

# TRANSPORTTRÆNING



I faget transporttræning har eleven mulighed for at lære at tage offentlig transport. Eleven træner brugen af offentlig transport sammen med et personale eller sammen med en mindre gruppe af elever.

I faget indgår der både et praksiselement og et teoretisk element. Der arbejdes desuden både med praktiske og psykiske udfordringer, ofte angstbaserede udfordringer, ved at benytte offentlig transport.

Varigheden af et forløb vil ofte være ca. 8 uger, men kan variere da det vil være individuelt, hvor meget hjælp og træning, der er brug for. Angstproblematikker vil oftest være mere tidskrævende at arbejde med end mere praktiske udfordringer i forbindelse med transport.

## Faglige kompetencer

- ✓ Læse en køreplan og bruge [www.rejseplanen.dk](http://www.rejseplanen.dk).
- ✓ Køb af billet og/eller brug af rejsekort.
- ✓ Håndtere bus-/togskifte.

## Personlige kompetencer

- ✓ Mestringsstrategier i forhold til stress/angst.
- ✓ Metoder til at reducere sansestimuli i forbindelse med transportsituationen.
- ✓ Håndtering af fysisk og social kontakt med andre.
- ✓ Selvstændighed.
- ✓ Selvværd/selvtillid.
- ✓ Kendskab til "plan B" – hvis noget uventet sker.

