

# NEURODIVERSITY

## НАСОКИ ЗА ПРИБЩАВАЩИ СРЕЩИ И КОНФЕРЕНЦИИ ЗА ЛИЦА ОТ СПЕКТЪРА НА НЕВРОРАЗНООБРАЗИЕТО



**Срещите и конференциите са нормална част от работното ежедневие, но стресът, който лицата от спектъра на невроразнообразието преживяват по време на тези събития, често не се взема предвид.**

**Такива събития могат да бъдат шумни, претъпкани и силно стресиращи за хората, които изпитват затруднения не само в социалното общуване, но и в срещите с нови хора, сензорната обработка и обработката на информация като цяло. Въпреки това има прости начини, по които колегите, служителите и приятелите от невродивергентния спектър могат лесно да се адаптират.**

**Както казва д-р Стивън Шор, подчертавайки разнообразието на аутизма: „Ако познавате един аутист, познавате този аутист“. Същото се отнася и за невродивергентните лица. По-долу са дадени общи насоки, които могат да бъдат полезни за тях, но в никакъв случай не са изчерпателни.**

Ако искате да знаете как най-добре да подкрепите невродивергентно лице, поговорете с него за това, от което се нуждае.

# Конференции

- **Преди конференцията осигурете на участниците подробен обучителен материал, който да показва разположението на събитието и графика на събитията. Някои организации дори предоставят снимки на определени зони, за да осигурят известна увереност предварително.**
- **Карта или брошура с подробна информация за реда на събитията за деня може да бъде полезна.**
- **Предоставете описания на лекторите, включително и обобщаваща информация за темите, които ще представят.**
- **Отворете възможност за невродивергентните лица да дадат обратна връзка за преживяванията си през деня.**
- **Подсигурете тихо място като опция за лица, които трудно понасят шумна среда.**
- **Важно е да има помощен персонал на мястото на събитието, който да може да отговаря на въпроси и да напътства гостите, ако е необходимо.**
- **Вземете предвид, че силната музика, която звучи в общите помещения, може да е прекалена за невродивергентните лица. Те могат да се затруднят в съсредоточаването си. Също така наблюдавайте по-неутрална или приглушена цвятова палитра и избягвайте силни аромати, за да сведете до минимум сензорната свръхстимулация.**
- **Когато е възможно, провеждайте събития или срещи в хибриден формат, като давате възможност на хората да избират дали да присъстват лично, или онлайн.**

# Срещи

- **Материалите за срещата и казусите, които могат да бъдат предмет на срещата, трябва да се предоставят предварително на тези, които имат проблеми с обработката на информация, за да се даде на лицата от спектъра на невроразнообразието допълнително време да прегледат материалите и да подготвят въпросите си.**
- **Поинтересувайте се дали ваши служители се притесняват да говорят или да се включат в разговора. Ако това е така, може да им е от полза да си запишат предварително въпросите или питанията, които им хрумват при разглеждането на материали и документация.**
- **Винаги давайте на лицата от невродивергентния спектър достатъчно време да обработват въпроси и да ви дават своя отговор. Избягвайте да отговаряте вместо тях или да се опитвате да ги изпреварвате. Възможно е те също да искат да дадат своя принос.**
- **При по-дълги срещи е възможно лицата от спектъра на невроразнообразието да имат нужда от допълнителна почивка.**
- **При срещи от разстояние възможността да не се включва камерата може да бъде много полезна за тези, които се притесняват от големи срещи.**

