.

**7. biztonságos eszközhasználat ( tisztántartás, helyrerakás) A műhelyben használatos eszközök, szerszámok funkciói a munkafolyamatok szempontjából. Hol a helyük, hogyan tároljuk őket, ki, mikor, mire használja azokat.**

a) A műhely elrendezését mindig a technológiai folyamat határozza meg.

- (1) A zsámoly szerepe, hogy a melegítő edény ráhelyezése után a paraffint hevítse. Állandó helye van a kézműves műhelyben, a konnektor közelében. Így kivédjük, hogy hosszú zsinórokat kelljen kerülgetni a munka során. Biztonságos lábakon stabilan helyezkedik el. A munkavezető helyezheti üzembe, vagy a felügyeletével az erre a feladatra kijelölt személy. A munka befejezésekor áramtalanítjuk, miután kihűlt, az esetleges szennyeződéstől megtisztítjuk. A rászáradt, kicsöpögött paraffint leszedjük róla
- (2) A melegítőedény tisztántartása a zsámolyéhoz hasonló, miután az összes viaszt kiadagoltuk formába, megvárjuk, míg kihűl. Szükség esetén tisztítószeres vízzel kimossuk, ügyelve hogy az oldalán lévő esetleges viasz cseppek ne maradjanak rajta.
- (3) Merőkanál és öntőkancsó tisztántartása mosogatással, tisztítószeres vízzel történik. Száradás után a nyitott polcon a képes ábra szerinti helyen tároljuk. Fontos hogy minden eszköz minden nap ugyanarra a helyre kerüljön a műhely-rend és a megtalálhatóság miatt.
- (4) Öntőformákat könnyen megközelíthető helyen tároljuk, nyitott polcon, fajtánként. Előkészítését a napi munkához az a fogatékos munkavállaló végzi, akinek feladata. Vegyük figyelembe a munka elosztásánál az egyéni kívánságokat.
- (5) Kanóc és kanóctalp tárolására használhatunk különböző

tárolódobozokat, amit képes ábrával jelölünk. Tárolási hely a nyitott polcon.

- (6) A szerszámoknak és eszközöknek állandó helyük van, melyet megfelelő módon kell tárolni. A vágást, szúrást okozó eszközöket mindig tokban, élvédővel ellátva tároljuk.

## **8. a munkakörnyezet tisztaságának, rendjének megtartása**

A helyiségek funkciója, a munkavégzés tereinek és a kiszolgáló helyiségeknek a tisztántartása.

Öltöző, WC, mosdó, zuhanyzó.

Raktárak rendje

- a) A munkakörnyezet tisztaságát a munkavégzés alatt majd a munka befejezésekor fontos helyre állítani. A munkaeszközöket (öntőformákat, szerszámokat) a tároló-helyükre tiszta állapotba kell tenni oly módon, hogy azok semmilyen sérülést ne okozzanak (szűrő, vágó eszközöket élvédővel ellátva, fejjel lefelé), a munkaasztalokat és a helyiség padozatát tisztára kell mosni, törölni. A munkavégzés és tisztítási folyamat során keletkezett hulladékot, paraffin-maradékot újrahasznosítási céllal összegyűjtjük és az arra rendszeresített tárolóba helyezzük
- b) A kiszolgáló helyiségek a munkakörnyezet része, ide tartozik az öltöző, WC, mosdó, zuhanyzó, ezek tisztántartása ugyanolyan fontos, mint a munkavégzés helységei. A komfort érzetünket növeli, a tiszta mosdókagyló, a felsöpört és felmosott járólap. Az általános célú képzés során az önálló személyes működés és önálló életvitel alapjait már megszerezték a fogyatékos munkavállalók. A tanultakat adaptálhatjuk az adott munkakörnyezet tisztán tartására is. Az egyéni terv része a személyes kompetenciák kialakítása. Pl. az öltöző tisztaságának megóvásának rendjét közölhetjük írásban, és folyamatábrákkal a fogyatékos munkavállalókkal pl. a cipőből kihulló sárdarabokat, kisebb-nagyobb szemetet minden esetben fontos feltakarítani, ennek szükségességét tanítsuk meg a fogyatékos személyeknek. Ehhez a tevékenységhez szükség szerint biztosítsunk személyes segítséget, mutassuk meg a megfelelő eszközöket és a használatukat. Hasonlóképpen tegyünk a WC, zuhanyzó tisztaságának megóvásának érdekében.

- c) A raktárak – alapanyag, félkész- és késztermékek – rendje biztosítja azt, hogy a termeléshez közvetlenül kapcsolódó folyamatokhoz alapot adjanak. Így az beszerzések és értékesítések folyamatát támogatja. A raktárak rendjét átláthatóan, feliratozva és piktogrammal ellátva kell kialakítani és fenntartani. A változtatások alkalmával mindenkiel meg kell ismertetni az új rendet és a változtatás okát.

## 9. környezettudatosság a munkahelyen

### a) Energia-felhasználás

- (1) Energia-felhasználás: A paraffin melegítésekor használatakor kerülni kell a fölösleges energia használatát. Mindig csak akkora mennyiséget melegítsünk föl, amennyit feldolgozunk. Alkalmazzuk a hőn-tartás módszerét, ha szakaszosan, rövid szünetekkel kell az anyagot használni. Ha új eszközt vásárolunk, mindig figyelni kell az energia-osztályra, lehetőleg „AAA” besorolásút válasszunk.

### b) hulladék-gazdálkodás, szelektív hulladékgyűjtés

- (1) A szelektív hulladékgyűjtés fontosságáról, az elméleti oktatás során ismertetjük meg a fogyasztó munkavállalókat. Megismerik azokat az egyértelmű vizuális jeleket, piktogramokat amelyeket a szelektív hulladékgyűjtéskor mindenki használ és közismert. A gyertyaöntés során elsősorban szerves hulladék keletkezik. A hulladék gyűjtésére felcímkézünk a funkciójának megfelelő tároló edényeket. pl. műanyag palack, papír, fém, üveg stb. az adott munkaterületen. Verbális irányítás mellett vizuálisan is segíthetjük ezt a tevékenységet. Megfigyeljük a munkavállalónak azon képességét, mely a vizuális információ megőrzésére, felismerésére és megkülönböztetésre irányul.
- (2) Veszélyes anyagok: A paraffinból keletkezett hulladék veszélyes anyagnak minősül, arról a munkavédelmi szabályoknak megfelelően nyilvántartást és hulladékkezelési dokumentációt kell fölvenni. Törekedni kell a teljes felhasználásra, így a leesett hulladék összegyűjtésére és újra felhasználására. Ilyen módon minimális veszélyes hulladék keletkezik, amelynek elszállítá-

sáról és kezeléséről külső, erre a tevékenységre specializálódott céget kell felkérni.

## 10. önállóságra való törekvés, önellenőrzés

a) Önállóságra való törekvés, önellenőrzés:

- (1) Feladatmegértés a munkavállalónak azon készsége, amely az instrukciók helyes megértésén alapszik akár egy csatornás információ átadással verbálisan, akár több csatornás információ átadással, képekkel és gesztusokkal támogatva. A munkavégzés folyamatában az önállóságra való törekvésünket több lépéscsúfokban valósíthatjuk meg. Minden egyes rész-munkafolyamat bemutatással kezdődik. A munkavállaló képességétől függ, hogy a részfeladat tanulásában a segítőszemély tevőlegesen együtt cselekszik a fogyatékos munkavállalóval, képekkel vagy verbálisan segítséget nyújt, vagy elég számára az irányítás, és felügyelettel végzi a feladatot. A feladat megértéséről úgy is meg tudunk győződni, ha a munka megkezdése előtt az írni, olvasni tudó fogyatékos személy feladatlapon értelmezi, mit fog dolgozni. Verbális irányítással is meg tudunk győződni arról, hogy érti-e a feladatot a fogyatékos munkavállaló, ha hallás útján értelmezi az adott feladatot. Megfigyeljük, a fogyatékos munkavállaló azon készségét, amely az írott, a szóképek, ábrák és a szóbeli instrukciók helyes megértésén alapszik.
- (2) Egy-két-, többrészes utasítások megértése. A gyertyaöntés során több munkafázist (5. pont) különböztetünk meg. A fogyatékos személyek számára ajánlatos minden területen részfeladatokra bontani a feladatot. A részfeladatok egymásutánosságát írásban vagy képekben rögzíteni kell, ami segíti a többrészes utasítások feldolgozását, a sorrendek betartását. Szükség szerint a tanulási folyamatban a fogyatékos munkavállaló és a segítő személy együttesen végzi a munkát, közben verbálisan és vizuálisan segíti a tanulási folyamatban. Fokozatosan a tanulás előre haladtával a tevőleges segítség elmarad, és csak verbális irányítás vagy vizuális segítség mellett végzi a munkát a munkavállaló. Megfigyeljük, hogy az adott feladatonál mennyire képes elsajátítani az adott feladatot, a feladat-



hoz a megfelelő eszközt választja-e ki, az eszközt célszerűen használja-e, figyelme, koncentrációja az adott munkához, a feladatsor elvégzéséhez elegendő-e.

- (3) Önállóan az a fogyatékos munkavállaló dolgozik, aki a részfeladatok sorrendjét elsajátította, az adott feladathoz a megfelelő munkaeszközt kiválasztja, és azt rendeltetésszerűen a balesetvédelmi előírásokat betartva használja. A munka befejeztével a munkaterületén rendet hagy, az eszközt gondosan letisztítja, és a tárolóba helyezi. A feladatvégzést utólagosan kontrollálja, szükség esetén javítja.
- b) **Önellenőrzés:** Minden minőségi munkavégzés alapja az ellenőrzés. Szükség van a külső ellenőrzésre, de a munkavállalónak a saját munkáját rendszeresen ellenőrizni kell. Az egyes feladat elvégzése után a munkavállaló a feladat értelmezését és a végzett tevékenységet hasonlítja össze, majd szükség esetén korigálja.

## **11. munkatempó fokozása**

- a) Adott időszakra adott mennyiségek kijelölése, a mennyiségek vagy az összetettség fokozatos növelése Egy -egy munkafolyamathoz elegendő időt szükséges biztosítani. A tanulás folyamatában a feladat elvégzésére hosszabb idő szánjunk. Majd minél nagyobb jártasságra tesz szert a munkavállaló úgy csökkenthetjük a feladatra szánt időtartamot. Segédeszköz használata lehetséges, időtartásra inspirál. pl. csörgőóra, homokóra. Az adott munkára szánt idő tartását jutalmazással is ösztönözhetjük.

## **12. a munka értékelése**

- a) A munkavégzés értékelése, saját és mások munkájára való odafigyelés mennyiségi és minőségi szempontok alapján. A munkavégzés értékelése, nagyon fontos a munkavállaló számára. Az elvégzett munka minőségéről és mennyiségéről kap pontos információt a személyi segítőtl és a saját munkatársaitól. A pozitívumok felsorolása az adott munkában önbizalmat ad a fogyatékos munkavállalónak, ösztönzi a későbbi munkavégzésre. Belső indíttatása lesz a kitartó munkavégzéshez. A közös értékelések elősegítik a saját és mások munkájára való odafigyelést.

- b) A munkavállalónak tudnia kell, hogy az előállított gyertyának milyen további felhasználási lehetősége van. Tudnia kell, hogy pl. a minőségi gyertya nem kormol, szép lángja van és sokáig ég körülötte egyenletesen olvad a viasz. Ha mindezeknek a kritériumoknak megfelel az előállított gyertya, akkor jó munkát végzett a dolgozó.

### **13. az értékteremtő munka öröme**

- a) Az építő kritika és a dicséret megfelelő fogadása, az elkészült munka hatása másokra, vásárlókra, dolgozókra, a munkaadóra. Fontos, hogy a dolgozó értéknek tekintse azt, hogy mások számára örömet jelentett a munkája: másoknak vizuális örömet, jó közérzetet jelent a szépen égő gyertya. A munkavállalók büszkék a szép és jó minőségű gyertyákra, a munkaadónak bevétele keletkezik a közösen elvégzett jó munka eredményeként. A munkavégzés ellenértéke a fizetés, amelynek elköltése is lehet örömforrás. Mindezek együttesen jelentik az értékteremtő munka örömét.

### III.

## Pl.: Konyhai kisegítő munka

**Fizikai környezet:** erős (higiéniai) szabálytartást igénylő környezet, körülhatárolt tér, melyben a meghatározott szabályokat szigorúan be kell tartani. Megfigyeljük, hogy a helyiség mérete, a hőmérséklet, a vizuális ingerek mennyisége és minősége, a szagok jelenléte, a tapintási ingerek milyen hatással vannak a leendő munkavállalóra. Képes-e betartani mindazon szabályokat, amelyek a konyhai munkában szigorúan követendők. Képes-e ellenőrizni a saját munkáját.

**Szociális környezet:** Megfigyeljük, hogy az egyszerre jelenlévő kollégák száma befolyásoló tényező-e. A jelenlévők között tud-e differenciálni a leendő munkavállaló olyan szempontból, hogy kinek, milyen beosztása van, ismeri-e a főnök-beosztott kapcsolatokat. A munkatársak között a kapcsolatok – kommunikáció, kooperáció, kollaboráció – mennyisége, minősége komplexitása milyen hatású. A más munkahelyi egységekkel való kapcsolat pl. étkező, a munkahely komplexitása mennyire ismert a leendő munkavállaló számára. A munkaközi szünetek rugalmas kezelésére képes-e. Tud-e mások feladataihoz kapcsolódóan tevékenykedni, koncentrációja intenzitását és idejét mérjük.

Az elméleti ismeret és gyakorlat összeegyeztetése segítséggel

- 1. megjelenés a munkahelyen, pontosság, ápoltság**
- 2. munkaidő, munkaközi szünetek**
- 3. konkrét munkahelyi hierarchia, munkatársakkal való differenciált viselkedés, mit, kitől, hogyan kell kérdezni**
- 4. biztonságos munkavégzés, munkafegyelem**
  - a) munka- és balesetvédelmi szabályok betartása a gyakorlatban (szakmai munkához köthetően)
  - b) elsősegély-nyújtás
- 5. munkafolyamat munkafázisokra bontott kipróbálása**

6. **figyelmes, pontos és kitartó munkavégzés, a végzett munkafázis fontossága az egész szempontjából**
7. **biztonságos eszközhasználat ( tisztántartás, helyrerakás)**
8. **a munkakörnyezet tisztaságának, rendjének megtartása**
9. **környezettudatosság a munkahelyen**
10. **önállóságra való törekvés, önellenőrzés**
11. **munkatempó fokozása**
12. **a munka értékelése**
13. **az értékteremtő munka öröme**

### **1. Megjelenés a munkahelyen, pontosság, ápoltság:**

A munkahelyen olyan időpontban kell megjelenni, hogy legyen idő a műhelymunkához rendszeresített munkaruha felvételére, és munkakezdésre az adott műhelyben munkavégzésre kész állapotban legyen a hallgató. Az átöltözéshez szükséges helyiség, szekrény legyen számára ismert, annak tisztaságára ügyeljen. A munkavégzéshez szükséges munkavédelmi és higiénés eszközök funkcionális használata. A kézmosás szabályai, fertőtlenítés.

#### **a) Megjelenés a munkahelyen**

A konyhai kisegítő munkához szükséges védőruha: az utcai viselettől eltérő öltözet: a felsőruházaton kívül zárt, csúszásgátlós védőcipő , hőálló védőkötény , hajháló vagy sapka, időnként gumikesztyű. A haját sapkával vagy hajhálóval kell leszorítani, hogy semmiképpen ne kerülhessen haj az ételbe. A védőruha használatának szükségességét a leendő munkavállalónak el kell fogadnia. Fontos megfigyelnünk, hogy képes-e huzamosan, rendeltetésszerűen a védőruhát használni, a munkafolyamatoknak megfelelően váltani. A ruházat cseréje erre a célra létesített öltözőben történik. Tárgyi feltételek: ruhásszekrény, akasztók, szék. / széken ülve könnyebben öltözik. Az öltözőhöz kapcsolódó kiegészítő helyiség a zuhanyzó, WC, kézmosó, kézszáritó. A ruhacsere időtartama legyen meghatározott. Óra egyeztetésével, csörgő órás jelzéssel, homokórával segítjük elő a pontos időtartam betartását. Mindenki a saját névvel ellátott öltözőszekrényében tárolja a védőruhát. Az olvasni nem tudó személy szekrényét jelölhetjük különböző színekkel, vagy saját fényképével. A védőruha felvételére időt kell

biztosítani a munkakezdés előtt és a munka befejeztével. A védőruha tiszta cseréje naponta, de szükség szerint történik.

b) **Ápoltság:**

A konyhai munkavégzés során gyakran beszennyeződik a kéz, és a ruházat. Az ételekkel való érintkezés fokozott tisztaságot igényel, ezért minden munkafázis előtt és után szükséges a kézmosás. Ehhez fertőtlenítő kézmosószert használunk, lehetőség szerint papírtörülközőt. Ha textiltörülközőt és konyharuhát használunk, akkor azt naponta, de szükség szerint kell cserélni és azokat fertőtlenítő mosással tisztítani.

c) **Pontosság**

A pontosság minden munkaterületen alapvető elvárás. A napi-rendbe beépített foglalkozások heti és napi ismétlődése biztosítja a hallgató számára ennek megtanulását. Segítség a vizuális támogatás: képes munkalap, amely a nap egymást követő eseményeit képekben is ábrázolja. Jelezhetjük a munkalap elején óráképpel a kezdési időpontokat. Jelezheti a munkaidő kezdetét beállított csörgő óra, vagy homokóra. Ugyanezeket a jelzéseket felhasználhatjuk a munkaközi szünet jelzésére is, valamint a munkaidő végén. A konyhai munka folyamatánál is pontosan kell ismerni a munkafázisok egymás utániségét. Ehhez folyamatábrát készítünk a technológiának és recepteknek megfelelően. Az időhöz köthetjük, mikor éri el az étel a kívánt hőfokot, mikor főtt vagy sült meg az étel. A mennyiséghez köthetjük, meddig kell pl. hámozni a zöldséget (12 db krumpli). A segédeszközöket írásbeli technológiai utasítással kiválthatjuk, ha a fogyatékos személy értési képessége ezt megengedi.

## **2. Munkaidő, munkaközi szünetek:**

a) **Munkaidő:**

A leendő munkavállalónak tudnia kell, hogy a munkavégzésre előírt idő annak kezdetétől a befejezéséig tartó időtartam, amibe be kell számítani a munkavégzéshez kapcsolódó előkészítő és befejező tevékenység időtartamát.

b) **Munkaközi szünetek**

A fogyatékos munkavállalónak joga van a neki szükséges munka-

közi szünetekre. A munkavégzés megszakításával az egyéni foglalkoztatási rehabilitációs tervekben meghatározott munkaközi szünetet kell biztosítani. Meg kell figyelni, hogy mekkora időidőtartamban képes a leendő munkavállaló a figyelmét összpontosítani a feladatok végzésére. Ez fog segítséget nyújtani abban, hogy az egyéni rehabilitációs tervében milyen ütemben és mértékben határozzuk meg a munkaközi szüneteket. A munkaközi szünet hasznos eltöltése hozzájárul ahhoz, hogy utána a munkavégzés jó minőségű legyen. Ebben az időben történik a tízórai elfogyasztása, folyadék-pótlás. A test átmozgatását segíti néhány tornagyakorlat ez idő alatt.

### **3. konkrét munkahelyi hierarchia, munkatársakkal való differenciált viselkedés, mit, kitől, hogyan kell kérdezni:**

#### **a) Konkrét munkahelyi hierarchia, differenciált viselkedés**

- (1) A konyhai munkavégzésben a hierarchiát, a munkatársi kapcsolatokat vizuálisan rögzítjük. A fogyatékos személyt jól láthatóan megjelöljük a hierarchiában, majd a különböző témákban a kapcsolattartásra kijelölt személyeket is. Majd a szociális körön jelöljük a munkatársakat az „ismerős” kategóriában. Megszólíthatjuk magázódva, vagy ha felkérést kapunk tőle tegező viszonyban. Hívhatjuk a keresztnévén vagy beosztása alapján. Pl: Katalin, séf, szakácsnő. Köszönésünk mindig a napszagnak megfelelően legyen, pl. Jó reggelt! Jó napot kívánok! Szervusz, Szia stb. az illetnek megfelelően. A differenciált viselkedés képességét megfigyeljük, szükség esetén a segédeszközök alkalmazásával fejlesztjük.
- (2) Főszakács, séf: A szakemberek és kiegészítő alkalmazottak TEAM munkáját koordinálja, az egyes munkafolyamatokhoz biztosítja a személyi és tárgyi feltételeket, ő állítja össze a recepteknek megfelelő folyamatokat.
- (3) Foglalkoztatás szervező koordinátor: a fogyatékos személyek számára megtervezi a napi munkát. Figyelembe veszi, hogy az adott munkafeladatra ki a legalkalmasabb, mint fizikálisan, mentálisan az adott napon. Minden munkafolyamatot jól ismer. A munkavállaló folyamatosan kapcsolatban van vele a

munkaidő alatt, a felmerülő problémák megoldásához őt kérheti meg. A foglalkoztatás szervező és a csoportvezető közvetlen kapcsolatban állnak egymással.

- (4) A csoportvezető/segítő és a fogyatékos dolgozók közvetlen kapcsolatban állnak. A munkavállaló a csoportvezető utasításai alapján végzi a rábízott feladatot. Minden rendkívüli eseményt neki jeleznek. A munka végeztével ő értékeli a munkavállaló önálló munkavégzését, a feladat végrehajtását, a munkatársaival való kapcsolatát. A biztonság betartását, és egyéb megnyilvánulásait.

#### **4. biztonságos munkavégzés, munkafegyelem:**

- a) Az elméleti oktatás során a munkaterületen használt eszközöket, gépeket, funkció szerint ismerik meg a hallgatók. A gyakorlatban a tudásukat elmélyíthetik úgy, hogy az eszközöket, gépeket használat közben látják, a kisebb eszközöket, gépeket kézben tartják, a balesetvédelmi előírásoknak megfelelően üzembe helyezik. A konyhai gépek különböző részekből állnak, ezeket megtanulják, hogy kell szakszerűen szétszedni, összerakni, pl. a tisztítás miatt, a kézben tartani. Fontos tudni a fogyatékos munkavállalónak, hogy az eszköz mely részei okozhatnak balesetet. A robotgépek vágó, forgó részei. A konyhai vágóeszközök, kések, ollók élesek, azokat élükkel lefelé tartva szabad vinni, sem saját magunk, sem mások irányába nem szabad kézben tartani. Mind a konyhai fő munkafolyamatokban dolgozók, mind pedig a kisegítő munkákat végző munkavállalók körében szükség van a szabályok pontos ismeretére és azok betartására.
- b) munka- és balesetvédelmi szabályok betartása a gyakorlatban (szakmai munkához köthetően) Elektromos áram
  - (1) Szinte valamennyi háztartási gép árammal működik. Használatuk megkönnyítik mindennapjainkat. Az elektromos áram használata nemcsak előnyökkel jár, hanem kockázatokat is rejt magában. A kockázatok a szabályok betartásával minimalizálhatók. A háztartási gépekkel kapcsolatos balesetvédelmi előírásokat - áramtalanítást, működtetést, tisztítást, karbantartást - az adott gép használati utasításában előírtaknak megfelelően

kell végezni.

- (2) A tűz az ember életében fontos szerepet tölt be. Meleget ad, a sütés és főzés ízletesebbé teszi ételünket. Ma is gyakran használunk a konyhában szabadon tüzet (pl. flambírozásnál). A tűz sok hasznossága mellett tanuljuk meg annak kezelését is. Az elszabadult tűz nagy pusztításokra is képes. Fontos tudnivaló tehát a tűz kordában tartása, a tűz terjedésének megakadályozása. Leggyakrabban főzés alkalmával kerülnek kapcsolatba tűzzel. Figyelni kell arra, hogy az edény fenekén, amit a főzőlapra helyezünk, ne érjen túl a gázláng. A tűzhely közelében ne legyen sem műanyag vagy fa konyhai eszköz, sem más gyúlékony tárgy. Amikor a tűzhelyhez közeledünk, hogy megkeverjük az ételt, fontos arra is figyelni, hogy a védőkötényünk vagy a ruhánk ne kapjon lángot. Baleset megelőzés érdekében tanuljuk meg, hogy az égő gázrózsára ne kerüljön gyúlékony anyag olaj, vaj, mert ezek táplálják a tüzet, vagy csak bűdösítve egyszerűen odaégnék. Ha mégis tűz keletkezik, elsőként a gáz elzárása a feladat, majd bő vizes ruhával avatkozunk közbe. Beáztatott törölközőt terítsünk a lángra, de semmiképp ne csapkodjunk ronggyal. Tűz esetén hívjuk a tűzoltóságot.
- (3) Gyufa használata. Magunktól távolodva húzzuk végig a gyufaszálat a dobozon, hogy a keletkező szikra ne okozzon balesetet. Az elaludt gyufát hideg vízzel lecsorgatva dobhatjuk a szemetes edénybe.
- (4) Elektromos tűznél nem használhatunk vizet, vizes ruhadarabot az oltásra. Első dolog az áramtalanítás, után poroltó használata javasolt, szükség esetén hívjuk a tűzoltóságot.
- (5) Ételek elkészítése során előfordulhat forró olaj okozta baleset. Hús sütésekor, lángos készítéskor nagyméretű forró olajjal telt serpenyőt, vagy elektromos árammal működő eszközöket használunk. Utóbbinál az olajsintet rovátkákkal jelzik, fontos hogy ne töltsük túl a berendezést. A szükséges hőfok beállítása után fokozatosan forrosodik fel a készülék és a sütőfolyadék. Ha az olaj eléri a kívánt hőfokot, a piros színű jelző világítása kialszik. A forró olajba kézzel belenyúlni TILOS!



A forró olaj minél nagyobb felületre kerül, annál nagyobb károsodást okoz. Baleset esetén a forrázott testrészt legalább öt percig tartasuk hideg folyóvíz alá. A hideg víz a sérült résztől hőt von el és megakadályozzuk a mélyebb égést.

- (6) Fontos, hogy sütés közben víz ne csepegjen a forró olajba, mert kifuthat az edényből, fröcsögni kezd. Ez is lehet sérülés forrása. Valamennyi balesetveszély elhárítását és ellátását elméletben és gyakorlatban tanítjuk. Vannak elsősegély foglalkozások és amikor a tanultakat a gyakorlatban alkalmazzuk is. Vizuális szemléltetőeszközöket helyezünk ki, továbbá a balesetveszélyes helyzeteket, a sérülés ellátást rövid oktató kazettáról is bemutatjuk, de készíthetünk rajzos folyamatábrát is.
- (7) Gázt, gázkészüléket a háztartásban kétféle módon, palackos, vagy vezetékes formában, fűtés és főzés céljából használhatunk. A háztartási gáz színtelen, kellemetlen szagú anyag. Ha szivárgást észlelünk a rendszert, készüléket, palackot azonnal el kell zárni és az erre illetékes ügyeletet értesíteni., majd szakemberrel szükséges a problémát megoldani. Palackos gáz beszerzése a gázcsere telepeken és a benzinkutaknál történhet, de van rendelésre házhoz szállítás is. A palack védőkupakját tekerjük le, a kivezető cső végén lévő műanyag kupakot csavarjuk le, új tömítőgyűrűt illesszünk a palack és a nyomás csökkentő közé. Ellenőrzéshez habbal kenjük be a csatlakozást. Ha a habból buborék keletkezik, nem pontos az illesztés, azt korrigálnunk kell. Elzáráskor először a palackot zárjuk el, majd amikor a főzőlapon kialszik a tűz, kikapcsolási helyzetbe elfordítjuk a szabályzó gombot. A hálózati vezetékről működő gáztűzhelykezelés e fentiekhez hasonló, de egyszerűbb feladat, mert a palack kezelése kimarad. Tartós távollét, használat mellőzésekor a vezetékes gáz fali vezetékét is zárjuk el. A vezetékes gázt, gázkészülékeket évente szakemberrel is ellenőriztessük.
- (8) A csúszós padló balesetveszélyes. A járólappal csúszásának két fő oka van. Egyfelől vannak eleve csúszós felületek. Másrészt csúszásgátló nélküli járólapon könnyen elcsúszhatunk. Ezért ajánlatos a napi tevékenységek során a zárt cipő használata-

ta. Papucsban nagyobb a balesetveszély. Másrészt a csúszást okozhatja a járólapra került víz, kifröccsent olaj, leesett zöldség vagy gyümölcs darab, ételmaradék. Teendő a mielőbbi feltakarítás. Mi lehet a baleset megelőzési módszerünk? Először hívjuk fel a figyelmet a problémára. „Nézd, kilötyögött a víz a poharadból!” Célszerű verbális felhívásunkat gesztussal is megtámogatni, mutassunk oda a kérdéses területre, majd a padlót tisztítsuk meg és száradás után vegyük használatba újra a területet.

- c) Elsősegély-nyújtás: Az elsősegélynyújtás alapismereteit, alapelveit mindenkinek ismernie kell. Általános ismereteink fontos része, hogy segíteni tudjunk bajba jutott embertársainkon A testünkkel kapcsolatos biológiai alapismeretek segítenek az eligazodásban.
- (1) Vágás, szúrás, zúzódás, marás
  - (2) Mi a teendő, ha bekövetkezik a baleset? - szól a segítőnek, vagy társa közli a történeteket, a balesetet szenvedettet leültesztjük egy székre, megnyugtatjuk, elmondjuk mi fog történni vele, a sebet fertőtleníttjük, a sebtől kifelé vezető mozdulattal, ezután a sérülés mértékének megfelelően bekötjük, ha erős a vérzés nyomókötetést alkalmazunk. az ellátott sebre gézt helyezünk, rögzítjük a kötést, ha szükséges rögzítjük a testrészt.
  - (3) Marás: A vegyszerek használatánál mindig a bő vizes lemosásra fel kell hívni a figyelmet.
  - (4) Lázás állapot: A láz mérése után annak csillapítása a legfontosabb feladat. Folyadékpótlásról gondoskodjunk, a beteget gyakran kínáljuk teával, hogy ki ne száradjon. A láz csillapítása történhet lázcsillapító tablettával és/vagy hűtőfürdővel vagy borogatással. A hűtőfürdő hatásos eszköz: a 37 C fokos vízzel telt kádba fektetjük a beteget, közben lassan hűtjük a vizet, majd szárazra törölve ágyba fektetjük. A borogatás állott vizes ruhával történik a, melyeket a végtagokra, törzsre helyezünk és gyakran cserélünk.
  - (5) Testünkkel kapcsolatos alapismeretek.
    - Beszéljük meg a külső tulajdonságokat. Kinek milyen a haj színe, szem színe. Alakítsunk ki képet a testalkatról. Be-

széljük meg mi az, mit jelent, hogy sovány, kövér, magas, alacsony testalkat.

- Testrészek megnevezését gyakoroljuk be. Betegség esetén, fontos hogy a fájdalom, vagy rendellenesség helyét meg tudja határozni a segített személy.. Állapítsuk meg közösen a fej, nyak, mellkas, has, láb, kar, kéz határait, azonosítsuk az ízületeket, a csuklót, könyököt, vállat, csípőt, térdet, bokát.
- Legfontosabb belső szerveink elhelyezkedéséről alakítsunk ki alapvető ismerteket. Beszéljük meg, hol van a szívünk, tüdőnk, gyomrunk, vesénk. A széklet- és vizeletürítés rendszerességéről is ismereteket kell nyújtani.

## **5. munkafolyamat munkafázisokra bontott kipróbálása**

### **6. figyelmes, pontos és kitartó munkavégzés, a végzett munkafázis fontossága az egész szempontjából**

- a) A munkafolyamatok átlátása, egymásra épülése. Az előkészítési, főzési, sütési folyamatot írásban vagy képekkel illusztrálva, a sorrendiséget nyilakkal jelölve szükséges bemutatni. Minden munkafázis fontosságára, a pontatlanság következményeire egyenként rá kell mutatni.
- b) Az adott tevékenység elhelyezése a folyamatban, kapcsolódás a mások munkájához. A konkrét munkafázist el kell helyezni a technológiai folyamatban és a közvetlen kapcsolódási pontjait az előző és következő munkafázishoz meg kell adni. A kapcsolódó munkafázisokat végző személyeket azonosítani kell. A fentiek szerint az adott munkafázis fontosságára és a pontos feladatvégzésre fel kell hívni a figyelmet. A pontatlanság következményeit és az ételre történő kihatását vázolni kell. Például: ha az előkészítésnél nem megfelelő méretűre vagdostuk a zöldséget, akkor az ételben túl nagy, vagy túl apró darabok lesznek; vagy, ha a főzésnél a pirítási műveletet túl sok ideig végeztük, akkor az étel odaégett; vagy, ha a tojás fehérjét nem elég keményre vertük föl, a piskóta alacsony marad stb.
- c) A figyelem hossza és intenzitása, szükség esetén a figyelem osztása. Szükséges megfigyelni, hogy egy-egy munkafázis feladatvégzése

közben a leendő munkavállaló mennyi időre és milyen intenzitással tud a munkájára figyelni. Van-e figyelme a kapcsolódó munkafázisokat végző munkatársakra, feladatvégzésükre? Ennek ismeretében lehet szélesíteni a feladatkört, ami alapján majd a munkakör összeáll. A konyhai munkafolyamatoknál a figyelem osztása fontos tulajdonság, mert egyszerre mindig többfelé kell figyelni, párhuzamosan többféle fázist kell végezni, azokat összehangolni.

**7. biztonságos eszközhasználat (tisztántartás, helyrerakás) A műhelyben használatos eszközök, szerszámok funkciói a munkafolyamatok szempontjából. Hol a helyük, hogyan tároljuk őket, ki, mikor, mire használja azokat.**

a) Eszközök, gépek:

- (1) Nagykonyhai üst, sütő, villanytűzhely
- (2) Elektromos aprító, vágó, keverő, speciális sütőedények, mikrohullámú sütő, grillsütő, mosogatógép
- (3) Kéziszerszámok: kavaró, keverő, fogó, tálaló, merő, nyújtó, formázó eszközök
- (4) Edények: főző, sütőedények, tálaló és étkező edények

b) A konyha elrendezését mindig a technológiai folyamat határozza meg.

- (1) Az előkészítésre használatos helyiség vagy helyiségrészben történnek az ételhez szükséges alapanyagok tisztítása, mosása, aprítása. A kéziszerszámok fiókokban, rendezett módon kerülnek elhelyezésre, fontos, hogy a folyamat végén a helyére kerüljenek az eszközök úgy, hogy az éleket és szűrő végeket a fogásoknál elkerüljük.
- (2) A főző- sütő alkalmatosságok rögzített helyen vannak, elektromos árammal működnek, a tisztántartásuknál az áramtalanítás fontos feladat. A forrázások és égési sérülések elkerülésére mindig fogókesztyűt kell használni, aminek a tárolása a tűzhelyek közelében legyen.
- (3) Az elektromos háztartási gépek részben mobilak, melyeket tároló-szekrényben helyezünk el. Ezek mosogatásakor élesen elkülönítjük a vízzel érintkeztethető és szárazon tisztítandó részeket. A vízzel érintkeztethető részeket mosogatjuk, a töb-

bit csak szárazon tisztíthatjuk. Minden elektromos berendezésnél és eszközöknél a gépre vonatkozó egyedi előírásokat be kell tartani, a tárolásukra, tisztításukra vonatkozóan is.

- (4) Edények: a konyhai rend követi a főzési, sütési folyamatokat. A tálak, tálalóeszközök és a főzőedények mindig a felhasználási hely közvetlen közelében kerülnek elhelyezésre, praktikusabban a nagyobbak lent, a kisebbek azokban és az eszközök a megfelelő méretű fiókokban. Célszerű speciális tárolókat alkalmazni, mint fűzők vagy reszelők, szűrők tároló-alkalmatlanságai.
- (5) A konyhai eszközök rendjét a tárolókon feliratokkal vagy piktogramokkal látjuk el, hogy mindenki számára érthető és követhető legyen a rend és mindig ugyanoda kerüljenek vissza a használt és tisztított eszközök.

## **8. a munkakörnyezet tisztaságának, rendjének megtartása**

A helyiségek funkciója, a munkavégzés tereinek és a kiszolgáló helyiségeknek a tisztántartása.

Öltöző, WC, mosdó, zuhanyzó.

Raktárak rendje

- a) A konyha higiéniája különleges fontosságú, amelyet a HACCP rendszerben leírtaknak megfelelően kell biztosítani. A tisztítószerek egyben fertőtlenítőszer is, mindegyik biztonsági adatlappal rendelkezik, amelyek a veszélyekre hívják fel a figyelmet. A munkakörnyezet tisztaságát a munkavégzés alatt majd a munka befejezésekor fontos helyre állítani. A munkaeszközöket a tárolóhelyükre tiszta állapotba kell tenni oly módon, hogy azok semmilyen sérülést ne okozzanak (szűrő, vágó eszközöket élvédővel ellátva), a munkaesztalokat és a helyiség padozatát a HACCP rendszerben használatos tisztítószerekkel tisztára kell mosni, törölni. A munkavégzés és tisztítási folyamat során keletkezett hulladékot, komposztálási céllal összegyűjtjük és az arra rendszeresített tárolóba helyezzük
- b) A kiszolgáló helyiségek a munkakörnyezet része, ide tartozik az öltöző, WC, mosdó, zuhanyzó, ezek tisztántartása ugyanolyan fontos, mint a munkavégzés helyiségei. A komfort érzetünket nö-

veli, a tiszta mosdókagyló, a felsöpört és felmosott járólappal. Az általános célú képzés során az önálló személyes működés és önálló életvitel alapjait már megszerezték a fogyatékos munkavállalók. A tanultakat adaptálhatjuk az adott munkakörnyezet tisztán tartására is. Az egyéni terv része a személyes kompetenciák kialakítása. Pl. az öltöző tisztaságának megővésének rendjét közölhetjük írásban, és folyamatábrákkal a fogyatékos munkavállalókkal. Ehhez a tevékenységhez szükség szerint biztosítsunk személyes segítséget, mutassuk meg a megfelelő eszközöket és a használatukat. Hasonlóképpen tegyünk a WC, zuhanyzó tisztaságának megővésének érdekében. Az öltözőben a tiszta ruhák és az utcai ruhák tárolása élesen elkülönül. Minden esetben a konyhában használt ruhák mosása, tisztítása külön történik.

- c) A raktárak – alapanyag, félkész- és késztermékek – rendje biztosítja azt, hogy a konyhai folyamatokhoz közvetlenül kapcsolódó tevékenységekhez, előkészítés, raktározás stb. teret adjanak. A raktárak rendjét átláthatóan, feliratozva és piktogrammal ellátva kell kialakítani és fenntartani. A változtatások alkalmával mindenkivel meg kell ismertetni az új rendet és a változtatás okát.

## 9. környezettudatosság a munkahelyen

- a) Energia-felhasználás

Energia-felhasználás: A tűzhelyek használatakor kerülni kell a fölösleges energia használatát. Mindig csak akkora mennyiséget melegítsünk föl, amennyit feldolgozunk. Alkalmazzuk a hőntartás módszerét, ha szakaszosan, rövid szünetekkel kell az anyagot használni. Ha új eszközt vásárolunk, mindig figyelni kell az energia-osztályra, lehetőleg „AAA” besorolásút válasszunk.

- b) hulladék-gazdálkodás, szelektív hulladékgyűjtés

A szelektív hulladékgyűjtés fontosságáról, az elméleti oktatás során ismertetjük meg a fogyatékos munkavállalókat. Megismerik azokat az egyértelmű vizuális jeleket, piktogramokat amelyeket a szelektív hulladékgyűjtéskor mindenki használ és közismert. A konyhai műveletek során elsősorban szerves hulladék keletkezik. A hulladék gyűjtésére felcímkezzük a funkciójának megfelelő tároló edényeket. pl. szerves, műanyag palack, papír, fém, üveg stb. az

adott munkaterületen. Verbális irányítás mellett vizuálisan is segíthetjük ezt a tevékenységet. Megfigyeljük a munkavállalónak azon képességét, mely a vizuális információ megőrzésére, felismerésére és megkülönböztetésre irányul.

## 10. önállóságra való törekvés, önellenőrzés

### a) Önállóságra való törekvés, önellenőrzés:

- (1) Feladatmegértés a munkavállalónak azon készsége, amely az instrukciók helyes megértésén alapszik akár egy csatornás információ átadással verbálisan, akár több csatornás információ átadással, képekkel és gesztusokkal támogatva. A munkavégzés folyamatában az önállóságra való törekvésünket több lépésfokban valósíthatjuk meg. Minden egyes rész-munkafolyamat bemutatással kezdődik. A munkavállaló képességétől függ, hogy a részfeladat tanulásában a segítőszemély tevőlegesen együtt cselekszik a fogyasztó munkavállalóval, képekkel vagy verbálisan segítséget nyújt, vagy elég számára az irányítás, és felügyelettel végzi a feladatot. A feladat megértéséről úgy is meg tudunk győződni, ha a munka megkezdése előtt az írni, olvasni tudó fogyasztó személy feladatlapon értelmezi, mit fog dolgozni. Verbális irányítással is meg tudunk győződni arról, hogy érti-e a feladatát a fogyasztó munkavállaló, ha hallás útján értelmezi az adott feladatot. Megfigyeljük, a fogyasztó munkavállaló azon készségét, amely az írott, a szóképek, ábrák és a szóbeli instrukciók helyes megértésén alapszik.
- (2) Egy-két-, többrészes utasítások megértése. A konyhai műveletek során több munkafázist (5. pont) különböztetünk meg. A fogyasztó személyek számára ajánlatos minden területen részfeladatokra bontani a feladatot. A részfeladatok egymásutánosságát írásban vagy képekben rögzíteni kell, ami segíti a többrészes utasítások feldolgozását, a sorrendek betartását. Szükség szerint a tanulási folyamatban a fogyasztó munkavállaló és a segítő személy együttesen végzi a munkát, közben verbálisan és vizuálisan segíti a tanulási folyamatban. Fokozatosan a tanulás előre haladtával a tevőleges segítség elmarad, és csak verbális irányítás vagy vizuális segítség mellett



végzi a munkát a munkavállaló. Megfigyeljük, hogy az adott munkafázisnál mennyire képes elsajátítani az adott feladatot, a feladathoz a megfelelő eszközt választja-e ki, az eszközt célszerűen használja-e, figyelme, koncentrációja az adott munkához, a feladatsor elvégzéséhez elegendő-e.

- (3) Önállóan az a fogyatékos munkavállaló dolgozik, aki a részfeladatok sorrendjét elsajátította, az adott feladathoz a megfelelő munkaeszközt kiválasztja, és azt rendeltetésszerűen a balesetvédelmi előírásokat betartva használja. A munka befejeztével a munkaterületén rendet hagy, az eszközt gondosan letisztítja, és a tárolóba helyezi. A feladatvégzést utólagosan kontrollálja, szükség esetén javítja.
- b) **Önellenzés:** Minden minőségi munkavégzés alapja az ellenzés. Szükség van a külsz ellenzésre, de a munkavállalónak a saját munkáját rendszeresen ellenzrizni kell. Az egyes feladat elvégzése után a munkavállaló a feladat értelmezését és a végzett tevékenységet hasonlítja össze, majd szükség esetén korrigál.

## **11. munkatempó fokozása**

Adott idzszakra adott mennyiségek kijelölése, a mennyiségek vagy az összetettség fokozatos növelése. Pl. 10 perc alatt 5 db. krumplit kell megtisztítani. Egy-egy munkafolyamathoz elegendz idz szükséges biztosítani. A tanulás folyamatában a feladat elvégzésére hosszabb idz szánjunk. Majd minél nagyobb jártasságra tesz szert a munkavállaló úgy csökkenthetjük a feladatra szánt idztartamot. Segédeszköz használata lehetséges, idztartásra inspirál. pl. csörgzóra, homokóra. Az adott munkára szánt idz tartását jutalmazással is ösztönözhetjük.

## **12. a munka értékelése**

- a) A munkavégzés értékelése, saját és mások munkájára való odafigyelés mennyiségi és minőségi szempontok alapján. A munkavégzés értékelése, nagyon fontos a munkavállaló számára. Az elvégzett munka minőségéről és mennyiségéről kap pontos információt a személyi segitzztől és a saját munkatársaitól. A pozitívumok felsorolása az adott munkában önbizalmat ad a fogyatékos munkavállalónak, ösztönzi a készbbi munkavégzésre. Belsz indittatása lesz



a kitartó munkavégzéshez. A közös értékelések elősegítik a saját és mások munkájára való odafigyelést. A konyhai munkában az értékelés közvetlen, az elfogyasztott ételről azonnali visszajelzést kapnak a munkatársak. Ez nagyon erős motiváció.

- b) A munkavállalónak tudnia kell, hogy az általa készített étel elfogyasztása kulináris örömet jelent. Ez a másoknak történő örömszerzés az önbecsülés alapját képezi.

### **13. az értékteremtő munka öröme**

Az építő kritika és a dicséret megfelelő fogadása, az elkészült munka hatása másokra, vásárlókra, dolgozókra, a munkaadóra. Fontos, hogy a dolgozó értéknek tekintse azt, hogy mások számára örömet jelentett a munkája: másoknak örömet, jó közérzetet jelent az elfogyasztott étel. A munkavállalók büszkék a finom és ízletes ételekre, a munkaadónak bevétele keletkezik a közösen elvégzett jó munka eredményeként. A munkavégzés ellenértéke a fizetés, amelynek elköltése is lehet örömforrás. Mindezek együttesen jelentik az értékteremtő munka örömet.

Ha már mindhárom területen szerzett gyakorlati tapasztalatot a hallgató, közösen szükséges értékelní a tapasztaltakat. Az értékelő megbeszélésen legyen jelen a hallgató, az értékelő pedagógus és a szülő vagy gondnok (támogató személy). A hallgató további tanulásának, szakmai képzésének lehetőségei, a munkavállalás esélyei és a hallgató egyes munkatevékenységekben szerzett tapasztalatai alapján támogatott döntéshozatalra kerül sor. A döntést a hallgató hozza meg, a támogatás során az alábbi szempontok szerint történik a megbeszélés.

# ÉRTÉKELŐ MEGBESZÉLÉS

## **A munka értéke:**

A munkatevékenység, mint fogalom, a munkavégzés értéke. A produktum értéke. A munkáltató költségei és haszna. A munkavállaló munkabére. Mire költjük a munkabért? Mi számomra az érték? (nem mindig a pénz, ehelyett egy műanyag darab nagyobb érték, mint egy tízezres)

## **Az értékteremtő munka öröme:**

Reális képalkotás a produktumról. A sikerélmény. A munkatevékenységgel kiknek szerezhetünk örömet? Elismerések a környezet-től. Kritika fogadása.

## **A szülő, gondnok szerepe:**

A döntés támogatása során a szülő, gondnok a hallgató elsődleges személyes érdekeit veszi figyelembe, mint pl. a személyiségfejlődés, a sikeres személy víziója. A családi érdekek másodlagosak.

## **Választási lehetőségek, korlátok:**

A társadalmi gazdasági környezet, a továbbtanulási lehetőségek, a hallgató személyes és szakmai korlátai, a munkavállalás lehetőségei, karriertervezés

## **Gyakorlati tapasztalatok felidézése: jó és rossz élmények**

A hallgató az egyes tevékenységekre vonatkozóan külön-külön reagál. Mi tetszett, mi nem? Mi volt nehéz, mi könnyű? Milyen körülmények zavarták, milyenekben érezte jól magát? Mely munkafázisok elvégzése okozott gondot, melyek nem? A munkatársakkal való viszony milyen volt? Ha nem jó, mi volt benne a rossz számára?

## **Motivációk a döntéshozatal érdekében:**

A döntést megalapozó érvek megjelenítése vizuálisan, súlyozva az érveket. Kizáróságot okozó érvek – súlyos érvek – könnyen áthidalható problémát jelentő érvek.

## **Felelős döntés - támogatott döntéshozatallal**

Az értékelő megbeszélés eredménye a vizsgajegyzőkönyvbe kerül.

## 1. Melléklet

### Megfigyelési lap

A gyakorló-helyeken tapasztaltak alapján szövegesen jellemezzük az elvár-  
takat és a személyről alkotott véleményt.

MEGFIGYELÉSI TERÜLET	KERTÉSZET	MŰHELY	KONYHA
Viselkedés			
Terhelhetőség. (pl. fizikai terhelhetőség, kitartás)			
Írányíthatóság. (pl. instrukciókat megérti, követi, elfogadja az irányítást, figyelmeztetést, javítást)			
Feladatok összetettségének értése, követése			
Önellenőrzés. (pl. észreveszi saját hibáját, önálló- an vagy segítséggel képes javítani)			
Szabályok tartása			
Figyelem intenzitása, hossza			
Munkahelyi kommunikáció irá- nyai, differenciálása			
Jelenlévő kollégák száma			
Hőmérsékletre reagálás			
Alkalmazkodás a munkaterület méretéhez			
Fényviszonyok, illetve a környezet- ben tapasztalható vizuális ingerek mennyisége, intenzitása és komp- lexitása, az ingerforrásokra reagálás			
Hangingerek mennyisége, inten- zitása, hangforrások megjelölése, reakciók			
Szagok/illatok jelenléte, intenzitá- sa, reakciók			
Taktilis, tapintási ingerek mennyi- sége, intenzitása, reakciók			



