

### Sådan kommer du på kurset

Hvis du gerne vil på kurset, skal du kontakte din sagsbehandler eller CSV, som vil hjælpe dig.

Inden du kan begynde, tager underviserne en indledende samtale med dig, så du kan få flere informationer og både du og vi er sikre på, at kurset er noget for dig.

### Hvor og hvornår?

Kurset afholdes på CSV Odense, der ligger i Kanslergade 8, 1. sal, 5000 Odense C.

### Kontakt

For yderligere oplysninger kan du kontakte leder af specialundervisning for voksne, Anders Thomsen, på følgende måder:

Tlf. nr.: 63 75 39 09 eller 21 17 39 52

Mail: [asth@odense.dk](mailto:asth@odense.dk)

Undervisningen er gratis.



Center for specialundervisning for voksne  
- en skole for voksne med særlige behov

# MY WAY

TIL DIG MED EN  
AUTISMESPEKTRUMFORSTYRRELSE

UNDERVISNING PÅ VEJ MOD JOB OG  
UDDANNELSE



## My Way

My Way er et kursusforløb for dig med en autismespektrumforstyrrelse. Målet er at ruste dig og styrke dine kompetencer til at komme ud på arbejdsmarkedet eller i uddannelse, samt hjælpe dig med at kunne blive i arbejde eller uddannelse.

## Indhold på kurset

På kurset arbejder du med dine kompetencer og særlige udfordringer i forhold til at komme i praktik, job og uddannelse.

Der er tilknyttet jobkonsulenter til kurset, der kan hjælpe dig med overgangen til job og praktik. Du følger kurset sammen med op til 9 andre kursister.

Kurset er individuelt tilrettelagt og varer op i 12 uger — mandage og onsdage fra kl. 9.00-12.00.

**På kurset kommer du omkring forskellige temaer, som har betydning for at indgå på en arbejdsplads eller uddannelse:**

- Dine styrker og kompetencer
- Motivation
- Spilleregler på arbejdspladsen
- Det sociale på arbejdspladsen
- Planlægning af opgaver
- Konflikt håndtering
- Stress



## Målet er at du på kurset

- Finder dine ressourcer og styrker
- Får redskaber til at håndtere personlige og sociale udfordringer
- Styrker din identitet og selvværd
- Får nye måder at handle på
- Bliver klædt på til praktik

## Efter kurset

Når du er færdig med kursusforløbet, er du blevet klogere på egne kompetencer og udfordringer. Du er klædt på til at være i dialog om det, der skal til for, at du kan indgå på et kommende praktiksted, en arbejdsplads eller et studie.

Undervejs i kursusforløbet vil der være dialog med dine relevante samarbejdspartnere i kommunen.