

Poradnik metodyczny dla profesjonalistów

Scenariusze zajęć dla self-advokatów



Warszawa 2014

Scenariusze zajęć dla self-advokatów

Poradnik metodyczny dla profesjonalistów



Polskie Stowarzyszenie na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym
ZARZĄD GŁÓWNY

Warszawa 2014

© Polskie Stowarzyszenie na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym

ISBN 978-83-60105-93-1



Polskie Stowarzyszenie
na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym

Zarząd Główny
02-639 Warszawa, ul. Głogowa 2b
tel.: (22) 848 82 60, (22) 646 03 14, fax.: (22) 848 61 62
zg@psouu.org.pl
www.psouu.org.pl

Redakcja: Barbara Ewa Abramowska

Skład i druk: DG-GRAF, Warszawa



Publikacja jest dofinansowana ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

Spis treści

1	Wprowadzenie	5
2	Do osoby prowadzącej zajęcia	9
3	Kto to jest self-adwokat?	17
4	Współpraca self-adwokatów i osób wspierających	29
5	Dostęp do informacji – teksty łatwe do czytania	39
6	Rozwój człowieka	47
7	Jestem Obywatелеm	53
8	Mam prawa - część 1	61
9	Mam prawa - część 2	69
10	Konwencja o prawach osób z niepełnosprawnościami	79
11	Świat zawodów. Zdobywanie doświadczenia zawodowego. Metody aktywnego poszukiwania pracy	101
12	Autoprezentacja. Przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej	113
13	Prawa i obowiązki pracownika. Szanse i zagrożenia wynikające z podjęcia zatrudnienia	123
14	Idąc naprzód	137
15	Self-adwokatura w systemie edukacji w Stanach Zjednoczonych	143

Wprowadzenie

Oddajemy w Państwa ręce opracowanie, będące rezultatem doświadczeń ostatnich kilkunastu lat działalności Polskiego Stowarzyszenia na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym w zakresie wspierania osób z niepełnosprawnością intelektualną w korzystaniu z wszystkich wolności i praw człowieka. Podręcznik ten rozpoczyna nową erę w historii Stowarzyszenia - nadszedł czas na mobilizację wszystkich osób zaangażowanych w działalność na rzecz dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną i popularyzację metod pracy z self-adwokatami. Jego głównym i horyzontalnym celem jest przygotowanie jak największej liczby osób z niepełnosprawnością intelektualną do bycia self-adwokatem i działań na rzecz indywidualnych potrzeb konkretnych osób, ale także na rzecz całego środowiska osób z niepełnosprawnościami.

Polskie Stowarzyszenie na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym od ponad 50. lat podejmuje działania na rzecz realizacji wolności i praw człowieka wobec osób z niepełnosprawnością intelektualną. Pomimo wielu pozytywnych zmian, jakie zaszły w ostatnich latach w postrzeganiu osób z niepełnosprawnościami, istniejące wciąż stereotypy na temat niepełnosprawności intelektualnej utrudniają włączenie tych osób - na zasadzie równości z innymi - w życie społeczne. Dotyczy to szczególnie osób dorosłych, dla których zarówno oferta wsparcia osobistego, prawnego, oferta edukacyjna oraz zatrudnieniowa jest niewystarczająca i jednocześnie nie odpowiada ich potrzebom. Osoby z niepełnosprawnością intelektualną bez odpowiedniego wsparcia często nie są w stanie same reprezentować swoich interesów, stając się kibicami swojego życia, a nie jego bohaterami. Potrzebują dostępu do informacji w formie łatwej do czytania i zrozumienia, praktykowania nabytej wiedzy i umiejętności, kontaktu z innymi i różnorodnego wsparcia w działaniach.

Szansą na faktyczne włączenie osób z niepełnosprawnością intelektualną we wszystkie sfery życia jest self-adwokatura (z ang. self-advocacy) - rzecznictwo własnych praw i spraw, jak i spraw i praw całego środowiska tych osób. Self-adwokatura to wypowiadanie się na temat swoich praw, ich realizacja i często walka o ich ochronę, to możliwość rozwoju osoby z niepełnosprawnością intelektualną, nabywania przez nią nowych umiejętności i przez to wpływania na swoje życie. **Self-adwokatura ma na celu wzmocnienie osób z niepełnosprawnością intelektualną** poprzez wspieranie ich działalności i umożliwienie im przejmowania odpowiedzialności za kolejne, czasem wszystkie dziedziny życia. Poprzez self-adwokaturę osoby z niepełnosprawnością intelektualną walczą o realizację niepodważalnego prawa do włączenia w życie społeczne, w tym zawodowe, rodzinne, realizację prawa do życia osobistego.

Self-adwokatura jest także wyrazem praktycznej realizacji Konwencji Narodów Zjednoczonych o prawach osób z niepełnosprawnościami, ratyfikowanej przez Polskę 6 września 2012 roku. Celem Konwencji jest ochrona przyrodzonej godności człowieka oraz popieranie i ochrona wszystkich praw człowieka

wobec wszystkich osób z niepełnosprawnościami. Konwencja zwraca uwagę, że - po pierwsze - katalog wolności i praw człowieka jest niepodzielny, nie ma w nim praw ważnych i ważniejszych, a po drugie - że dotyczy on każdej osoby z niepełnosprawnością, nawet tej wymagającej większego wsparcia, czyli osób z głębokim lub znacznym stopniem niepełnosprawności. Obowiązkiem państwa jest zapewnienie każdej z tych osób możliwości korzystania z wolności i praw człowieka, na miarę jej indywidualnych możliwości i potrzeb. Self-adwokaci, dzięki uzyskanej wiedzy i nabytym umiejętnościom mają szansę na realizację swoich praw. W związku z tym, **self-adwokatura jest formą wsparcia urzeczywistniającą postanowienia Konwencji.**

Wiele osób, organizacji od lat podejmuje działania na rzecz osób z niepełnosprawnością intelektualną, jednak to PSOUU jest inicjatorem powstania i rozwoju self-adwokatury i ruchu self-adwokatów w Polsce. To PSOUU dostrzegło, że osoby z niepełnosprawnością intelektualną są zdolne i gotowe do wzięcia odpowiedzialności za swoje życie i rozpoczęło proces ich włączania w każdą sferę życia jako podmiotu, a nie przedmiotu działań. Już w 1995 roku Stowarzyszenie zorganizowało pod auspicjami Międzynarodowej Ligi Stowarzyszeń na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym (dziś: Inclusion International) konferencję „Prawa człowieka a osoby z upośledzeniem umysłowym w krajach Europy Centralnej i Wschodniej” z udziałem przedstawicieli 39 krajów, ONZ i Parlamentu Unii Europejskiej, podczas której osoby z niepełnosprawnością intelektualną zabrały głos w ważnych dla nich sprawach.

W 2001 roku Zarząd Główny PSOUU zorganizował w Łucznicy (koło Pilawy), w Ośrodku Animacji Kultury, pierwsze „warsztaty prawne” dla dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną z zakresu wiedzy o prawach i obowiązkach każdego człowieka, w którym udział wzięli także studenci Kliniki Prawa z Wydziału Prawa i Administracji Uniwersytetu Warszawskiego. Warsztaty te rozpoczęły zupełnie nowe spojrzenie na osoby z niepełnosprawnością intelektualną, były organizowane co roku, w zależności od środków finansowych i zbudowały historię polskiego ruchu self-adwokatów. Dzięki warsztatom, przeszkolonych i wzmocnionych zostało ok. 150 self-adwokatów, którzy wciąż mówią o „Łucznicy”, wracają do tych wspomnień i czekają na kolejne wydarzenia. Na fenomen warsztatów wpłynęło wiele czynników: różnorodność uczestników i uczestniczek – osoby z niepełnosprawnością intelektualną, ich osoby wspierające oraz studenci, z których wszyscy mieli taki sam status „osoby szkolącej się”; tematyka wolności i praw człowieka jako podstawa i tło każdej aktywności życiowej; kilkuniedniowy termin spotkania; warsztatowe, nowatorskie metody pracy; podmiotowe traktowanie osób z niepełnosprawnością intelektualną.

Pokazanie, że ludzie są równi i mają takie same prawa, pozwoliło osobom z niepełnosprawnością intelektualną podnieść głowy, nabrać pewności siebie, poczucia, że są ważni, jak każdy inny człowiek. I nie można tylko o tym mówić. Trzeba było to pokazać. Z niczym nie można porównać atmosfery, jaka towarzyszyła warsztatom. W Łucznicy można było poczuć, dotknąć swoich praw.

Warsztaty w Łucznicy potwierdziły nie tylko, że są niezbędne w procesie budowania ruchu self-adwokatów, ale także, że **self-adwokatura jest nowoczesnym narzędziem edukacyjnym**, rozwijającym i wspierającym proces samodoskonalenia osób z niepełnosprawnością intelektualną. Jej efekty były bardzo szybko zauważalne - self-adwokaci brali udział w coraz większej liczbie wydarzeń, konferencji dotyczących sytuacji osób z niepełnosprawnościami, występowali publicznie, załatwiali swoje sprawy urzędowe, szukali pracy, nawiązywali kontakty towarzyskie - zaczęli być widoczni w społeczeństwie. Oczywiście towarzyszyły temu i towarzyszą inne działania Zarządu Głównego oraz Kół

Stowarzyszenia - publikacje w tekście łatwym do czytania i rozumienia, kolejne warsztaty, spotkania, konferencje, materiały filmowe, które wspierały self-adwokatów i upowszechniały ich działania i możliwości.

Niniejsza publikacja ma za zadanie zachęcić Państwa do wywołania „efektu Łucznicy” w Państwa placówce, Kole terenowym, organizacji, do pobudzenia aktywności i wzmocnienia dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną. Punktem wyjścia tych działań powinna być godność. Należy jednak pamiętać, że godność to nie tylko - jak często jest definiowana - szacunek, ale to kategoria prawna, rozumiana jako gwarancja podmiotowego traktowania przez władze publiczne, dostęp do życia społecznego, szacunek ze strony innych osób, a także poczucie wartości człowieka, którego nikt nie podważa, równość w traktowaniu oraz niezależność i wolność w podejmowaniu decyzji dotyczących swojego życia. Godność przysługuje każdemu człowiekowi od urodzenia i wynikają z niej konkretne obowiązki państwa. Większe w stosunku do osób, wobec których poszanowanie godności jest zagrożone, na przykład dlatego, że inni podważają ich poczucie wartości, dyskryminują je, lub też osoby te potrzebują wsparcia w dostępie do życia społecznego, lub mają trudności w podejmowaniu niezależnych decyzji. Każde działanie „na rzecz” kierowane do osób z niepełnosprawnością intelektualną powinno uwzględniać obowiązek poszanowania ich godności. Pamiętajmy o tym wspierając self-adwokatów w ich urzędzaniu się w życiu.

Podręcznik zawiera 12 scenariuszy zajęć poruszających najważniejsze i podstawowe zagadnienia dla self-adwokata, skupione wokół trzech tematów: self-adwokat (rozwój człowieka, definicja self-adwokata, jego obowiązki, zasady współpracy z osobami wspierającymi, dostęp do informacji), wolności i praw człowieka (prawa człowieka, obowiązki obywatela, zasady wynikające z Konstytucji i Konwencji ONZ) oraz zatrudnienia (prawa i obowiązki pracownika, szanse i zagrożenia wynikające z podjęcia zatrudnienia, metody aktywnego poszukiwania pracy).

Mamy nadzieję, że Podręcznik odpowiada na zapotrzebowanie i okaże się pomocny dla wszystkich tych z Państwa, którzy prowadzą zajęcia z self-adwokatami lub właśnie przygotowują się do tego, by je rozpocząć.

Życzymy sukcesów w pracy.

dr Monika Zima-Parjaszewska
Wiceprezeska Zarządu Głównego
Polskiego Stowarzyszenia na Rzecz Osób
z Upośledzeniem Umysłowym

Monika Zima-Parjaszewska

Do osoby prowadzącej zajęcia

*Gdy usłyszę, zapomnę,
Gdy usłyszę i zobaczę, zapamiętam,
Gdy usłyszę, zobaczę i porozmawiam, zrozumiem,
Gdy usłyszę, zobaczę, porozmawiam i zrobię, zdobywam sprawność i wiedzę,
Gdy uczę innych, dochodzę do mistrzostwa.¹*

Mel Silberman

To dobrze, że zdecydowałeś się prowadzić zajęcia z self-adwokatami. To znaczy, że rozumiesz czym self-adwokatura w praktyce jest dla osób z niepełnosprawnością intelektualną. To narzędzie, szansa i jednocześnie środek do bycia indywidualnością, podmiotem wszystkich praw człowieka. Dlatego nie traktuj tych zajęć tak jak inne, które do tej pory prowadziłeś. Być może musisz zweryfikować swoje metody pracy. Być może powinieneś raz jeszcze zastanowić się, dlaczego pracujesz z osobami z niepełnosprawnością intelektualną, dlaczego chcesz z nimi pracować.

Zajęcia, do których scenariusze masz przed sobą, mają za zadanie przede wszystkim:

1. wzmocnić poczucie wartości osoby z niepełnosprawnością intelektualną;
2. przekonać każdą osobę z niepełnosprawnością intelektualną, że jest zdolna i ma prawo do tego, by zmieniać swoje życie;
3. przekonać każdą osobę z niepełnosprawnością intelektualną, że jej głos i to co mówi, ma znaczenie i jest ważne;
4. dać wiedzę i możliwość jej praktycznego wykorzystania;
5. zmotywować każdą osobę z niepełnosprawnością intelektualną do zainicjowania jakiejś zmiany w swoim życiu;

¹ W powyższym „Credo uczącego się” Mel Silberman rozwinął sentencję Konfucjusza: „Co usłyszę, **zapomnę**. Co zobaczę, **zapamiętam**. Co sam zrobię, **zrozumiem**.” Silberman jest profesorem, prezesem firmy konsultingowej, specjalizuje się w problematyce kształcenia osób dorosłych i rozwoju organizacji. Organizuje seminaria na tematy związane z technikami aktywizującymi, wykorzystywanymi w szkoleniach dla przedsiębiorstw i organizacji rządowych na całym świecie. Jest autorem lub współautorem wielu publikacji z zakresu aktywnego szkolenia.



6. promować zasady godności, równości i wolności wobec każdego człowieka;
7. rozpowszechniać ideę self-adwokatury i rozwijać ruch self-adwokatów.

Zastanów się zatem, czy według Ciebie:

1. osoba z niepełnosprawnością intelektualną ma prawo do zawarcia związku małżeńskiego?
2. osoba z niepełnosprawnością intelektualną ma prawo do wykonywania władzy rodzicielskiej nad swoimi dziećmi?
3. osoba z niepełnosprawnością intelektualną może decydować o sposobie wydatkowania swoich pieniędzy?
4. czy osoba z niepełnosprawnością intelektualną może szukać partnera na portalach towarzyskich?

Jeśli Twoje odpowiedzi zaczynają się od słów: „tak, ale.....” lub „to zależy...”, to spróbuj zamiast słów „osoba z niepełnosprawnością intelektualną” użyć w każdym powyższym pytaniu swojego imienia i nazwiska. Jakie wtedy będą Twoje odpowiedzi?

PAMIĘTAJ!

1. **Wszyscy są wobec prawa równi. Wszyscy mają prawo do równego traktowania przez władze publiczne.**
2. **Nikt nie może być dyskryminowany w życiu politycznym, społecznym lub gospodarczym z jakiegokolwiek przyczyny.**

Art. 32 Konstytucji RP

Scenariusze oparte są na podstawowych prawach każdego człowieka. **Ty też musisz je znać, musisz w nie wierzyć.** To prawda, że osoby z niepełnosprawnością intelektualną często mają ogromne trudności w korzystaniu ze swoich praw, dotyczy to również prostych czynności codziennego życia. Ale to nie powód, by im tych praw odmawiać!

Dbaj zatem o spójność tego co mówisz, z tym co robisz. Szczególnie, jeśli z uczestnikami/uczestniczkami zajęć łączą Cię relacje osobiste lub służbowe. Twoje słowa i postawa ma ogromne znaczenie dla rozwoju każdego self-adwokata.

Włączenie na poważnie

Konwencja o prawach osób z niepełnosprawnościami nakłada na Polskę obowiązek pełnego włączenia osób z niepełnosprawnościami w życie społeczne. Włączenie to nie integracja, np. turnus integracyjny, klasa lub szkoła integracyjna. Włączenie oznacza, że każdy element życia społecznego ma być dostępny dla wszystkich osób z niepełnosprawnościami, a one same mają prawo uczestniczyć we wszystkich formach aktywności społecznej. Nie na „specjalnych zasadach”, nie w „specjalnie do tego przystosowanych miejscach”, ale na równi z innymi, pełnosprawnymi osobami. Czyli, tak jak inni ludzie, osoby z niepełnosprawnością intelektualną mają prawo do decydowania o swoim życiu, wolnym czasie, pieniądzu, pracy. „Tak jak inni” w rozumieniu Konwencji oznacza, że należy wyrównywać szanse osób z niepełnosprawnościami, które potrzebują wsparcia.

Działając na rzecz osób z niepełnosprawnością intelektualną trzeba pozwolić im współdecydować o tych działaniach, pytać o ich zdanie. Być może osoby, z którymi pracujesz jeszcze nie są gotowe do zabierania głosu, wpływania na swoje życie. Twoim zadaniem jest im w tym pomóc! Sukces pracy z osobami z niepełnosprawnością intelektualną polega na powiększaniu ich zakresu samodzielności, niezależności, a nie na zorganizowaniu im życia.

Od początku

Zajęcia zostały podzielone na trzy główne, uzupełniające się nawzajem bloki tematyczne:

1. człowiek/self-adwokat
2. wolności, prawa i obowiązki
3. zatrudnienie i świat pracy.

Rozmowa o człowieku, dorosłości, samostanowieniu osób z niepełnosprawnością intelektualną wprowadza w tematykę self-adwokatury. To z kolei pozwala rozwinąć zagadnienia wolności, praw i obowiązków człowieka (szczególnie self-adwokata). Jednym z wyrazów dorosłości, odpowiedzialności za własne życie, jest praca/zatrudnienie, dlatego to właśnie prawo do podjęcia pracy na zasadach równości z innymi zostało omówione w ostatnich scenariuszach. Zaproponowana kolejność zajęć ma charakter przykładowy, choć pamiętaj, że niektóre zagadnienia są konsekwencją lub rozwinięciem innych. Dlatego zaplanuj, które scenariusze lub ich fragmenty będą najbardziej przydatne dla grupy osób, z którymi pracujesz.

Przeczytaj dokładnie każdy scenariusz, być może uznasz, że masz inny pomysł, metodę, ćwiczenie na omówienie jakiejś kwestii. Bardzo dobrze, niech scenariusze będą dla Ciebie inspiracją w Twojej pracy z self-adwokatami!

Rozpoczęcie zajęć

Każde zajęcia rozpoczynaj od krótkiej aktywności, w tym nawet fizycznej uczestników/uczestniczek. Jeśli się nie znacie, możesz poprosić wszystkich o przedstawienie się, zgodnie z wymyśloną przez Ciebie zasadą, na przykład, na podstawie wylosowanych wcześniej pytań ogólnych (np. co byś zrobił, gdybyś wygrał w Totolotka, gdybyś na jeden dzień mógł być kimś innym, to kim byś był, itp.) lub każdy z uczestników wymienia trzy najważniejsze w jego życiu rzeczy/sprawy, czy też musi wykonać jakiś śmieszny gest, który kolejna osoba, będzie musiała powtórzyć. Pozwoli to nie tylko na poznanie upodobań uczestników/uczestniczek, ale także pomoże w budowaniu więzi między członkami grupy. Jeśli grupa się zna, jest już ze sobą zżyta, nie rezygnuj z aktywności, postaraj się wprowadzić dobrą atmosferę, pytaj o ulubione filmy, postaci, polityków, poznając się jeszcze lepiej.

Pamiętaj o kartkach z imionami, jeśli uczestnicy/uczestniczki się nie znają. Ta część zajęć jest bardzo ważna, może trwać – w zależności od liczebności grupy – nawet kilkanaście minut, ale możesz odwoływać się później do przekazywanych w tej części informacji lub pytać o nie uczestników/uczestniczek, sprawdzając, czy słuchają się nawzajem.

Każde zajęcia rozpoczynaj powtórką z ostatnich zajęć oraz przedstaw zadania, które uczestnicy/uczestniczki mieli do wykonania w domu, w trakcie przerw, podczas wolnego czasu. Będzie to mobilizowało uczestników/uczestniczki do jak najpełniejszego udziału w zajęciach oraz zagwarantuje lepsze

wyniki w przyswajaniu wiedzy. Uczestnicy/uczestniczki powinni odwoływać się na wstępie każdego zajęcia do wiedzy, którą nabyli wcześniej – chodzi o uporządkowany ciąg informacji, wzbogacany o nowe elementy podczas kolejnych zajęć.

Wprowadzenie

Rozpoczynając zajęcia, co do zasady powinienes przedstawić ich temat, cel i wytłumaczyć co będzie się na nich działo. Możesz dzięki temu skupić uwagę uczestników/uczestniczek na konkretnym temacie. Możesz napisać temat na tablicy/flipczarcie, tak by był widoczny przez cały czas trwania zajęć. Mimo, że znajomość tematu i przebiegu zajęć daje poczucie bezpieczeństwa uczestnikom/uczestniczkom, to w przypadku osób z niepełnosprawnością intelektualną większe znaczenie może mieć efekt niespodzianki lub stopniowego rozwijania pewnych kwestii. Może się zdarzyć, że potrzebne jest wyjątkowe zainteresowanie grupy, nawet zaskoczenie, lub potrzebujesz opisywać temat w kilku etapach, by grupa nie rozpoczęła zajęć od nazwania istoty problemu. Wtedy nie opisuj planu zajęć w bezpośredni sposób, ale jedynie naprowadź grupę na temat, powiedz ogólnie o czym będzie mowa, np. *Dzisiaj będziemy rozmawiać o sprawach, które są bardzo ważne w życiu każdego człowieka. W Waszym też. Ale nie mogę Wam na razie zdradzić, co się będzie dokładnie działo.*

Powiedz, że każda osoba na zajęciach jest ważna i zależy Ci na tym, by każdy brał w nich czynny udział. Przekonaj wszystkich, że ich zdanie jest dla Ciebie ważne. Ustal wcześniej, do której godziny będą trwały zajęcia, czy będą przerwy, czy można wychodzić z zajęć.

Kontrakt

Nie lekceważ kontraktu. Jeśli prowadzisz zajęcia z konkretną grupą zawsze w tej samej sali, powieś go w widocznym miejscu i odwołuj się do niego na każdym zajęciu, dopytaj jednak za każdym razem, czy ktoś chciałby coś dodać do niego. Powiedz, że kontrakt jest wspólną umową, a umów trzeba przestrzegać. Wymyśl ciekawą formę ustalania zasad obowiązujących podczas zajęć, by nie były to tylko ponumerowane zachowania. Postaraj się, by uczestnicy/uczestniczki podawali zasady, które są dla nich ważne i których będą przestrzegać. Poproś, by każdy podpisał kontrakt.

Przekonaj uczestników/uczestniczek by nie wykorzystywali/wykorzystywały poza zajęciami informacji zdobytych od siebie nawzajem w trakcie ich trwania. Dotyczy to także powiązania konkretnych osób z rolami, które będą pełnić na zajęciach np. w scenkach rodzajowych.

Osoby wspierające

Niezwykle istotny w procesie nauczania/szkolenia osób z niepełnosprawnością intelektualną jest udział osób wspierających. Nie muszą to być instruktorzy, terapeuci, warto zachęcić do współpracy studentów, wolontariuszy. Po pierwsze, wspierają prowadzącego, na przykład podczas pracy w małych grupach, moderując dyskusję, aktywizując uczestników/uczestniczek. Po drugie, wzmacniają poprzez swoją obecność osoby z niepełnosprawnością intelektualną, które często niepewne swojego zdania i siebie, uczą się odwagi, przekonują się, że mogą rozmawiać z innymi na ważne tematy. Po trzecie, udział osób wspierających podnosi ich świadomość – umożliwia spojrzenie na osoby z niepełnosprawnością intelektualną z perspektywy godności i praw człowieka.

Trzeba przekonać osoby z niepełnosprawnością intelektualną, że osoby wspierające mają taki sam status uczestnika/uczestniczki zajęć, jak oni. To znaczy, że podczas zajęć wszyscy się uczą, wszyscy pracują. Nie dopuść do podziału grupy na „my i oni”. Oczywiście osoby wspierające mają swoje dodatkowe zadania – obserwują uczestników/uczestniczki, zwracając uwagę na ich zachowanie, reakcje, poziom zrozumienia tematu, zainteresowanie tematem; wspierają w udzieleniu odpowiedzi, jeśli osoba tego potrzebuje; podczas pracy w grupach zadają dodatkowe pytania pobudzając aktywność. Prowadząc zajęcia musisz współpracować z osobami wspierającymi, nie lekceważ ich zdania i spostrzeżeń, możecie wymieniać dyskretnie swoje uwagi.

Pamiętaj! Dobrego wspierania trzeba się uczyć. Przygotuj wcześniej osoby, które mogłyby wziąć udział w zajęciach jako osoby wspierające, wytłumacz, że chodzi o pobudzenie inicjatywy samych osób z niepełnosprawnością intelektualną. Osoby wspierające powinny znać tematykę zajęć, ale nie zdradzaj wszystkich szczegółów. Jeśli uda Ci się nawiązać z nimi dłuższą współpracę, włączaj je do opracowywania planu zajęć. Ich obserwacje i uwagi będą dla Ciebie bardzo cenne.

Metody pracy

Scenariusze zajęć pozostawiają margines dla inicjatywy i pomysłowości osób z niepełnosprawnością intelektualną oraz innych uczestników zajęć. Oznacza to, że prowadzący wprowadza do realizacji kolejne punkty programu, mając na uwadze przede wszystkim stopień zaangażowania osób z niepełnosprawnością intelektualną oraz zgłaszane przez nich propozycje. Na tym polega włączenie self-adwokatów w działania na ich rzecz. Zajęcia mogą być prowadzone z wykorzystaniem różnorodnych, znanych metod szkoleniowych: miniwykładu, dyskusji, pracy indywidualnej, pracy w grupie, burzy mózgów, wypowiedzi indywidualnej na forum, odgrywania ról w scenkach rodzajowych. Ich konkretne zastosowanie odnajdziesz w scenariuszach. Specyfika ich wykorzystania w pracy z self-adwokatami polega na tym, że:

1. czas przeznaczony na wykonanie zadań/czynności może być dłuższy;
2. instrukcje wykonania zadania/ćwiczenia należy wprowadzać w kilku etapach;
3. opisując zadanie/ćwiczenie należy posługiwać się wieloma przykładami;
4. planując zadanie/ćwiczenie należy uwzględnić umiejętności i możliwości poznawcze każdej osoby z niepełnosprawnością intelektualną; jeśli ktoś nie potrafi pisać lub czytać, a ćwiczenie wymaga akurat tych umiejętności, można podzielić na zespoły uczestników/uczestniczki w taki sposób, by wspierali się nawzajem;
5. osoby z niepełnosprawnością intelektualną mogą nie mieć dużego doświadczenia życiowego, do którego można się odwoływać w omawianiu konkretnych tematów, dlatego w rozmowie z nimi można wykorzystywać np. historie znane z mediów, artykuły prasowe, doświadczenie osób wspierających;
6. duży nacisk należy położyć na element dramy w podejmowanych zagadnieniach. Możliwość „przećwiczenia” zdobytej wiedzy np. w scenkach rodzajowych, pozwoli wczuć się w rolę self-adwokata walczącego o swoje prawa. To bardzo ważny element pracy z self-adwokatami. Podczas zajęć należy stworzyć warunki do występowania osób z niepełnosprawnością intelektualną w omawianych sprawach;

7. każda z metod pracy z osobami z niepełnosprawnością intelektualną powinna mieć ciekawą oprawę, powinna zainteresować uczestników/uczestniczki zajęć, np. do zadania w mniejszych grupach można wykorzystać formułę teleturnieju, konkursu, krzyżówki, kalamburów.

Scenariusze zawierają pytania pomocnicze oraz propozycje komentarzy, opisów w tekście łatwym do czytania i rozumienia. Możesz z nich skorzystać!

Materiały pomocnicze

Wykaz materiałów pomocniczych do konkretnych zajęć znajdziesz w scenariuszach. Większość z nich to materiały biurowe, z których na co dzień korzystasz: flamastry, kartki papieru, flipchart. Niektóre materiały będziesz musiał przygotować wcześniej. Postaraj się, by były one przygotowane w tekście łatwym do czytania i rozumienia. Bardzo pomocne są także gazety, ilustracje, które możesz wykorzystać na wiele sposobów. Zajęcia dotyczące zagadnień prawnych prowadzone są w oparciu o teksty Konstytucji RP i Konwencji o prawach osób z niepełnosprawnościami. Najlepiej, jeśli każdy uczestnik będzie miał swoje teksty tych dokumentów. Konstytucja dostępna jest w wydaniu kieszonkowym, Konwencję można wydrukować, dla wielu osób pomocna będzie jej wersja w tekście łatwym do czytania i rozumienia wydana przez PSOUU i zamieszczona na stronie internetowej.

Ważnym elementem zajęć są Karty Pracy Self-Adwokata, znajdujące się w scenariuszach jako załączniki. Pozwalają na utrwalenie wiedzy, będą pomocne w przypominaniu sobie treści odbytych zajęć, a poprzez konieczność ich systematycznego uzupełniania budują poczucie odpowiedzialności self-adwokata, uczą sumienności.

Komunikacja

Częstą praktyką szkoleniową jest rezygnacja w zwracaniu się do siebie nawzajem z formy Pan/Pani podczas trwania zajęć i przejście na bardziej bezpośrednią formę Ty. Oceń, która z tych form może okazać się bardziej przydatna w Twojej grupie self-adwokatów. Dorosłe osoby z niepełnosprawnością intelektualną bardzo często traktowane są jak dzieci, inni zwracają się do nich po imieniu, infantylizując kontakt z nimi. Jeśli uznasz, że forma zwracania się do siebie po imieniu zmniejszy dystans i pomoże Ci w osiąganiu celów zajęć, to pamiętaj, że zasada ta musi dotyczyć wszystkich, w tym Ciebie jako osoby prowadzącej. Jeśli jesteś już w relacji zawodowej/służbowej z self-adwokatami i oni zwracają się do Ciebie w formie Pan/Pani, a ty do nich po imieniu, to zastanów się nad możliwością zmiany dotychczasowej praktyki. Zajęcia z self-adwokatami to zajęcia z dorosłymi ludźmi, nie jest to odzwierciedlenie relacji nauczyciela i ucznia. Nauczanie osób dorosłych w formie szkoleniowej, warsztatowej, oparte jest na relacjach równościowych prowadzącego i uczestników/uczestniczki zajęć. Oczywiście to Ty prowadzisz zajęcia, kierujesz grupą, masz ostatnie zdanie, jednak pracujesz z pełnoletnimi osobami, które powinny być traktowane z należnym im szacunkiem i podmiotowością.

Prowadząc zajęcia, musisz pamiętać o podstawowych zasadach komunikacji z osobami z niepełnosprawnością intelektualną:

1. Używaj prostego języka, ale wprowadzaj specjalistyczne słownictwo i tłumacz jego znaczenie.
2. Mniej mów, więcej pytaj, ale nie przesłuchuj.
3. Staraj się zadawać pytania otwarte.

4. Upewnij się, że zostałeś zrozumiany.
5. Udzielaj informacji zwrotnych.
6. W każdej grupie są osoby bardziej i mniej aktywne. Postaraj się kierować nie tylko pytania do całej grupy - „jak myślicie”, „powiedzcie”, ale także zadawaj pytania konkretnej osobie, zwracając się bezpośrednio do niej.
7. Czekaj na odpowiedź, poproś innych, by nie odpowiadali i pozwolili wypowiedzieć się osobie, która potrzebuje więcej czasu lub ma trudności komunikacyjne.
8. Prowadź zajęcia tak, by każda osoba miała możliwość osiągnięcia sukcesu.

Przerwy

Proponowany czas zajęć należy dostosować do możliwości grupy, jednak nie powinny one trwać dłużej niż 90 minut jednorazowo. Jeśli robisz przerwę, po powrocie przypomnijcie wspólnie co działo się przed przerwą. Proponuj przerwę z uwzględnieniem biegu zajęć, napięcia, tematu.

Dobre wspieranie

Jeśli pracujesz z grupą self-adwokatów, których dobrze znasz, to prawdopodobnie znasz także ich potrzeby, trudności. Mimo tego, warto zorganizować spotkanie, podczas którego osoby z niepełnosprawnością intelektualną opowiedzą, jakiego wsparcia potrzebują, na czym im zależy w kontakcie z Tobą i innymi osobami biorącymi udział w zajęciach, ale także np. w kontakcie z kadrą placówki, z usług której korzystają na co dzień.

Dobre wspieranie oznacza wsłuchiwanie się w głos osoby z niepełnosprawnością intelektualną, budowanie w niej poczucia wartości, tłumaczenie świata, motywowanie, wskazywanie możliwości. Jak tego dokonać?

1. Uwierzyć w osobę z niepełnosprawnością intelektualną - w jej możliwości, potencjał i prawo do samostanowienia.
2. Słuchać i pomagać powiedzieć osobie z niepełnosprawnością intelektualną to, co ona chce powiedzieć, a nie mówić tego, co samemu się myśli.
3. Być prawdziwie zainteresowanym życiem osoby z niepełnosprawnością intelektualną.
4. Starać się wspierać tak, by osoba z niepełnosprawnością intelektualną wykonywała różne czynności samodzielnie.
5. Umieć czuć, a nie wyprzedzać myśli i działania osoby z niepełnosprawnością intelektualną.
6. Przedstawiać różne możliwości wyboru, ich prawdopodobne konsekwencje, ale nie narzucać swojego zdania.
7. Respektować zdanie osoby z niepełnosprawnością intelektualną, pomagać je zrealizować.
8. Pozwolić osobie z niepełnosprawnością na popełnianie błędów.
9. Budować wzajemne zaufanie.



Zakończenie zajęć

Podsumowanie zajęć pozwoli Ci upewnić się, czy wszyscy zrozumieli ich treść i zapamiętali, co się na nich wydarzyło. Dobrym sposobem jest poproszenie uczestników/uczestniczek o przypomnienie po kolei tego, co działo się na zajęciach - poczynawszy od wejścia do sali. Staraj się nie pominąć żadnego etapu zajęć, naprowadzaj uczestników/uczestniczki na konkretne wykonywane zadanie, np. przypominając czyjeś charakterystyczne zachowanie. Wykorzystuj materiały pomocnicze z zajęć. Podczas podsumowania zajęć przypomnij, jak ważna jest uwaga i skupienie w czasie ich trwania, dzięki czemu można więcej zapamiętać.

Oprócz scenek rodzajowych podczas zajęć spróbuj nakreślić „zadania domowe” dla self-adwokatów, od których sprawdzenia będziesz mógł rozpoczynać kolejne zajęcia. Np. przeprowadzenie rozmowy z rodzicami na temat spędzania czasu wolnego, rozmowa z kierownictwem placówki na temat organizacji dyskoteki, wizyta w urzędzie pracy i rozmowa na temat dostępnych ofert pracy.

Warto postarać się, by zajęcia wywierały realny wpływ na życie osób z niepełnosprawnością intelektualną, by stworzyć im możliwości wykorzystania zdobytych informacji w praktyce.

Powodzenia!

Dorota Tomaszewska

Kto to jest self-adwokat?

1. Cele zajęć

Wiedza

Poznanie i zrozumienie przez uczestników pojęć:

- „self-adwokat”
- „self-adwokaci”

Poznanie zadań jakie stoją przed self-adwokatami

Umiejętności

Nabycie umiejętności mówienia o sobie „Jestem self-adwokatem” oraz innych osobach z grupy „Jesteśmy self-adwokatami”.

Poznanie/identyfikowanie swojej niepełnosprawności.

Poznanie/identyfikowanie swoich potrzeb.

Wartości

Przekonanie uczestników zajęć o możliwości bycia self-adwokatem i wartościach z tego płynących.

2. Czas trwania – 45 minut



3. Materiały

- Flipchart (tablica, arkusz papieru)
- Kartki papieru
- Długopisy
- Flamastry
- Nożyczki
- Karta pracy „SELF-ADWOKAT”
- Zdjęcia twarzy poszczególnych uczestników.

4. Metody pracy

Mini wykład, praca indywidualna (wypełnianie karty pracy „SELF-ADWOKAT”), praca w grupie, burza mózgów, dyskusja, wypowiedź indywidualna na forum.

5. Konspekt zajęć (wypunktowane etapy zajęć)

- Powitanie, przypomnienie ram organizacyjno–czasowych, wprowadzenie do tematu,
- Wspólne definiowanie i przedstawienie pojęć: „self-adwokat”, „adwokat”, „prawo”, „obowiązki”, „zależność”, „niezależność”, „rzecznik własnych praw”, „Rzecznik Praw Obywatelskich”,
- Określanie zadań jakie stoją przed self-adwokatami,
- Praca indywidualna - wypełnianie karty pracy „SELF-ADWOKAT”,
- Podsumowanie zajęć.

6. Przebieg zajęć

Na dzisiejszych zajęciach będziemy rozmawiać o tym, kto to jest self-adwokat.

Będziemy zastanawiać się czy self-adwokat to jest zawód, czy osoba, czy też jakieś zajęcie?

A może tak nazywa się zawód, osoba i zajęcie, które ona wykonuje? Na przykład, wyrzucanie śmieci to nie jest zawód, ale zajęcie, które trzeba wykonać. Odśnieżanie chodnika też nie jest zawodem, ale ktoś musi to zrobić, żeby przejście przez ulice było bezpieczne dla ludzi. Dziś będziemy się zastanawiać kto to jest self-adwokat i czym się zajmuje.

Zajęcia będą trwały 45 minut. Podczas trwania zajęć wszystkich obowiązują wspólnie ustalone zasady (kontrakt).

UWAGA!

Pokazujemy uczestnikom spisany na wcześniejszych zajęciach kontrakt i odczytujemy wszystkie jego punkty.

W pierwszej części zajęć spróbuj wytworzyć atmosferę wzajemnego szacunku i zaufania do wypowiadających się osób. Uczestnicy/uczestniczki powinni mieć przeświadczenie, że ich wypowiedzi są bardzo istotne dla ciebie i bardzo cenne dla omawianego tematu. **W atmosferze swobodnej rozmowy spróbuj razem z grupą zdefiniować pojęcia: „self-adwokat”, „adwokat”, „prawo”, „obowiązki”, „zależność”, „niezależność”, „rzecznik własnych praw”, „Rzecznik Praw Obywatelskich”.** Postaraj się stawiać uczestnikom/uczestniczkom dużo pytań i naprowadzać ich tok myślenia na skojarzenia adekwatne do tematu, staraj się jak najwięcej informacji pozyskać od uczestników.

UWAGA!

Zajęcia powinny być prowadzone w taki sposób, żeby w trakcie ich trwania uczestnicy nabywali przekonanie, że mają już pewną wiedzę a ich wypowiedzi są cenne/wartościowe. Wszystkie wypowiedzi prowadzący lub chętny uczestnik zapisuje na tablicy.

DEFINIOWANIE POJĘCIA ADWOKAT

W trakcie swobodnej rozmowy w grupie nawiązuj do wydarzeń, programów telewizyjnych, czasopism znanych uczestnikom. Zacznij od znanego części osób pojęcia ADWOKAT.

Stawiaj pytania, podawaj różne przykłady dot. adwokatów tak, aby to uczestnicy doprowadzili do jak najbardziej trafnego opisu osoby i zadań adwokata.

Self-adwokat. Z czym kojarzy się to określenie? Czy ktoś ma jakiś pomysł?

A może lepiej zacząć od rozmowy o adwokacie? Jest to osoba, o której czasami słyszymy w telewizji czy w radiu.



PYTANIA POMOCNICZE

Czy ktoś kiedyś już słyszał takie słowo?

Czy self-adwokat to ktoś taki jak adwokat?

A adwokat, czym się zajmuje adwokat?

Czy ktoś oglądał serial „Sędzia Anna Maria Wesołowska”?

O czym on był?

Co tam się działo?

Czy byli tam adwokaci?

Jakie zadanie miał adwokat? Gdzie pracuje adwokat?

Na zakończenie rozmowy o adwokacie zaproponuj, aby jeden uczestnik/uczestniczka narysował adwokata na dużym arkuszu papieru (nie chodzi o walory artystyczne obrazu ale o jego prostotę, która pomoże ci dokonać podsumowania). Podsumuj obraz tak, żeby uczestnicy zajęć zrozumieli, że adwokat to zwykły człowiek, który wyróżnia się wśród ludzi swoją wiedzą i umiejętnościami. Podkreśl to, że adwokat uczył się i przygotowywał się do wykonywania takiego zawodu. Staraj się wyrabiać w uczestnikach/uczestniczkach przekonanie o tym, że ucząc się i rozwijając swoje umiejętności można znaleźć (inną) pracę, można zmieniać swoje życie.

Po wysłuchaniu/zebraniu wiedzy grupy na temat każdego pojęcia, podaj krótką, powszechnie używaną definicję.

Adwokat to osoba, która w ważnych sprawach, zwykle w sprawach sądowych, broni osoby, która jest oskarżana lub atakowana, lub walczy o jakieś swoje prawa. Adwokat to inaczej obrońca. Obrońca, który ma wiedzę i słowami umie obronić drugiego człowieka.

DEFINIOWANIE POJĘCIA SELF-ADWOKAT

Płynnie przejdź do sedna rozmowy o tym, kim jest self-adwokat. Staraj się, żeby definiowanie pojęcia „self-adwokat” nawiązywało do wcześniej poruszanych wątków rozmowy.

Wiemy już co oznacza wyraz „adwokat”, a co oznacza wyrażenie „self-adwokat”?

Kto to jest self-adwokat?

Z czym się kojarzy słowo self? To nie jest polskie słowo. Ono pochodzi z języka angielskiego. Słowo „self” używane jest wtedy, gdy ktoś mówi, że coś robi sam. Na przykład jak po angielsku mówi się „Ja zrobiłem to sam” to używa się słowa „self”.

PYTANIA POMOCNICZE

Kto uczył się angielskiego, albo ogląda dużo zagranicznych filmów?

„Self” - z czym się to kojarzy? To jest trudne słowo, pochodzi z języka angielskiego.

Co to może oznaczać jak połączymy określenie „self” i „adwokat”.

Kto to jest? Czym adwokatem jest self-adwokat? Jak to powiedzieć po polsku?

Czy można powiedzieć, że self-adwokat to jest adwokat samego siebie?

Czy można powiedzieć, że self-adwokat to inaczej bycie adwokatem swoich własnych spraw?

Skojarzenia można ciągnąć dalej, w zależności od aktywności i wiedzy grupy. Wszystkie wypowiedzi dopisuj do tego samego arkusza, na którym został wcześniej narysowany adwokat - dopisując na górze strony przed słowem „adwokat” słowo „self”. Dopisywanie skojarzeń na tym samym arkuszu ma pokazać uczestnikom, że adwokat i self-adwokat to są zwykli ludzie, mający pewną wiedzę i umiejętności. Pamiętaj, żeby zwracać szczególną uwagę na ten aspekt roli adwokata i self-adwokata.

Self-adwokat to osoba z niepełnosprawnością, która sama występuje we własnym imieniu. Umie się wypowiadać i dba o swoje sprawy. To jest osoba, która się uczy jakie ma prawa i jak rozmawiać o swoich sprawach.

DEFINIOWANIE POJĘCIA PRAWO

W naszej rozmowach często mówimy, że adwokat i self-adwokat zajmują się dbaniem o przestrzeganie prawa. Co to jest prawo?

PYTANIA POMOCNICZE

Z czym kojarzy się prawo?

Czy można złamać albo oszukać prawo?

Kto dba o przestrzeganie prawa?

Czy adwokat albo self-adwokat dba o przestrzeganie prawa?

O czyje prawa oni dbają?

Co konkretnie robią te osoby, jak dbają o przestrzeganie prawa?

Gdzie ludzie chodzą bronić swoich praw?

Jakie instytucje, urzędy kojarzą się z prawem?

Czas pracy poświęcony na zbieranie skojarzeń uczestników i uczestniczek zajęć reguluj sam, nawiązuj do wcześniejszych wypowiedzi, do sytuacji, które wydarzyły się poszczególnym osobom, do tego, co dzieje się podczas zajęć. Pamiętaj, żeby wszystkie wypowiedzi spisywać na nowym arkuszu papieru.



Słowo „prawo” jest bardzo ważne dla wszystkich ludzi. Prawo to są zasady – taki kontrakt między ludźmi a państwem, w którym mieszkają. My mieszkamy w Polsce i mamy polskie prawo. Mieszkamy też w Unii Europejskiej i mamy prawo europejskie. Kto mieszka w Ameryce ma prawo amerykańskie. Prawo to określa co ludzie mogą robić, co muszą robić a czego nie mogą. Prawo mówi, że osoba dorosła może brać udział w wyborach. Prawo mówi, że dzieci nie mogą kupować papierosów i alkoholu. Prawo nakazuje ludziom płacić podatki – to są nasze obowiązki. Jakie jeszcze znacie prawa dla dzieci, dla dorosłych, dla osób z niepełnosprawnościami?

DEFINIOWANIE POJĘCIA OBOWIĄZKI (użyj tego samego arkusza co poprzednio)

Prowadząc dyskusję na temat prawa prawdopodobnie pojawiały się wypowiedzi, które dotyczą różnych aspektów życia obywateli. Możliwe, że rozmawialiście o prawie osób z niepełnosprawnościami do renty (o zasiłkach społecznych), o ochronie zdrowia – o prawie do bezpłatnej opieki medycznej, o edukacji i pracy. Jeżeli dotychczas zagadnienia te przedstawiałeś jako prawa, teraz zwróć uwagę grupy, że z tych praw wynikają pewne obowiązki. Spróbuj tak poprowadzić rozmowę, żeby uczestnicy/uczestniczki zapamiętali/zrozumieli, że obowiązki są częścią prawa i są bardzo potrzebne dla lepszego wspólnego życia.

Spisaliśmy już nasze prawa. Prawa pomagają nam lepiej współżyć z innymi ludźmi. Jednak nie tylko prawa pozwalają na lepsze ułożenie wspólnego życia. Częścią prawa są obowiązki obywateli. Jakie to są obowiązki? Jakie macie obowiązki?

PYTANIA POMOCNICZE

Czy w codziennym życiu macie jakieś obowiązki? Jakie?

Dlaczego tak jest, że są prawa i obowiązki?

Czy każda osoba ma prawa i obowiązki?

Czy dzieci mają jakieś prawa?

Czy dzieci mają jakieś obowiązki?

Czy rodzice mają jakieś prawa?

Czy rodzice mają jakieś obowiązki?

Czy osoby z niepełnosprawnościami mają jakieś prawa?

Czy osoby z niepełnosprawnościami mają jakieś obowiązki?

Czy znacie osoby, które nie mają żadnych obowiązków?

Czy takie osoby inni ludzie traktują poważnie?

Obowiązki to zbiór zasad, których musimy przestrzegać. Na przykład dzieci muszą chodzić do szkoły. Ludzie, którzy pracują muszą płacić podatki. Lekarz musi dbać o zdrowie chorego. W domu trzeba sprzątać. W pracy trzeba podpisywać listę obecności.

Dlaczego obowiązki są tak samo ważne jak nasze prawa?

DEFINIOWANIE POJĘCIA ZALEŻNOŚĆ (proszę pisać na nowym arkuszu)

To obowiązki powodują, że jedni ludzie zależą od innych.

Na przykład, dozorca ma obowiązek odśnieżyć chodnik zimą i posypać go piaskiem; jak tego nie zrobi mieszkańcy bloku mogą poślizgnąć się i złamać nogi. Mechanik samochodowy ma taką pracę, że jego obowiązkiem jest naprawianie samochodów. Jak mechanik nie zreperuje naszego samochodu, to nie będziemy mogli wyjechać na urlop. Każdy kto idzie do pracy podpisuje umowę, w której jest napisane jakie ma obowiązki. Rodzice pilnują dzieci i nie mogą one robić tego co chcą. Dzieci zależą od swoich rodziców. Czy dzieci muszą słuchać rodziców, czy też mogą robić wszystko co chcą?

PYTANIA POMOCNICZE

Czy osoby z niepełnosprawnościami mogą robić co chcą, czy też zależą od kogoś?

Jak mieszkacie w domu z rodziną, to możecie robić co chcecie?

Jak nie macie pieniędzy, bo rentę odbiera mama albo tata, to możecie robić co chcecie?

Tak już jest, że każdy człowiek trochę zależy od innych. Najważniejsze jest to, żeby nie być całkowicie uzależnionym od innych ludzi. Bo każdy potrzebuje być też trochę niezależny i samodzielny. Dorośli ludzie i młodzież chcą mieć własne rzeczy, własne zdanie, własne pomysły, własnych znajomych. Zwykle dorośli ludzie chcą sami decydować o sobie.

DEFINIOWANIE POJĘCIA NIEZALEŻNOŚĆ (proszę pisać na tym samym arkuszu co poprzednio)

Każdy z nas potrzebuje trochę niezależności. Sam chce decydować o sobie. Na przykład rodzice czytają gazetę, a ich córka z chłopakiem chcą oglądać telewizję.

PYTANIA POMOCNICZE

Czy można tak zrobić, żeby w tym samym czasie rodzice czytali gazetę a córka z chłopakiem oglądali telewizję?

Jak to zrobić, żeby jedni drugim nie przeszkadzali i każdy robił to co chce?

Jak zrobić, żeby w jednym domu ludzie mieli trochę niezależności od siebie i mogli robić to na co mają ochotę?

Niezależność to inaczej swoboda, samostanowienie, autonomia. Niezależność oznacza, że ktoś umie sam wybierać co chce robić i potrafi też bronić swojego zdania. Osoba taka stara się robić to, co czuje, że jest dla niej dobre. Bycie człowiekiem niezależnym nie jest łatwe, bo trzeba mądrze i samodzielnie wybierać. Nie chodzi o to, żeby robić tylko to co się chce, na przykład tylko odpoczywać. Chodzi o to, żeby samemu rozumieć co dla Ciebie jest ważne i dobre.



PYTANIA POMOCNICZE

Na przykład jeżeli Ania wie i rozumie, że ważne jest dbanie o zdrowie, a jej brat zabronił jej iść do lekarza, to jak Ania powinna postąpić?

Jeżeli Tomek chce iść do pracy, a jego dziewczyna nie chce, żeby on odchodził z warsztatu terapii zajęciowej, to jak Tomek powinien się zachować?

Jeżeli ja chcę kupić nowe meble do domu, a moi znajomi mi odradzają, to jak ja mam postąpić?

Spróbuj poprowadzić rozmowę tak, żeby uzmysłwić uczestnikom, że osoby niezależne choć bronią swojego stanowiska to słuchają innych, rozmawiają z nimi, tłumaczą, dlaczego chcą postąpić tak a nie inaczej.

DEFINIOWANIE POJĘCIA RZECZNIK WŁASNYCH PRAW (proszę pisać na nowym arkuszu)

Zadaniem self-adwokata jest bronienie swojej racji. Self-adwokat ma przekonać innych, że jego zdanie i jego potrzeby są równie ważne jak innych osób. Self-adwokat ma bronić swoich praw. Self-adwokat ma bronić praw wszystkich osób z niepełnosprawnościami. Zadaniem self-adwokata jest rozmawianie, występowanie i przekonywanie do swoich racji.

PYTANIA POMOCNICZE

Jak inaczej można nazwać self-adwokata, który broni praw innych osób?

Jak nazywa się osoba, która występuje i broni praw innych?

Co znaczy, kiedy rodzic mówi, że jest rzecznikiem swojego dziecka?

Co znaczy, kiedy pan/pani prezes mówi, że jest rzecznikiem osób z niepełnosprawnościami?

Self-adwokat to osoba, która jest rzecznikiem własnych praw i własnych spraw. Dla osób z niepełnosprawnościami jest szczególnie ważne to, żeby były poważnie traktowane przez inne osoby. Dlatego jak macie inne zdanie niż rodzice, niż koledzy, niż instruktorzy, to nie możecie być agresywni, trzeba rozmawiać i przekonywać do swojej racji. Trzeba być rzecznikiem własnych spraw i własnych racji. Samemu mówić za siebie. Czasami rodzice lub opiekunowie mówią za osobę z niepełnosprawnością. Nie dają szansy wypowiedzieć się samodzielnie. To nie jest dobre. Rodzice nie wiedzą wszystkiego. Dlatego każdy musi mówić sam za siebie. Jeżeli są jakieś poważne sprawy, dotyczące wielu osób w naszym państwie, na przykład złe traktowanie osób z innych państw, to wtedy jest urzędnik, który występuje w imieniu mieszkańców i broni ich praw.

DEFINIOWANIE POJĘCIA RZECZNIK PRAW OBYWATELSKICH

(proszę pisać na tym samym arkuszu co poprzednio, obok)

PYTANIA POMOCNICZE

Czy ktoś wie, jak nazywa się urzędnik, który występuje w imieniu obywateli?

To jest nazwa związana z byciem rzecznikiem? I to wiąże się z przestrzeganiem prawa wszystkich obywateli danego kraju.

A czy w naszym państwie jest ktoś taki jak Rzecznik Praw Obywatelskich?

Czym on się zajmuje?

O czyje prawa on walczy?

A czy ktoś wie, kto w Polsce jest Rzecznikiem Praw Obywatelskich?

Rzecznik Praw Obywatelskich jest osobą, niezależnym urzędnikiem, do którego można zgłosić różne sytuacje, kiedy nie są przestrzegane prawa obywateli. Jest to osoba, która słucha obywateli i broni naszych interesów. Ponieważ działa dla wszystkich obywateli, dlatego nazywa się Rzecznik Praw Obywatelskich. Rzecznik własnych praw, czyli self-adwokat zajmuje się czym innym niż Rzecznik Praw Obywatelskich. Self-adwokat przede wszystkim dba o to, żeby jego własne prawa nie były łamane. Dbą on również o to, żeby prawa osób niepełnosprawnych było przestrzegane. Self-adwokat, to ktoś taki, kto szanuje swoje prawa i prawa innych osób.

Podsumowanie zajęć

Cały czas rozmawialiśmy o osobach związanych z dbaniem o przestrzeganie prawa. Mówiliśmy o adwokacie i o self-adwokacie. Chcę, żebyście zapamiętali z tego spotkania to, że każda osoba z niepełnosprawnością powinna mówić sama, powinna być swoim własnym adwokatem. Taki adwokat, który broni samego siebie nazywa się self-adwokat. Mówiliśmy też o tym, że adwokat i self-adwokat powinni znać prawo. To samo prawo dotyczy wszystkich osób mieszkających w jednym państwie. Self-adwokat broni samego siebie, można powiedzieć, że jest on rzecznikiem własnych praw. Żeby dobrze bronić swoich praw musi on je dobrze poznać. Self-adwokat musi się uczyć i musi rozmawiać z ludźmi.

Zadaniem self-adwokata jest mówienie głośno o tym, co jest dla niego ważne.

Na zakończenie zajęć poprosz uczestników o wypełnienie karty pracy „SELF-ADWOKAT 1”, a następnie powieszenie prac na ścianie i omówienie dlaczego wybrali takie zachowania bądź umiejętności.

Karta pracy „SELF-ADWOKAT 2” została utworzona z myślą o skłonieniu uczestników/uczestniczek do podjęcia tematu zajęć już po ich zakończeniu, tzw. „praca domowa”. Jeżeli jednak uznasz, że warto omówić ją podczas zajęć, użyj jej po podsumowaniu.



Karta pracy „SELF-ADWOKAT 1”

(w centrum kartki znajduje się schematyczny rysunek osoby)

Przedstawiona osoba jest self-adwokatem. W puste miejsce twarzy narysuj lub wklej swoją twarz. Możesz ją wyciąć ze zdjęcia. Na dole kartki są napisane różne zachowania i umiejętności każdego człowieka. Wybierz i wytnij te, które najbardziej pasują do ciebie, jak będziesz self-adwokatem. Naklej je obok postaci.

Rozmawianie	Płacz	Krzyczenie
Występowanie	Słuchanie	Śpiewanie
Jedzenie	Tańczenie	Rysowanie
Pisanie	Czytanie	Liczenie
Spotykanie się z innymi ludźmi	Uczenie się o sobie	Uczenie się o prawach i obowiązkach

Karta pracy „SELF-ADWOKAT 2”

Uzupełnij zdania.

Kto z twoich znajomych jest self-adwokatem?

.....

.....

.....

.....

Po jakim zachowaniu można poznać self-adwokata?

.....

.....

.....

.....

Czym zajmuje się rzecznik własnych praw?

.....

.....

.....

.....

Czy chcesz być self-adwokatem?

.....

.....

.....

.....

Dorota Tomaszewska

Współpraca self-adwokatów i osób wspierających

1. Cele zajęć

Wiedza

Poznanie i zrozumienie przez uczestników pojęć:

- „opieka”
- „współpraca”
- „relacje partnerskie”
- „pomaganie”
- „wspieranie”
- „osoba wspierająca”

Poznanie i uświadomienie różnych sytuacji, w których ludzie potrzebują pomocy.

Uświadomienie uczestnikom potrzeby wsparcia w różnych sytuacjach.

Umiejętności

Nabycie umiejętności odróżniania wspierania od opieki.

Nabycie umiejętności mówienia o wspieraniu.

Nabycie umiejętności proszenia o pomoc.

Wartości

Przekonanie uczestników zajęć o potrzebie współpracy i współdziałania z innymi osobami.

Pokazanie uczestnikom różnych rodzajów relacji i uświadomienie wartości relacji partnerskich.



2. Czas trwania – 90 minut

3. Materiały

- Flipchart (tablica, arkusz papieru)
- Kartki papieru
- Długopisy
- Flamastry
- Nożyczki
- Karta pracy „MOJA OSOBA WSPIERAJĄCA”

4. Metody pracy

Mini wykład, praca indywidualna (wypełnianie karty pracy „MOJA OSOBA WSPIERAJĄCA”), praca w grupie, burza mózgów, dyskusja, wypowiedź indywidualna na forum, scenki dramatyczne.

5. Konspekt zajęć (wypunktowane etapy zajęć)

- Powitanie, przypomnienie ram organizacyjno – czasowych, wprowadzenie do tematu.
- Wspólne definiowanie pojęć: „opieka”, „pomaganie”, „wspieranie”, „osoba wspierająca” w oparciu m.in. o rozmowę w grupie i odgrywane scenki dramatyczne.
- Ćwiczenie zachowania w sytuacji kiedy trzeba prosić kogoś o pomoc.
- Praca indywidualna - wypełnianie karty pracy „MOJA OSOBA WSPIERAJĄCA”.
- Podsumowanie zajęć.

6. Przebieg zajęć

Na dzisiejszych zajęciach będziemy rozmawiać o osobach, które wam pomagają i was wspierają w codziennym życiu. Zajęcia będą trwały 90 minut. Podczas trwania zajęć wszystkich obowiązują wspólnie ustalone zasady (kontrakt).

UWAGA!

Pokazujemy uczestnikom spisany na wcześniejszych zajęciach kontrakt i odcytujemy wszystkie jego punkty.

Wokół nas jest dużo różnych osób. Mamy rodziny, rodziców, rodzeństwo, niektórzy dziadków, wujków, ciocię i inne osoby z rodziny. Mamy też opiekunów, na przykład jak ktoś był na wycieczce to pewnie miał opiekuna grupy, jak ktoś ma młodsze rodzeństwo to czasami opiekuje się maluchem i sam jest opiekunem. Jak ktoś był w szpitalu to miał opiekę lekarską. Jak byliśmy dziećmi to też się nami opiekowano. Na przykład w przedszkolu są panie przedszkolanki i panie opiekunki. Jak ktoś nie ma już rodziców, bo wcześniej zmarli, to mogło się tak zdarzyć, że siostra albo brat został opiekunem tej osoby. Czasami mówi się, że osobami z niepełnosprawnościami trzeba się opiekować. Czy kiedyś ktoś słyszał taką wypowiedź?

Rozpocznij swobodną rozmowę z grupą na temat opieki nad osobami z niepełnosprawnościami. Kiedy uczestnicy/uczestniczki wypowiedzą się, narysuj na tablicy człowieka (postać, która może symbolizować każdą z osób uczestniczących w zajęciach) i poprowadź rozmowę tak, żeby uczestnicy/uczestniczki zaczęli samodzielnie wymieniać osoby, które są wokół nich i które im pomagają/bądź mogą pomóc – możesz zacząć od środowiska rodzinnego, następnie poprzez środowisko placówki, z której korzystają poszczególni uczestnicy/uczestniczki i zakończyć na pracownikach i wolontariuszach z miejsc użyteczności publicznej. Wszystkie osoby zapisuj/bądź rysuj wokół wcześniej narysowanej postaci – wybierz formę w zależności od tego, ile osób w grupie potrafi czytać. Poprzez to ćwiczenie postaraj się uświadomić uczestnikom/uczestniczkom, że wokół nich jest wiele osób, które mogą im pomagać i jest wiele sytuacji, kiedy ludzie potrzebują pomocy drugiej osoby. Kiedy już powstaną rysunek/lista pomagających, poprowadź rozmowę z grupą tak, żeby poszczególne osoby dzieliły się swoim doświadczeniem, jak inni im pomagają albo jak oni pomagają innym. Następnie spróbuj uzyskać od grupy informację na temat tego, czy pomaganie znaczy to samo co opiekowanie się kimś. Czy pomaganie ma coś wspólnego ze wspieraniem bądź współpracą.

Uważaj i szczególnie podkreślaj wszystkie wypowiedzi, które pozwolą Ci pokazać uczestnikom/uczestniczkom jakie są różnice pomiędzy pomocą, opieką, wsparciem i współpracą.

PYTANIA POMOCNICZE

Czy znacie osoby, które potrzebują czyjejs pomocy?

Kto zwykle pomaga nam, jak mamy jakiś problem?

Na czyją pomoc możesz liczyć, kiedy masz problem?

Czy wśród waszych znajomych są osoby z niepełnosprawnościami, którymi trzeba się opiekować lub którym trzeba pomagać?

W jakich sytuacjach te osoby potrzebują pomocy?

W jakich sytuacjach każdy z was potrzebuje pomocy?

Czy małe dzieci potrafią wszystko zrobić same, czy potrzebują pomocy dorosłego?

Czy starsze osoby mają siłę wszystko zrobić same, czy potrzebują pomocy kogoś młodego?

Czy ktoś zna osobę, która sama sobie ze wszystkim radzi?

W każdym domu jest dużo obowiązków, czy ktoś może sobie poradzić sam ze wszystkim?

Czy rodzina lub osoby mieszkające razem pomagają sobie, czy każdy zajmuje się tylko swoimi sprawami?



Jak są różne zajęcia, np. plastyczne, kulinarne, stolarskie to czy każdy umie wszystko zrobić sam, czy często potrzeba pomocy drugiej osoby?

Kto w warsztacie/szkole może wam pomóc kiedy macie trudności i nie możecie sobie z czymś poradzić?

Czy w różnych miejscach spędzania czasu wolnego, np. w kawiarni albo w kinie są osoby, które mogą wam pomóc załatwić jakąś sprawę? Jakie to są osoby?

Czy ktoś zna określenie „wolontariusz”?

Co to znaczy, że ktoś jest wolontariuszem? Co wolontariusz robi dla innych ludzi?

W dalszej części rozmowy spróbuj razem z grupą zdefiniować pojęcia:

- opieka
- pomaganie
- wspieranie
- osoba wspierająca

Jak już mówiliście, są różne sytuacje, w których potrzebujemy pomocy. Są osoby, które tej pomocy potrzebują przez cały czas. Ale też są osoby, które tylko czasami potrzebują, żeby ktoś im pomógł. Jedni potrzebują pomocy przy robieniu zakupów, a drudzy przy gotowaniu. Jedni lepiej sobie dają radę z rozmową z obcą osobą, a inni są nieśmiali i nie potrafią mówić przy obcych ludziach. W naszym życiu są różne sytuacje. Jedni ludzie potrzebują więcej pomocy, a drudzy dużo mniej.

Są różne sytuacje i różne sposoby pomagania. Można się kimś opiekować, cały czas dbać o niego i zapewniać mu wszystko czego potrzebuje. Można tylko czasami coś zrobić dla drugiego człowieka, na przykład kupić chleb albo wyrzucić śmieci. Można też poświęcać komuś dużo czasu, dużo z nim rozmawiać i kiedy ma jakiś problem to wspierać go, żeby starał się go rozwiązać. Teraz będziemy odgrywać scenki, w których pokażecie różne rodzaje pomocy. Zapraszam chętne osoby do zagrania w scenkach. Zadaniem grupy jest odgadnąć, co robi jedna osoba wobec drugiej. Czy jej pomaga, czy się nią opiekuje, czy też ją wspiera?

W odgrywaniu scenek chodzi o pokazanie różnic, które odróżniają od siebie pojęcia:

- opieka
- pomaganie
- wspieranie

Spróbuj wymyślić takie scenki, w których będą mogli wziąć udział wszyscy chętni.

PROPOZYCJE SCENEK

OPIEKA – jedna osoba leży – ma zabandażowaną głowę i trzyma termometr w buzi, nad nią stoi osoba, która głaszcze ją po ręce, podaje wodę do picia, kładzie kompres na głowę itp.

POMAGANIE (POMOC) – jedna osoba, lekko pochylona z laską próbuje podnieść torbę z zakupami, druga osoba podchodzi do niej bierze pod rękę i niesie zakupy.

WSPIERANIE – jedna osoba siedzi i płacze, a druga pochyla się nad nią i ją obejmuje, głaszcze, pociesza, zachowuje się tak, jakby coś tłumaczyła.

Scenek może być wiele, dopóki grupa chce brać udział w zabawie, warto ją kontynuować.

Zadaniem grupy jest odgadnięcie, która scenka przedstawia opiekę, która pomaganie, która wspieranie.

Podziel tablicę na cztery części (linią pionową i poziomą) i w każdej z nich napisz po jednym pojęciu: opieka, pomaganie, wspieranie, jedno pole zostaw wolne – w takcie zajęć napiszesz na nim „OSOBA WSPIERAJĄCA”

UWAGA!

Zajęcia powinny być prowadzone w ten sposób, żeby w trakcie ich trwania uczestnicy/uczestniczki nabywali przekonania, że mają już pewną wiedzę i ich wypowiedzi są cenne i wartościowe dla prowadzącego.

Jeżeli masz możliwość korzystania z dwóch tablic, jedną wykorzystuj jako podstawowe miejsce zapisywania/rysowania, a drugą jako miejsce na spisywanie wypowiedzi uczestników, które w jakiś sposób dotyczą tematu, ale nie są istotne w danym momencie dyskusji. Będziesz mógł się odwołać do nich i wykorzystać w dowolnym momencie zajęć.

DEFINIOWANIE POJĘCIA OPIEKA

Po obejrzeniu scenek widzicie, że czym innym jest opieka a czym innym pomaganie lub wspieranie kogoś. Czasami człowiek potrzebuje opieki, a czasami pomocy lub wsparcia. Jakie są różnice między tymi scenkami?

Spróbuj uzyskać jak najwięcej informacji od grupy i wpisuj istotne informacje w przygotowane pola na tablicy. Zwracaj uwagę na relacje między osobami przedstawianymi w scenkach, na ich postawę (leży, siedzi, stoi, obie osoby są na tej samej wysokości, jedna góruje nad drugą itd.) oraz sposób komunikowania się między sobą.



Po wyczerpaniu wypowiedzi uczestników/uczestniczek poproś, żeby ktoś z uczestników podsumował, jakie widzi różnice między pomocą, opieką a wspieraniem.

Opieka to taka forma pomocy drugiej osobie, która zakłada, że opiekun wie lepiej, co jest dobre dla tego kim się opiekuje. To opiekun jest osobą, która decyduje co może robić, co może jeść albo pić jego podopieczny. Opieka jest potrzebna ludziom wtedy, gdy nie mogą zająć się sobą, sami nie mogą nic zrobić.

Przeprowadź krótką rozmowę o tym, w jakich sytuacjach opieka jest korzystna dla podopiecznego a w jakich nie jest.

DEFINIOWANIE POJĘCIA POMAGANIE

Czy pomaganie drugiej osobie to zawsze musi być opieka, czy też może to wyglądać inaczej?

Jakie znacie zwykle sposoby pomagania innym ludziom?

Pomaganie innym ludziom wiąże się ze zrozumieniem, że są w trudnej sytuacji i potrzebują pomocy. Kiedy jest wypadek na ulicy, to szybko dzwonimy po karetkę, bo chcemy tym ludziom pomóc. Chcemy, żeby lekarz udzielił im pomocy. Wiemy, że mogło stać się coś złego i dlatego chcemy pomóc. Kiedy jest wielka burza i wiatr zrywa dachy z domów to jedni ludzie pomagają drugim. Ludzie robią to, bo wiedzą, że bez dachu nad głową ani dorośli ani dzieci nie będą mogli spokojnie mieszkać. Trzeba im pomóc, żeby mogli znowu mieszkać w swoim domu. Jakie są jeszcze przykłady pomagania innym ludziom?

PYTANIA POMOCNICZE

Co znaczy określenie pierwsza pomoc?

Co znaczy określenie pomoc drogowa?

Co znaczy określenie pomoc sąsiedzka?

Czym zajmuje się Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy?

Czym różni się pomoc/pomaganie od opieki?

Czy pomoc trwa długo czy krótko?

Czy ten kto pomaga decyduje za drugą osobę o tym co ma robić?

Czy znacie jakieś osoby, które pomagają osobom z niepełnosprawnościami?

Czy ktoś z was pomaga innym ludziom? Komu pomagacie?

Czy teraz dużo ludzi pomaga innym? Dlaczego tak jest?

DEFINIOWANIE POJĘCIA WSPIERANIE

Czasami w naszym życiu są takie sytuacje kiedy nie potrzebujemy pomocy, ale rozmowy, wysłuchania, wsparcia. Potrzebujemy, żeby ktoś nam doradził, co mamy robić albo przytulił i poklepał po ramieniu. Nie chcemy wtedy, żeby ktoś zrobił coś za nas, ale żeby dodał nam otuchy, żebyśmy sami mogli coś zrobić.

Wspieranie innych ludzi jest możliwe tylko wtedy, gdy rozmawiamy z nimi i słuchamy co mają do powiedzenia. Wspiera się ludzi, żeby zrobili to co sami chcą.

PYTANIA POMOCNICZE

Czy ktoś ma taką osobę, która umie wspierać w trudnych momentach?

Jak ludzie mogą nas wspierać?

Jak się zachowują osoby wspierające?

Jak nazwać taką osobę, która wspiera innego człowieka?

DEFINIOWANIE POJĘCIA OSOBA WSPIERAJĄCA

Tego, kto nas wspiera nazywamy „osobą wspierającą”. Wpisuję tę nazwę do ostatniego pustego pola. Chcę, żebyście teraz powiedzieli mi, co taka osoba może robić, a czego nie może robić wobec innych osób.

W tej części rozmowy chodzi o naświetlenie relacji, jaka powinna panować między osobą wspierającą a osobą korzystającą ze wsparcia. Relacja ta powinna być jak najbardziej partnerska i opierać się na wzajemnym słuchaniu, rozumieniu, informowaniu, wyjaśnianiu różnych zdarzeń i sytuacji, naświetlaniu następstw pewnych decyzji, wspólnym podejmowaniu decyzji itp.

PYTANIA POMOCNICZE

*Jak powinna zachowywać się osoba wspierająca? (Nie pozwól na zamknięcie odpowiedzi w słowie „dobrze”. **Dopytuj aż do momentu kiedy zaczną padać bardziej konkretne i rzeczowe odpowiedzi.**)*

*Jak powinna wyglądać osoba wspierająca? (**Podkreśl szacunek, który wyraża się poprzez ubiór odpowiedni do sytuacji.**)*

*Czy osoba wspierająca może również opiekować się tym, kogo wspiera? (**Podkreśl, że czasami jest to konieczne, bo każdemu może się zdarzyć sytuacja kiedy zachoruje, poczuje się źle albo będzie bardzo słaby.**)*

*Czy osoba wspierająca może zabraniać robienia czegoś, na przykład głośnego mówienia podczas zajęć? (**Podkreśl rolę wspierającego, jako tego kto ma informować i towarzyszyć a nie zabraniać.**)*

Czy osoba wspierająca może nakazać coś zrobić, na przykład położyć się spać o godz. 22.00?



Osoby, które nas wspierają są bardzo ważnymi osobami. Dlatego trzeba dbać o dobre kontakty z nimi. Czasami ludziom z niepełnosprawnościami wydaje się, że nie potrzebują niczyjej pomocy, że sami dadzą radę wszystko zrobić. Ale w życiu są różne sytuacje. Idziesz do łazienki i zatrzasną się drzwi. Samemu jest trudno sobie z tym poradzić, prawda? Potrzeba pomocy. A jak sytuacja jest bardziej skomplikowana? Na przykład chodzi o rozmowę z kierownikiem w pracy. Co wtedy lepiej zrobić – porozmawiać z osobą wspierającą i przygotować się, czy zrobić wszystko samemu? Pomyślcie o tym, dlaczego tak ważne są osoby wspierające.

Na zakończenie zajęć proponuję, żeby każdy odegrał scenkę, jak prosi o pomoc jakąś obcą osobę lub znaną osobę wspierającą. Będziecie teraz losować kartki, gdzie są polecenia kogo i o co macie poprosić.

PROPOZYCJE SCENEK

Poproś sprzedawcę w sklepie, żeby przeczytał ci, co jest napisane na opakowaniu budyniu.

Poproś listonosza, żeby wziął od ciebie list i wysłał go na pocztę.

Poproś brata, żeby pościelił twoje łóżko.

Poproś siostrę, żeby doradziła ci, jaki prezent kupić dla rodziców.

Poproś osobę wspierającą, żeby wytłumaczyła ci, jak zachować się na konferencji.

Poproś osobę wspierającą, żeby pomogła ci przygotować się do rozmowy o pracę.

Poproś koleżankę, żeby poszła z Tobą do kina.

Poproś ulubionego aktora, żeby dał ci autograf.

Karta pracy „MOJA OSOBA WSPIERAJĄCA”

Uzupełnij zdania.

Kto z twoich znajomych pomaga ci w trudnych sytuacjach?

.....

.....

.....

.....

Kto jest dla ciebie osobą wspierającą?

.....

.....

.....

.....

Jak zachowuje się wobec ciebie twoja osoba wspierająca?

.....

.....

.....

.....

Czy możesz zaufać swojej osobie wspierającej?

.....

.....

.....

Czy twoja osoba wspierająca ufa tobie?

.....

.....

.....

Dorota Tomaszewska

Dostęp do informacji – teksty łatwe do czytania

1. Cele zajęć

Wiedza

Poznanie źródeł informacji (TV, radio, prasa, spotkania z ludźmi).

Poznanie kilku publikacji lub tekstów tworzonych w sposób łatwy do czytania i zrozumienia.

Poznanie znaku symbolizującego tekst napisany w sposób łatwy do czytania i zrozumienia.

Umiejętności

Wskazanie przynajmniej dwóch programów informacyjnych w telewizji.

Wskazanie przynajmniej dwóch czasopism, w których osoby z niepełnosprawnościami mogą znaleźć ważne dla nich informacje.

Wskazanie przynajmniej jednego programu informacyjnego w radiu.

Nabywanie umiejętności zdobywania informacji.

Wartości

Uświadomienie uczestnikom zajęć konieczności korzystania z informacji.

Uświadomienie znaczenia posiadania informacji dla lepszej realizacji własnych celów i zaspokajania swoich potrzeb.

Uświadomienie konieczności stawiania i zadawania pytań, żeby uzyskać potrzebne informacje.

2. Czas trwania – 90 minut



3. Materiały

- Flipchart (tablica, arkusz papieru)
- Kartki papieru, długopisy
- Flamastry
- Nożyczki
- Karta pracy „ZDOBYWANIE INFORMACJI”
- Projektor
- Prezentacja „Źródła informacji”
(dostępna na stronie PSOUU – <http://www.psouu.org.pl/self-adwokaci-prezentacje>)

4. Metody pracy

Prezentacja multimedialna, mini wykład, praca indywidualna (wypełnianie karty pracy „ZDOBYWANIE INFORMACJI”), praca w grupie, burza mózgów, dyskusja, wypowiedź indywidualna na forum.

5. Konspekt zajęć (wypunktowane etapy zajęć)

Powitanie, przypomnienie ram organizacyjno-czasowych, wprowadzenie do tematu.

Wspólne definiowanie i przedstawienie pojęć: „informacje”, „ważne informacje”, „źródła informacji”, „tekst łatwy do czytania i zrozumienia”.

Przedstawienie 2-3 publikacji lub tekstów napisanych w sposób łatwy do czytania i zrozumienia (dostępne na stronie PSOUU - <http://www.psouu.org.pl/publikacje-wai>) i porównanie ich ze zwykłymi tekstami.

Przedstawienie prezentacji pt. „Zdobywanie informacji”.

Praca indywidualna - wypełnianie karty pracy „ZDOBYWANIE INFORMACJI”.

6. Przebieg zajęć

Dzisiejsze zajęcia będą poświęcone sposobom w jaki możemy dowiedzieć się czegoś nowego, jak zdobyć potrzebne nam informacje. Wiecie, że lepiej rozmawia się z osobą, która zna się na jakimś temacie. Czasami mówi się o człowieku, że zna się na rzeczy, czyli ma potrzebne informacje. Jak chcesz kupić nowy telewizor, to lepiej porozmawiać o tym ze sprzedawcą w sklepie RTV niż z panią kelnerką w restauracji. Ale jak chcesz zjeść coś dobrego, to wtedy pytasz kelnerkę a nie sprzedawcę telewizorów, prawda? Jedna osoba potrzebuje informacji o tym, gdzie kupić bilety na autobus, a druga o tym, gdzie leży apteczka. Jeden pyta o to, która godzina, bo chce zdążyć na pociąg, a drugi pyta, gdzie jest łazienka, bo chce z niej skorzystać. Tak jest w życiu, że każdy człowiek potrzebuje jakichś informacji. I właśnie o tym, jak zdobyć takie informacje, będziemy mówili na dzisiejszych zajęciach. Będą też ćwiczenia zdobycia jakiejś konkretnej informacji.

Zajęcia będą trwały 90 minut. Podczas trwania zajęć wszystkich obowiązują wspólnie ustalone zasady (kontrakt).

UWAGA!

Pokazujemy uczestnikom spisany na wcześniejszych zajęciach kontrakt i odczytujemy wszystkie jego punkty.

W pierwszej części zajęć spróbuj wytworzyć atmosferę wzajemnego szacunku i zaufania do wypowiadających się osób. Uczestnicy/uczestniczki powinni mieć przeświadczenie, że ich wypowiedzi są bardzo istotne dla ciebie i bardzo cenne dla omawianego tematu. W **atmosferze swobodnej rozmowy spróbuj razem z grupą zdefiniować pojęcia: „informacja”, „ważne informacje”, „źródła informacji”, „tekst łatwy do czytania i rozumienia”**. Postaraj się stawiać uczestnikom/uczestniczkom dużo pytań i naprowadzać ich tok myślenia na skojarzenia adekwatne do tematu, staraj się jak najwięcej informacji pozyskać od grupy.

UWAGA!

Zajęcia powinny być prowadzone w taki sposób, żeby w trakcie ich trwania uczestnicy/uczestniczki nabywali przekonania, że mają już pewną wiedzę a ich wypowiedzi są cenione/wartościowe.

DEFINIOWANIE POJĘCIA „INFORMACJA”

W trakcie swobodnej rozmowy w grupie, nawiązuj do wydarzeń, programów telewizyjnych, czasopism znanych uczestnikom. Zacznij od znanego większości pojęcia WIADOMOŚCI (nawiąż do programu telewizyjnego, zadaj pytanie dlaczego ten program ma taki tytuł). **Stawiaj pytania, podawaj różne przykłady dotyczące informacji.**

Zacznijmy od zastanowienia się co to właściwie jest „informacja”? A może lepiej spytać: czym jest informacja? Niektórzy z was oglądają telewizję, tam są różne programy, na przykład programy dla dzieci, seriale, wiadomości. W których programach jest przekazywanych najwięcej informacji?

PYTANIA POMOCNICZE

Czy słowo „wiadomości” znaczy to samo co „informacje”?

Dlaczego ludzie oglądają telewizję?

Dlaczego ludzie słuchają radia i czytają gazety?

Po co dzieci chodzą do szkoły a dorośli na różne szkolenia albo kursy?

(Jeżeli uczestnicy będą mówili o zdobywaniu wiedzy, warto przekazać im informację o tym, jak przebiega proces od uzyskania informacji do nabycia wiedzy na dany temat.)

Czego dowiadujemy się podczas różnych zebrań, na przykład w warsztacie albo w pracy?

Po co ludziom potrzebne są informacje?



Czy można kupić dobry towar/sprzęt jak się o nim nic nie wie?

Skąd wiemy o tym, że coś dzieje się na naszym osiedlu/w naszej miejscowości/gminie?

Po co organizuje się spotkania z rodzicami/politykami/artystami?

Na zakończenie rozmowy o informacjach zaproponuj, aby jeden uczestnik napisał na tablicy słowo „INFORMACJE” a inni podawali swoje skojarzenia.

Po wysłuchaniu i zebraniu wiedzy grupy na temat każdego pojęcia, podaj krótką, powszechnie używaną definicję.

Informacja to taka wiadomość, dzięki której mamy większą wiedzę i możemy wykonać jakieś zadanie. Informacje są nam potrzebne, żeby dobrze zrobić to co chcemy.

Na przykład idziemy do sklepu po zakupy i musimy dowiedzieć się czy wystarczy nam pieniędzy. Potrzebujemy informacji o tym, ile kosztuje chleb i mleko. Czyli informacją dla nas będą słowa sprzedawcy. Informacją mogą też być dźwięki albo zapachy. Idziemy na koncert i nie mamy zegarka. Wchodzimy do budynku i słyszymy muzykę. Czy to jest jakaś informacja? Tak, to znaczy, że koncert się już zaczął, a my się spóźniliśmy.

A teraz inna sytuacja. Idziemy z koleżanką lub kolegą do restauracji. Wchodzimy do sali a tam czuć zapach spalenizny. Czy to jest dla nas jakaś informacja? Tak, coś się przypaliło albo coś się pali i trzeba szukać innego lokalu.

DEFINIOWANIE POJĘCIA „WAŻNE INFORMACJE”

Kontynuuj rozmowę i postaraj się doprowadzić grupę do wniosków, że nie wszystkie informacje są tak samo ważne i że informacje mają różną wagę dla różnych osób.

PYTANIA POMOCNICZE

Czy wszystkie informacje, które widzicie w programach informacyjnych albo w gazetach są dla was tak samo ważne?

Czy wasi znajomi, rodzice interesują się wszystkim co się dzieje, czy tylko niektórymi sprawami, na przykład polityką albo sportem, albo pogodą?

Czy dla osób z niepełnosprawnościami jest ważne to samo co dla małych dzieci?

Czy wszyscy ludzie są tak samo zainteresowani podjęciem pracy?

Dlaczego nie wszyscy ludzie uprawiają sport?

Dlaczego niektóre osoby nie chodzą na wybory?

Dlaczego jedni ludzie oglądają telewizję a inni nie?

Rozmowę zakończ pytaniem o to, które informacje są szczególnie ważne dla uczestników/uczestniczek zajęć. Spróbuj ukierunkować rozmowę w stronę tematów związanych z codziennymi wydarzeniami w życiu osób z niepełnosprawnością intelektualną oraz w stronę polityki społecznej, szczególnie spraw dotyczących osób z niepełnosprawnościami.

DEFINIOWANIE POJĘCIA „ŹRÓDŁA INFORMACJI”

W definiowaniu tego pojęcia szczególnie ważne jest uświadomienie uczestnikom tego, z jak wielu miejsc mogą czerpać informację, czyli jak wiele jest jej źródeł.

Mówiliśmy już dziś o tym, że informacje można zdobyć w różny sposób, na przykład obejrzeć „Wiadomości” w telewizji, spotkać się z kimś i porozmawiać, przeczytać gazetę. Proszę was, żebyście jeszcze raz powiedzieli, skąd ludzie biorą/czerpią informacje.

PYTANIA POMOCNICZE

Skąd wiemy jaka będzie jutro pogoda?

Skąd mogę dowiedzieć się, czy w kinie grają jakiś ciekawy film?

W jaki sposób są przekazywane informacje o ciekawych koncertach? Skąd wiem, że w naszym mieście będzie koncert muzyki disco polo?

Masz podwyższoną temperaturę i boli cię głowa. Jak możesz dowiedzieć się co ci dolega?

Skąd wiemy, co wydarzyło się w innym mieście lub w innym kraju?

Kto i jak informuje ludzi co dzieje się w Sejmie?

Jak możemy dowiedzieć się o tym, co wydarzyło się dawno temu, na przykład co przeżyli ludzie podczas II Wojny Światowej? (Spróbuj uświadomić istnienie prywatnych listów i pamiętników, które też stanowią źródła informacji)

Te wszystkie miejsca, publikacje, programy, z których zdobywamy informacje są nazywane ŹRÓDŁAMI INFORMACJI.

DEFINIOWANIE POJĘCIA „TEKST ŁATWY DO CZYTANIA I ZROZUMIENIA”

Wśród źródeł informacji znalazły się też gazety, listy, pamiętniki. Mogą to też być osobiste notatki albo książki, na przykład wspomnienia z wycieczki do innego kraju. Ludzie, którzy lubią czytać, mają najwięcej informacji właśnie z takich tekstów. A co zrobić, kiedy ktoś ma trudności z czytaniem, a chce czytać? Co można zrobić, żeby tekst w gazecie lub w książce był łatwiejszy? Czy znacie jakiś sposób, żeby tekst był łatwiejszy do przeczytania i zrozumienia?

Prowadź dyskusję w kierunku uświadomienia grupie różnych sposobów zapisania tekstu, tak jak np. w komiksie, w książce, w gazecie (tabloidzie).

PYTANIA POMOCNICZE

Czy łatwiej czyta się grubą książkę, gdzie jest dużo tekstu, czy gazetę z fotografiami i z rysunkami?

Czy łatwiej czyta się list, który jest napisany dużymi literami, czy taki z małymi literkami pisanymi w pośpiechu?

Czy łatwiej czyta się tekst, kiedy zdania są krótkie czy długie?

Który tekst jest bardziej czytelny – czy ten napisany bardzo małą czcionką (ledwo widoczne litery), czy ten, który jest napisany większą czcionką (większe litery)?

Co wolicie czytać – tekst, pisany bardzo ciasno (jedno zdanie pod drugim, bez żadnej przerwy), czy tekst pisany luźno (między tekstem są duże odstępy i lepiej widać każdą linijkę tekstu)?

Tekst, który jest napisany w sposób przejrzysty, ma krótkie zdania, są w nim obrazki lub zdjęcia, które pokazują to, co jest napisane, wyrazy w zdaniach są zrozumiałe i proste, litery są odpowiednio duże, a między kolejnymi liniami tekstu są większe przerwy - tak napisany tekst nazywa się „tekstem łatwym do czytania i zrozumienia”.

Pokażę wam teraz kilka książek i kilka artykułów. Waszym zadaniem jest wybrać te książki i te artykuły, które są napisane w sposób „łatwy do czytania i zrozumienia”.

Jeżeli nie masz dostępu do publikacji przygotowanych w tekście łatwym do czytania i wydanych przez PSOUU, skorzystaj z materiałów umieszczonych na stronie <http://www.psouu.org.pl/publikacje-wai> lub z artykułów znajdujących się w czasopiśmie „Społeczeństwo dla Wszystkich”.

Podsumujmy: tekst łatwy do czytania i zrozumienia to taki tekst, który:

- jest napisany dużymi literami,*
- zdania są krótkie i napisane prostym językiem,*
- między kolejnymi liniami tekstu są przerwy,*
- obok zdań są rysunki lub zdjęcia, które pokazują to, co jest napisane,*
- tekst nie jest zbyt długi.*

Podsumowanie zajęć przeprowadź podczas pokazywania prezentacji pt. „Zdobywanie informacji”. Po pokazaniu slajdu i krótkim omówieniu go, pozwól aktywnym uczestnikom/uczestniczkom na swobodne zadawanie pytań dotyczących tego, co jest na slajdzie.

Zajęcia zakończ prośbą o wypełnienie karty pracy „ZDOBYWANIE INFORMACJI”.

Karta pracy „ZDOBYWANIE INFORMACJI”

Uzupełnij zdania.

Skąd mamy informacje? Jakie są źródła informacji?

.....

.....

.....

.....

Po co ludziom są potrzebne informacje?

.....

.....

.....

.....

Jakie informacje są ważne dla osób z niepełnosprawnością intelektualną?

.....

.....

.....

.....

Kto może ci pomóc zdobyć ważne informacje?

.....

.....

.....

.....

Dorota Tomaszewska

Rozwój człowieka

1. Cele zajęć

Wiedza

Przypomnienie i utrwalenie wiedzy o podstawowych etapach rozwoju człowieka.

Przypomnienie i utrwalenie wiedzy o różnych oczekiwaniach społecznych wobec osób w różnym wieku.

Umiejętności

Samodzielne określenie etapu rozwoju, na którym znajduje się uczestnik/uczestniczka zajęć oraz inne osoby.

Wartości

Uświadomienie uczestnikom/uczestniczkom etapu rozwoju, na którym się znajdują.

Lepsze poznanie przez uczestników/uczestniczki etapu rozwoju różnych osób.

2. Czas trwania – 45 minut

3. Materiały

- Flipchart (tablica, arkusz papieru)
- Kartki papieru
- Długopisy
- Flamastry
- Zdjęcia uczestników zajęć
- Zdjęcia osób w różnym wieku (np. wycięte z kolorowych czasopism)
- Karta pracy „ROZWÓJ CZŁOWIEKA”



4. Metody pracy

Mini wykład, praca w grupie, scenki dramatowe, praca indywidualna (wypełnianie karty pracy „ROZWÓJ CZŁOWIEKA”), burza mózgów, dyskusja, wypowiedź indywidualna na forum.

5. Konspekt zajęć (wypunktowane etapy zajęć)

Powitanie, przypomnienie ram organizacyjno–czasowych, wprowadzenie do tematu.

Rozmowa o tym, co to znaczy, że człowiek się rozwija.

Tworzenie tzw. linii życia i określanie przez uczestników, w którym miejscu rozwoju człowieka znajdują się teraz.

Przedstawianie przez uczestników/uczestniczki scenek dramatowych obrazujących zachowania ludzi w różnym wieku i w różnym miejscu.

Praca indywidualna - wypełnianie karty pracy „ROZWÓJ CZŁOWIEKA”.

Przekazanie uczestnikom/uczestniczkom publikacji „Jestem dorosły. Chcę tak żyć!” (dostępna na stronie PSOUU <http://www.psouu.org.pl/publikacje-wai>).

6. Przebieg zajęć

Sugerujemy, żeby zajęcia dotyczące tematyki „Rozwoju człowieka” były jednymi z pierwszych przeprowadzanych z grupą osób z niepełnosprawnością intelektualną, które zamierzają zostać self-advokatami. Możliwe więc jest, że część zajęć będzie poświęcona sprawom organizacyjnym. **Jeżeli przyjmiesz taką kolejność zajęć jak opisana w niniejszej publikacji, pamiętaj, że musisz przeprowadzić je tak, żeby ustalenie ram organizacyjnych i spisanie kontraktu było ich spójną częścią**, np. podczas rozmowy o okresie dojrzałości (dorosłości) i oczekiwań wobec osób w tym wieku.

Podczas każdego zajęcia próbuj tworzyć atmosferę wzajemnego szacunku i słuchania wszystkich wypowiadających się osób. Uczestnicy/uczestniczki powinni mieć przeświadczenie, że ich wypowiedzi są bardzo istotne dla ciebie i bardzo cenne dla omawianego tematu.

UWAGA!

Bardzo dużo zależy od tego, jaką atmosferę uczestnicy/uczestniczki odczuwają na pierwszych zajęciach. Swoją postawą możesz w nich zaszczerpić ciekawość, zainteresowanie i chęć uczestnictwa albo niechęć do poszerzania wiedzy. Twoja postawa ma być potwierdzeniem tego, że każda osoba jest wartościowa oraz tego, że wypowiedź każdego człowieka jest ważna. W efekcie uczestnicy/uczestniczki na każdym zajęciach mają zdobywać przekonanie i upewniać się, że ich udział w rozmowie (w życiu społecznym) ma znaczenie.

Witam wszystkich na (pierwszych) zajęciach, na których będziemy uczyć się, jak lepiej załatwiać swoje sprawy i jak lepiej rozmawiać z ludźmi. Wiecie o tym, że ciągle trzeba się uczyć nowych rzeczy, umiejętności – robić zakupy, czytać, liczyć. Wszyscy uczymy się od urodzenia aż do śmierci. Na dzisiejszych zajęciach będzie dużo śmiechu. Chcę, żebyście przypomnieli sobie sytuacje, kiedy się czegoś nowego nauczyliście.

W atmosferze swobodnej rozmowy, śmiechu, żartu spróbuj razem z grupą przywołać wydarzenia z ich życia, kiedy mieli jakieś trudne zadania i musieli czegoś się nauczyć. Pamiętaj, żeby odwoływać się do ich doświadczenia oraz doświadczenia bliskich im osób. Postaraj się stawiać uczestnikom/uczestniczkom dużo pytań i naprowadzać ich tok myślenia na skojarzenia związane z wiekiem – czego uczymy się, jak jesteśmy dziećmi, czego uczy się młodzież, czego uczą się ludzie dorośli, a czego ludzie starzy.

WPROWADZENIE ETAPÓW ROWOJOWYCH

Podczas rozmowy o uczeniu się różnych umiejętności w różnym wieku, zaproponuj uczestnikom narysowanie tego, jak ludzie się rozwijają, zmieniają. Można zrobić to na dwa sposoby. Pierwszy: poszczególne osoby z grupy rysują ludzi w różnym wieku (niemowlę, małe dziecko, młodzieniec, dorosły mężczyzna/dorosła kobieta, osoby starsze - babcia, dziadek) a potem układają je od najmłodszego do najstarszego. Drugi: narysuj na tablicy długą linię (tzw. linię życia) i na jej początku narysuj kobietę w ciąży lub niemowlę a na końcu staruszkę/staruszkę. Pozwól grupie spontanicznie wymyślać, jak po kolei zmieniają się ludzie i niech chętni dopisują lub dorysowują w różnych miejscach linii osoby w różnym wieku. Do tej zabawy możesz też wykorzystać zdjęcia przyniesione przez uczestników oraz postacie (osoby) wycięte z kolorowych czasopism. Poproś, żeby poszczególni uczestnicy/uczestniczki sami zaznaczyli swoje miejsce na linii życia (jak uważają, w którym miejscu życia teraz są).

PYTANIA POMOCNICZE

Czy ktoś zastanawiał się nad tym, jaki kiedyś był mały a jaki jest teraz?

Czy widzicie, że przez kolejne lata coś się w nas zmienia?

Jakie zmiany można zaobserwować w ludziach, kiedy są coraz starsi?

Czy ktoś z was ma rodzeństwo?

Czy brat/siostra jest starszy czy młodszy?

Jakich nowych umiejętności uczy się bądź już nauczył się młodszy brat/siostra?

Jakich umiejętności nauczyliście się od starszego brata/starszej siostry?

Czy małe dzieci, niemowlaki leżące w łóżeczku mogą same coś zrobić, na przykład wziąć sobie jedzenie?

Czy starsze dzieci, takie co same chodzą i już dużo mówią, mogą same zrobić obiad dla rodziny albo same prowadzić samochód?

Dlaczego młodzież, młodzi mężczyźni i kobiety nie lubią jak się do nich mówi jak do dzieci?

Czy dorośli ludzie mają takie same problemy jak dzieci?

Jakie codzienne prace wykonują dorośli ludzie, jakie młodzież, a jakie dzieci?

Czy twoja babcia/dziadek mają jeszcze dużo siły, czy raczej są już słabi i nie mogą wszystkiego robić?



Podsumuj ten fragment zajęć mini wykładem o kolejnych etapach rozwoju człowieka.

Jak sami zaznaczyliście na tablicy, na naszej linii życia, ludzie w różnym wieku różnie wyglądają. Mówi się, że człowiek podczas całego życia przechodzi różne etapy rozwojowe. Spróbujmy razem podsumować te etapy. Życie człowieka zaczyna się od poczęcia, czyli od aktu współżycia jego rodziców. Najpierw jest mały zarodek i okres płodowy. Wtedy dziecko rozwija się i żyje w brzuchu swojej mamy. To jest pierwszy okres jego życia. Następnie, jak dziecko urodzi się, jest jeszcze bardzo małe, nic samo nie może zrobić, to wtedy mówi się, że jest to okres niemowlęcy. Kiedy dziecko zacznie już chodzić, skończy pierwszy rok życia to mówi się, że wtedy zaczęło okres poniemowlęcy, albo inaczej okres dzieciństwa. Dalej dziecko rośnie i się rozwija. Mówi się, że dziecko dojrzewa, przechodzi okres dojrzewania. Czy pamiętacie ten czas, kiedy w miejscach intymnych zaczęły rosnąć wam włosy? Czy dziewczyny pamiętacie jak zaczęły się pierwsze miesiączki? A panowie czy pamiętają jak w nocy penis się napinał i tryskał spermą? Okres dojrzewania zwykle dziewczynki i chłopcy przechodzą w szkole podstawowej albo w gimnazjum. Kiedy już kończą okres dzieciństwa, zaczynają okres dojrzały albo okres dorosłości. Chcę zadać wam pytanie – w jakim okresie rozwoju teraz jesteście? Czy to okres płodowy, niemowlęcy, poniemowlęcy, dzieciństwa, dojrzewania czy dorosłości? A może ktoś czuje, że już wszystkie te okresy przeszedł? Jeżeli tak, to prawdopodobnie rozpoczął on już okres starości.

Po krótkim wykładzie skieruj rozmowę na temat oczekiwań wobec osób w różnym wieku oraz na temat ich możliwości. Wykorzystaj do tego przygotowaną wcześniej „linię życia”.

Aktywną część zajęć zakończ odegraniem przez chętnych uczestników/uczestniczki scenek dramatycznych pokazujących jak ludzie zachowują się w różnych etapach życia.

Następnie poproś grupę o wypełnienie karty pracy „ROZWÓJ CZŁOWIEKA”.

Po wypełnieniu i krótkim omówieniu kart pracy, rozdaj uczestnikom/uczestniczkom publikację „Jestem dorosły. Chcę tak żyć!”.

KARTA PRACY „ROZWÓJ CZŁOWIEKA”

Odpowiedz na pytania.

Kiedy człowiek nie umie sam nic zrobić?

Kiedy jest

Dlaczego młodzież, młodzi ludzie nie lubią jak rodzice mówią o nich „dzieci“?

.
.
.
.

Jakie są różnice między dziećmi a osobami dorosłymi?

.
.
.
.

Do kogo zwracamy się „proszę pana” lub „proszę pani” – do dzieci, do młodzieży czy do ludzi dorosłych?

.
.

W jakim okresie rozwojowym jest twoja koleżanka lub twój kolega?

.
.

W jakim okresie rozwojowym są twoi rodzice?

Rodzice są

W jakim okresie rozwojowym jesteś ty?

Jestem

Monika Zima-Parjaszewska

Jestem Obywatelem

1. Cel zajęć

Wiedza

Zapoznanie uczestników/uczestniczek z pojęciami „obywatel”, „państwo”, „obywatelstwo”.

Przedstawienie różnicy między pojęciami „mieszkaniec” i „obywatel”.

Zapoznanie uczestników/uczestniczek ze znaczeniem dowodu osobistego – omówienie wszystkich jego elementów.

Umiejętności

Identyfikowanie swojego obywatelstwa.

Nabywanie umiejętności praktycznego wykorzystania dowodu osobistego.

Wartości

Uwrażliwienie uczestników/uczestniczek na cechy dobrego obywatela.

Zwrócenie uwagi na szacunek do wspólnego dobra.

Wzmocnienie więzi obywatelskiej z państwem.

2. Czas trwania – 90 minut (w tym krótka przerwa)

3. Materiały

- Mapa Polski, flipchart (tablica, arkusze papieru)
- Kartki papieru
- Pisaki, flamastry
- Taśma klejąca
- Karteczki samoprzylepne (post it)
- Dowody osobiste uczestników/uczestniczek, co najmniej jeden paszport



4. Metody pracy

Mini wykład, praca indywidualna, praca w grupie, burza mózgów, dyskusja, wypowiedź indywidualna na forum, scenki rodzajowe.

5. Konspekt zajęć:

- Powitanie, przypomnienie ram organizacyjno–czasowych, wprowadzenie do tematu.
- Spotkanie z mapą.
- Wypracowanie definicji pojęć „obywatel” i „państwo”, „obywatelstwo”.
- Omówienie dowodu osobistego.
- Jakim obywatelem jestem?
- Co self-adwokat może zrobić dla swojego państwa?
- Podsumowanie zajęć.

6. Przebieg zajęć:

Wprowadzenie do tematu:

Na dzisiejszych zajęciach będziemy rozmawiać o tym, kto to jest obywatel.

Na pewno często słyszycie to słowo, na przykład w telewizji, w radiu.

Czasem mówi się o różnych obowiązkach każdego obywatela. Dowiemy się dziś, co to znaczy być obywatelem i skąd wiadomo, że ktoś jest dobrym obywatelem.

Zajęcia będą trwały 90 minut. W trakcie zrobimy sobie krótką przerwę. To bardzo ważny temat, dlatego proszę o uwagę. Podczas trwania zajęć wszystkich obowiązują wspólnie ustalone zasady (kontrakt).

UWAGA!

Pokazujemy uczestnikom/uczestniczkom spisany na wcześniejszych zajęciach kontrakt i odczytujemy wszystkie jego punkty.

Spotkanie z mapą

Pierwsza część zajęć ma za zadanie utożsamienie się uczestników/uczestniczek z Polską. W tym celu powieś na ścianie dużą mapę Polski z zaznaczonymi województwami, miastami. Jeśli nie masz takiej możliwości, wydrukuj mniejszą z Internetu, naklej na twardą podkładkę, by nie zniszczyła się podczas zajęć. Nie tłumacz na razie, co to za mapa.

Poproś uczestników/uczestniczki, żeby opowiedzieli gdzie mieszkają i zaznaczyli miasto/miejscowość na mapie.

Przed nami pierwsze ćwiczenie. Chciałabym, żeby każdy z Was powiedział gdzie mieszka. Nie chodzi o ulicę i numer domu, ale o nazwę miejscowości. Opowiedzcie mi coś ciekawego o tym miejscu. Proszę, aby każdy z Was po kolei podchodził do mapy, spróbował odnaleźć to miejsce na mapie i przykleił na nim kartkę ze swoim imieniem.

Najlepiej, jeśli uczestnik/uczestniczka będzie musiał/a wstać ze swojego miejsca i podejść do mapy. To wymaga odwagi. Jeśli ktoś będzie miał trudność z odnalezieniem właściwego miejsca, spytaj, kto z innych uczestników/uczestniczek mógłby pomóc. Ważne, by każdy opisał zaznaczane miejsce (np. czy jest duże, co jest w nim ciekawego). Dopytuj, jeśli ktoś będzie miał problemy z wypowiedzią.

Celem ćwiczenia jest zaznaczenie różnych miejscowości na mapie Polski, w różnych jej rejonach. Dlatego, jeśli grupa pochodzi z tej samej miejscowości lub jej okolicy, postaraj się zmienić pytanie dla każdego uczestnika/uczestniczki, na przykład:

Skąd pochodzą Twój rodzice?

Czy byłeś kiedyś na ciekawej wycieczce? Gdzie pojechałeś?

Czy znasz kogoś, kto mieszka nad morzem? Gdzie?

Możesz też kierować pytania do grupy, na przykład:

Obok jakiego miasta leżą najwyższe góry? Kto tam był?

W jakim mieście znajduje się sejm? Kto tam był?

Wypracowanie definicji pojęć „obywatel”, „państwo”, „obywatelstwo”

Po zaznaczeniu różnych miejsc na mapie, poproś o uwagę i zapytaj uczestników/uczestniczki, czy wiedzieli, że to mapa Polski. Zapytaj, czy wiedzą, co oznaczają kolory na niej, granice województw, inne oznaczenia, czy rozumieją, po co ona jest. Staraj się na bieżąco korygować błędne odpowiedzi. Jeśli pojawią się odpowiedzi, które mają być omawiane na późniejszym etapie zajęć, powiedz: „Cieszę się, że to powiedzieliście. Zapamiętaj to, zaraz do tego wrócimy”. Zwróć uwagę grupie, że Polska jest duża, ma wiele ciekawych miejsc, ludzie mieszkają w różnych jej częściach.

Zobaczcie, prawie cała mapa jest zaklejona. Mieszkamy w różnych miejscowościach, urodziliśmy się w różnych miejscach, nasi rodzice pochodzą z różnych części Polski. Jak myślicie, czy jest coś, co nas łączy? Co łączy Zakopane z Krakowem, Warszawę z Gdańskiem, albo Suwałki i Jelenią Górę? Tak, macie rację, wszyscy mieszkamy w Polsce, wszystkie te miejsca są w Polsce. Polska to nasz kraj.

A mapa Polski pokazuje jej granice.

Grupa może podawać różne odpowiedzi – mogą pojawiać się zamiennie słowa „obywatel”, „naród”, „narodowość”, „państwo”. Zanim zdefiniujesz te pojęcia, zawsze pytaj uczestników/uczestniczki o to, czy je znają, czy wiedzą co oznaczają. Zapisuj te pojęcia na tablicy/flipcharcie, żeby podczas dalszej dyskusji można było do nich wrócić.



Polska jest państwem, tak jak na przykład Francja, Niemcy, Chiny. Niektórzy myślą, że państwo to mapa i flaga. A państwo to taka szczególna organizacja - zbiór ludzi mieszkających na jakimś terenie, którzy wybierają swoje władze. Państwo to różne instytucje, na przykład policja, sądy, sejm, senat, prezydent. Władza rządzi ludźmi, uchwała prawo.

Obywatelstwo to prawna więź człowieka z jakimś państwem. Każde państwo ma prawo, które mówi, kto może być jego obywatelem. Mówi też o tym, co trzeba zrobić, żeby zostać obywatelem tego państwa.

Na przykład, każdy kto urodził się w Kanadzie, jest obywatelem Kanady. W Polsce prawo mówi, że żeby być obywatelem Polski, to trzeba mieć przynajmniej jednego rodzica, który jest obywatelem Polski.

Obywatel to przedstawiciel danego państwa. Jego prawa i obowiązki zapisane są w Konstytucji. Każde państwo powinno dbać o swoich obywateli. Obywatel może korzystać ze swoich praw, ale ma także obowiązki wobec państwa.

W Polsce mogą mieszkać osoby z innych państw. Osoby, które mieszkają w Polsce to jej mieszkańcy.

Pytania pomocnicze:

Czy w Polsce może mieszkać Chińczyk albo Niemiec?

Czy wszyscy mieszkańcy Polski to jej obywatele?

Skąd wiadomo, że ktoś jest obywatelem Polski?

Jak możesz udowodnić, że jesteś Polskim obywatelem?

Uczestnicy/uczestniczki mogą wskazać na dowód osobisty i paszport. Poproś o ich wyjęcie.

Obywatelstwo jest zapisane w dowodzie osobistym i paszporcie. Pokażcie swoje dowody osobiste. Co jest w nich zapisane?

Omówienie dowodu osobistego

Może się okazać, że uczestnicy/uczestniczki nie będą mieć przy sobie dowodów osobistych, na przykład powiedzą, że „został w domu, ja go nie noszę przy sobie, ma go moja mama, instruktor itp.”. Dlatego dobrze, żeby mieć przy sobie przynajmniej swój.

Aby przekonać, jak ważnym dokumentem dla każdego obywatela jest dowód osobisty omów szczegółowo dane, wpisy w dowodzie, dopilnuj, by każdy mógł sprawdzić PESEL, numer dowodu, przyrzuć się zdjęciom. Wyjaśnij różnice między dowodem osobistym, a paszportem.

Podkreśl, że dowód osobisty wydaje się osobom pełnoletnim, choć zdarzają się sytuacje, że otrzymują go także dzieci. Wyłumacz procedurę wydania dowodu.

Wspólnie z uczestnikami/uczestniczkami zastanów się w jakich sytuacjach może się przydać dowód osobisty. Podziel ich w tym celu na kilka mniejszych grup i zaproponuj, by każda grupa wymyśliła sytuację, w której potrzebny jest dowód osobisty i odegrała scenkę na ten temat. Pomóż każdej grupie przygotować na przykład rekwizyty do scenki.

Po przedstawieniu wybranej sytuacji przez każdą grupę, omów je i podsumuj.

Pytania pomocnicze:

Skąd biorą się dowody osobiste?

Czy każdy powinien nosić przy sobie dowód osobisty?

Czy Wasi rodzice, rodzeństwo noszą przy sobie dowód osobisty?

Kiedy najczęściej używa się dowodu osobistego?

Czy dorosłe osoby z niepełnosprawnością intelektualną mają dowody osobiste?

Dlaczego często osoby z niepełnosprawnością intelektualną nie noszą przy sobie dowodu osobistego?

Szczegółowe omówienie dowodu osobistego i scenki z jego wykorzystaniem mają pokazać, że posiadanie dowodu osobistego ma ogromne znaczenie w naszym życiu, że nie należy go trzymać w szufladzie. Przekonaj uczestników/uczestniczki, że dowód osobisty to nasza wizytówka.

Jakim obywatelem jestem?

Spytaj uczestników/uczestniczki, czy wiedzą, co wynika z obywatelstwa. Co to znaczy, że ktoś jest obywatelem Polski? Postaraj się wzbudzić dyskusję na temat obywatelstwa osób z niepełnosprawnością intelektualną. Zastanów się z grupą, czy obywatele mają obowiązki, czy można być złym lub dobrym obywatelem. Ważne, by każdy uczestnik/uczestniczka zastanowił/a się, jakim jest obywatelem. W tym celu na koniec tego ćwiczenia rozdaj uczestnikom/uczestniczkom kartę pracy „OBYWATEL”.

Każdy obywatel musi spełniać swoje obowiązki wobec państwa. Obowiązki są po to, żeby państwo lepiej działało. Państwo chroni swoich obywateli i pomaga im, a obywatele spełniają w zamian za to obowiązki wobec państwa.

Obowiązki obywatela to inaczej obowiązki obywatelskie. Obowiązki obywatelskie zostały zapisane w Konstytucji Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 2 kwietnia 1997 r. To najważniejszy dokument w państwie. Z obowiązkami obywatelskimi jest związany patriotyzm. Patriotyzm to szacunek dla państwa oraz chęć ponoszenia za nie ofiar. To wypełnianie obowiązków obywatelskich. Patriotą to człowiek, dla którego bardzo ważne jest dobro ojczyzny i gotów jest poświęcić dla niej nawet swoje życie.

Patriotyzm to również uczenie się tradycji, kultury i języka.

Osoba z niepełnosprawnością intelektualną w Polsce ma takie same obowiązki jak każdy inny obywatel. To, że ktoś jest niepełnosprawny nie oznacza, że jest zwolniony ze swoich obywatelskich obowiązków. Osoba z niepełnosprawnością powinna spełniać swoje obowiązki obywatelskie w taki sposób, w jaki pozwala jej na to stan jej zdrowia.

W Konstytucji w rozdziale drugim zostały zapisane najważniejsze obowiązki obywatela. Są to:

- wierność Rzeczypospolitej i troska o dobro wspólne;*
- przestrzeganie prawa Rzeczypospolitej;*
- ponoszenie ciężarów świadczeń publicznych, w tym podatków;*



- obrona ojczyzny;
- dbałość o stan środowiska i ponoszenie odpowiedzialności za spowodowane przez siebie jego pogorszenie.

Obowiązki zapisane w Konstytucji są szczegółowo wytłumaczone w różnych ustawach.

Jeśli ktoś nie spełnia swoich obowiązków to ponosi za to odpowiedzialność. Przepisy prawa szczegółowo opisują jakie kary ponosi osoba, która nie spełnia obowiązków.

Nie tylko obywatele mają obowiązki. Polska ma bardzo dużo obowiązków wobec swoich obywateli, ponieważ najważniejszy w państwie jest człowiek i obywatel.

W Konstytucji obowiązki państwa zostały zapisane przede wszystkim w rozdziale pierwszym, który ma tytuł „Rzeczpospolita”.

Na przykład w artykule 1 Konstytucji jest zapisane, że Rzeczpospolita Polska jest dobrem wspólnym wszystkich obywateli. Oznacza to, że Polska jest dla wszystkich obywateli, nie tylko dla w pełni sprawnych, bogatych, wykształconych, ale dla każdego obywatela. Polska powinna zapewnić każdemu obywatelowi odpowiednie warunki życia, tak by wszyscy czuli się w niej dobrze. Każdy obywatel może korzystać z tego, co znajduje się w Polsce – z przyrody, z zabytków, ze szkół, ze szpitali, z urzędów. To wszystko jest wspólne, dlatego też każdy powinien o to dbać.

W artykule 2 Konstytucji jest zapisane, że Rzeczpospolita Polska jest demokratycznym państwem prawnym. Oznacza to, że w Polsce jest demokracja, a obywatele mają wpływ na państwo. Słowo demokracja pochodzi z języka greckiego od słów demos, co znaczy lud oraz kratos – władza. Demokracja to inaczej rządy ludzi, narodu, wszystkich obywateli. Obywatele mogą rządzić sami, albo wybrać swoich przedstawicieli. W Polsce obywatele wybierają posłów i senatorów, którzy za nich decydują w państwie. Ważne jest to, że Polska ma działać według prawa.

Artykuł 5 Konstytucji mówi o tym, że Rzeczpospolita Polska strzeże niepodległości i nienaruszalności swojego terytorium, zapewnia wolności i prawa człowieka i obywatela oraz bezpieczeństwo obywateli, strzeże dziedzictwa narodowego oraz zapewnia ochronę środowiska. Oznacza to, że Polska nie tylko ma bronić swoich granic, ale również ma obowiązek przestrzegać praw człowieka, tak by każdy obywatel mógł korzystać ze swoich praw.

Artykuł 12 Konstytucji mówi o tym, że Rzeczpospolita Polska zapewnia wolność tworzenia i działania związków zawodowych, organizacji społeczno-zawodowych rolników, stowarzyszeń, ruchów obywatelskich, innych dobrowolnych zrzeszeń oraz fundacji. Oznacza to, że obywatele, którzy mają wspólny cel, mogą na przykład zakładać stowarzyszenia po to, by działać w tej sprawie.

W artykule 61 Konstytucji jest zapisane, że państwo ma obowiązek informowania obywateli o swojej działalności.

W artykule 68 Konstytucji jest zapisane, że obywatelom, niezależnie od tego, czy są bogaci, czy biedni władze państwa zapewniają taki sam dostęp do publicznej opieki zdrowotnej oraz że władze są obowiązane do zapewnienia szczególnej opieki zdrowotnej dzieciom, kobietom ciężarnym, osobom niepełnosprawnym i osobom w podeszłym wieku.

Poproś uczestników/uczestniczki, by wymienili cechy dobrego obywatela. Zapisz je na tablicy lub flipczarcie. Następnie rozdaj uczestnikom/uczestniczkom kartę pracy „OBYWATEL” i poproś, by zastanowili się indywidualnie, jakimi są obywatelami.

Co self-adwokat może zrobić dla swojego państwa?

Przekonaj grupę, że każdy obywatel powinien się zastanowić, co może zrobić dla swojego państwa. Zaproponuj również, by uczestnicy/uczestniczki zastanowili się, co self-adwokaci mogą zrobić dla Polski.

Obowiązki to nie tylko to, co prawo każe nam robić, albo czego nam zabrania. Obowiązki to także to, co człowiek może robić z własnej woli dla swojego państwa. Były prezydent Stanów Zjednoczonych Ameryki – John F. Kennedy powiedział kiedyś:

„Nie pytaj, co Twój kraj może zrobić dla ciebie, zapytaj, co ty możesz zrobić dla kraju!”.

Każdy obywatel powinien zastanowić się, co może zrobić dla swojego kraju. Również każdy self-adwokat powinien wykorzystywać wszystkie swoje możliwości, by pomagać Polsce.

Na przykład, w Polsce nie ma obowiązku uczestniczenia w wyborach, ale każdy obywatel, który chce by Polska się rozwijała i była lepszym państwem powinien wziąć udział w wyborach i wybierać odpowiednich ludzi do rządzenia Polską.

Self-adwokatowi powinno zależeć na tym, by się uczyć i być jak najbardziej samodzielnym. Każda osoba z niepełnosprawnością intelektualną może uczyć się nie tylko w szkole, ale także sama w domu w wolnym czasie czytać, rozmawiać, dowiadywać się jak najwięcej o swoich prawach i o tym, co może robić.

Nawet osoba, która ma trudności z nauką może się rozwijać, brać udział w szkoleniach i warsztatach, by więcej wiedzieć.

Self-adwokaci powinni przekazywać swoją wiedzę innym i dawać dobry przykład swoim zachowaniem.

Każdy self-adwokat może uczestniczyć w życiu swojej miejscowości, najbliższej okolicy. Może organizować spotkania z władzami, by tłumaczyć im jakie potrzeby mają osoby z niepełnosprawnościami. Może spotykać się sąsiadami i zastanawiać się jak ma wyglądać wspólne podwórko. Może zorganizować wspólne wyjście do kina, albo na wystawę. Dzięki temu ludzie się jednoczą i robią coś wspólnie.

Każdy self-adwokat musi starać się samodzielnie załatwiać różne swoje sprawy, by inni ludzie zobaczyli, że osoby z niepełnosprawnością intelektualną to potrafią.

Podsumowanie zajęć

Poproś uczestników/uczestniczki, by opowiedzieli, co po kolei działo się na zajęciach. Wykorzystaj do tego zapisane wcześniej kartki flipchartu, staraj się, by nie ominęli żadnego etapu zajęć. Możesz przywoływać konkretne słowa, sytuacje, np. śmieszne momenty, tak by utrwalić wiadomości.

Rozmawialiśmy dzisiaj o tym, kto to jest obywatel, co to jest państwo, co oznacza dowód osobisty. Każdy self-adwokat powinien znać obowiązki obywatelskie, ale także starać się jak najwięcej działać dla państwa. Jeśli wszyscy będą dbać o Polskę, to będzie się w niej dobrze żyło. Bardzo ważne jest, aby być dobrym obywatelem.



Karta pracy „OBYWATEL“

Jakie cechy dobrego obywatela posiadasz?

.....

.....

.....

.....

.....

Jak self-adwokat może okazać wierność Polsce?

.....

.....

.....

.....

.....

Jak self-adwokat może bronić swojego państwa?

.....

.....

.....

.....

.....

Czy przestrzegasz prawa Rzeczypospolitej?

.....

.....

.....

.....

.....

Jak na co dzień dbasz o środowisko?

.....

.....

.....

.....

.....

Monika Zima-Parjaszewska

Mam prawa - część 1

1. Cel zajęć

Wiedza

Zapoznanie uczestników/uczestniczek z katalogiem najważniejszych wolności i praw człowieka.

Zapoznanie uczestników/uczestniczek z pojęciem „godność”, „równość”, „wolność”.

Umiejętności

Nabycie umiejętności nazywania swoich praw.

Nabycie umiejętności mówienia o swoich prawach.

Wartości

Uświadomienie, że każdy człowiek ma godność, którą należy szanować.

Uświadomienie, że każdy człowiek ma takie same prawa i jest równy wobec prawa.

2. Czas trwania – 90 min (w tym krótka przerwa)

3. Materiały

- Flipchart (tablica, arkusz papieru)
- Kartki papieru
- Pisaki
- Flamastry
- Taśma klejąca
- Gazety z artykułami o ludziach o różnej narodowości, pochodzeniu etnicznym, religii
- Zdjęcia uczestników – jeśli to możliwe.



4. Metody pracy

Mini wykład, praca indywidualna, praca w grupie, burza mózgów, dyskusja, wypowiedź indywidualna na forum.

5. Konspekt zajęć

- Powitanie, przypomnienie ram organizacyjno–czasowych, wprowadzenie do tematu.
- Różni, ale równi.
- Poznajemy wolności i prawa człowieka.
- Najważniejsze wolności i prawa osób z niepełnosprawnością intelektualną.
- Podsumowanie zajęć.

6. Przebieg zajęć

Wprowadzenie do tematu

Podczas dzisiejszych zajęć porozmawiamy o ważnych sprawach dla każdego self-adwokata. Nie powiem Wam o czym dokładnie, bo chciałabym, żebyście sami to odgadli.

Zajęcia będą trwały 90 minut. W trakcie zrobimy sobie krótką przerwę. To bardzo ważny temat, dlatego proszę o uwagę. Podczas trwania zajęć wszystkich obowiązują wspólnie ustalone zasady (kontrakt).

UWAGA!

Pokazujemy uczestnikom/uczestniczkom spisany na wcześniejszych zajęciach kontrakt i odczytujemy wszystkie jego punkty.

Różni ale równi

Rozejrzyjcie się po sali i powiedzcie, czy są wśród nas osoby, które mają takie same nosy? Czy są na sali osoby, które mają takie same włosy? Ale nie podobne, tylko takie same. A czy są na sali osoby, które mają takie same oczy? Popatrzcie na siebie, poroźglądajcie się wokół siebie.

Powiedzcie mi, czy są na świecie dwie takie same osoby? Czy jest na świecie ktoś, kto ma takie same uszy, włosy, nos jak Wy?

No właśnie, na całym świecie nie ma drugiej takiej osoby, jak Wy. Nawet bliźniaki czymś się różnią, choć nie zawsze to widać od razu. To oznacza, że każdy z nas jest wyjątkowy, jedyny.

I każdy z nas jest inny. Różnimy się od siebie, mamy różne poglądy, słuchamy innej muzyki, lubimy inne filmy, lubimy różne potrawy.

Podziel uczestników na 4-osobowe grupy i rozdaj im gazety i nożyczki. Zwróć szczególną uwagę na gazety, które mają być materiałem do pracy. Muszą zawierać artykuły ze zdjęciami ludzi o różnym pochodzeniu, narodowości, religii, np. artykuły polityczne o aktualnych konfliktach zbrojnych w różnych częściach świata, prasa plotkarska z opisem celebrytów z innych krajów, osób czarnoskórych, muzułmanów np. podczas pielgrzymki do Mekki, Romów, osób z niepełnosprawnościami.

Przygotuj duży arkusz papieru i poproś uczestników, by nakleili na niego wszystkie postaci ludzi, które wzbudziły ich zainteresowanie w gazetach, mają w sobie coś ciekawego.

Ważne, by uczestnicy/uczestniczki opowiedzieli kilka zdań o postaciach, które wycięli. Dopytuj o ich różnorodność, cechy szczególne.

Najlepiej, by cały arkusz został zaklejony postaciami. Jeśli udało Ci się przygotować ciekawe gazety, to postaci powinny przedstawiać różne grupy społeczne, różne potrzeby osób, ich sytuację, stan zdrowia, status majątkowy. Na koniec - jeśli to możliwe - uczestnicy/uczestniczki mogą dokleić swoje zdjęcia, tak by zrozumieli, że są takimi samymi ludźmi.

Przyjrzyjcie się naszemu arkuszowi. Kogo udało się nam znaleźć?

Czy wiecie, po co to robiliśmy?

Sprawdźcie jakie są daty wydania tych gazet, czy one są stare, czy nowe?

Są nowe. I to co się w nich znajduje to dzisiejszy świat. Tak wygląda dzisiaj świat. Kto na nim żyje, jakie są te osoby? Tak, bardzo różne, każdy jest inny. Zobaczcie, mamy tu osoby o różnych kolorach skóry, w różnym wieku, mówiące różnymi językami, wierzące w różne rzeczy, mamy osoby z niepełnosprawnościami i osoby pełnosprawne. Moglibyśmy tam dokleić nasze zdjęcia, co Wy na to? Jak myślicie? Co łączy wszystkie te osoby, co nas łączy?

Uczestnicy/uczestniczki mogą podawać bardzo różne odpowiedzi, ale staraj się tak moderować dyskusję, by doprowadzić do odpowiedzi, że wszyscy jesteśmy ludźmi, a każdy z nas jest człowiekiem. Nawet jeśli dyskusja będzie się przedłużać, postaraj się, by uczestnicy/uczestniczki sami doszli do wniosku, że to co łączy wszystkich ludzi to to, że mają takie same prawa.

Powiedzieliście, że jesteśmy ludźmi, że łączy nas to, że mieszkamy w Polsce. Ale jest coś jeszcze co nas łączy. Nie ważne jak ktoś wygląda, ile ma lat, co robi, czy jest bogaty, czy biedny. Wszyscy ludzie mają takie same Pomyślcie

Tak, mają takie same prawa!!! Jak myślicie, co to znaczy? Co to są te prawa każdego człowieka?

Nie dopuść, by uczestnicy/uczestniczki wymieniali konkretne prawa, ale postaraj się, by przedstawili definicję. Zapisz ją na tablicy lub flipczarcie. Celowo nie zatrzymuj się, jeśli ktoś wymieni godność lub równość, będą szczegółowo omawiane później. Jeśli będzie konieczność, odbierz odpowiedź, ale nie omawiaj jej.

Prawa człowieka to bardzo ważne pojęcie. To wszystko, co człowiek może robić i co mu się należy w życiu. Każdy człowiek ma takie same prawa. Czasami mówi się „wolności i prawa”.

Nie ważne jaki mam nos, ile mam lat, czy jestem osobą z niepełnosprawnością, czy nie, czy mieszkam w Warszawie, czy Nowym Jorku - jestem człowiekiem i mam prawa.



Poznajemy wolności i prawa człowieka

Podziel uczestników/uczestniczki na 4 - osobowe grupy. Każdej rozdaj jeden duży arkusz papieru i flamastry, markery. Ich zadaniem będzie narysowanie człowieka. Ważne, żeby grupa porozmawiała i ustaliła, kogo chce narysować. Zachęcaj, by każdy wziął udział w tej części zadania. Najczęściej uczestnicy/uczestniczki zastanawiają się brakiem zdolności artystycznych, ale powiedz, że tu nie chodzi o sztukę, ale o to, by każdy miał swój wkład w to, co powstanie.

Od grupy zależy, kogo narysuje, ale podpowiedz, że to musi być osoba, o której choćby po wyglądzie, ubiorze, atrybutach, możemy już coś powiedzieć.

Skoro wiedzieliście, że każdy człowiek ma prawa, to teraz muszę sprawdzić, czy na pewno wiecie, jakie macie prawa. Podzielimy się na grupy. Usiądźcie na podłodze, rozdram Wam arkusze papieru i flamastry.

Pierwsza część zadania polega na tym, że narysować na tej kartce człowieka, osobę. To nie musi być nikt znany z telewizji, to może być wymyślona postać. Ale - co ważne - to musi być ktoś charakterystyczny, patrząc na niego, musimy się domyślić na przykład kim on w życiu jest, co robi.

Porozmawiajcie w grupie, kogo chcecie narysować. To może być przedstawiciel jakiegoś zawodu, albo taki, którego najczęściej mijamy na ulicy, może trzymać w dłoni jakiś przedmiot, coś co go będzie wyróżniać z tłumu. Na przykład, jeśli będzie to policjant, to wiecie, co trzeba mu narysować, żeby inni wiedzieli kim jest. Jeśli chcecie narysować kobietę, która jest lekarzem, to pomyślcie co charakterystycznego jest w lekarzu. Nadajcie mu jakieś imię i napiszcie nad nim, wymyślcie krótką historię na jego temat.

A teraz kolejna część zadania. Zastanówcie się jakie ten człowiek, którego narysowaliście, ma prawa. Możecie przypominać sobie takie prawa, o których wiecie, o których słyszeliście lub wymyślić takie prawa, które według Was ten człowiek powinien mieć.

Jak wymyślicie jakieś prawo, to musicie dopasować go do jakiejś części ciała tego człowieka. Albo do tego, co trzyma lub ma na sobie. Jak to zrobić? Posłuchajcie.

Jakie prawo znacie, do czego człowiek ma prawo? Dobrze, do nauki. Z czym Wam się kojarzy nauka? Z jaką częścią ciała? Tak, z głową. W takim razie rysujemy od głowy linię ze strzałką i piszemy prawo do nauki.

W ten sposób wymyślajcie inne prawa i zaznaczajcie je na rysunku. Ogłaszam konkurs na jak największą ilość praw.

W trakcie pracy grup, staraj się podchodzić do każdej z nich i pobudzać aktywność. Ważne, by rysunek człowieka był duży, wtedy będzie widoczny podczas prezentacji. Żeby przypominać uczestnikom/uczestniczkom różne prawa, zadawaj pytania o narysowaną postać.

Pytania pomocnicze:

Czy ten człowiek ma rodzinę? A skąd to wiesz? Jak można narysować to, że ma rodzinę? Na przykład można mu narysować obrączkę. Jakie prawo Ci się z tym kojarzy? Tak, prawo do założenia rodziny.

Czy ten człowieka gdzieś pracuje? A skąd to wiesz? Jakie prawo kojarzy Ci się z pracą?

Co ten człowiek lubi robić w wolnym czasie? Może robić wiele rzeczy, na przykład pływać, czytać, spacerować. Może zdecydować. Jakie prawo kojarzy Ci się z decydowaniem? Tak, prawo do decydowania o sobie.

Czy ten człowiek w coś wierzy? A skąd wiesz, w co on wierzy? Jak to narysować? Jakie prawo kojarzy Ci się z wiarą?

Poproś grupy, żeby wybrały swoich przedstawicieli/przedstawicielki (jedna lub dwie osoby) i wytłumacz, że ich zadaniem jest omówienie rysunku i praw, które udało się grupie wymyśleć. Ustal kolejność, poproś o uwagę i zaproś na środek sali reprezentację pierwszej grupy. Przywieś arkusz z rysunkiem w dogodnym miejscu. Zapytaj grupę, czy łatwiej zapamiętać z rysunków, czy lepiej zapisać? Zapisuj każde prawo na tablicy/flipcharcie, dopytuj o szczegóły. Po zakończeniu prezentacji pierwszej grupy, zaproś na środek sali osobę, która bardzo dobrze liczy, po przeliczeniu wszystkich praw, wpisz liczbę w przygotowaną wcześniej tabelkę. Przy omawianiu kolejnych prac, nie wpisuj na tablicę/flipchart powtarzających się praw. Podziękuj każdej grupie za pracę, rozwieś obok siebie wszystkie rysunki. Poproś o skupienie i uwagę, przypominając, że dziś uczymy się czegoś ważnego dla self-adwokatów.

Pamiętacie, jak zadałam Wam pytanie o to, co to są prawa człowieka? Kto pamięta, co wtedy powiedzieliście?....Skoro ma je każdy człowiek, sprawdziliśmy, czy Wy je znacie. Musimy teraz policzyć wszystkie prawa, które udało nam się wymyślić.

Czyli udało Wam się wypisać 20 (przykładowo) praw. Znaliście te wszystkie prawa?

Jak myślicie, czy to dużo, czy mało?

Muszę Wam powiedzieć, że tych praw człowieka jest znacznie więcej!

Wiedzieliście o tym?.....To są prawa każdego człowieka, czyli również Wasze.

Gdybym poprosiła, żebyście się nauczyli ich wszystkich na pamięć, to pewnie byłoby to trudne, tak?

W takim razie mam pomysł, wybierzmy 10 praw, które uważamy, że są najważniejsze dla osób z niepełnosprawnością intelektualną. Przeczytajmy raz jeszcze to, co wymyśliliście, i wybierzmy 10 najważniejszych. Zapiszemy je na osobnym arkuszu papieru.

Ta aktywność pozwoli zwrócić uwagę uczestników/uczestniczek na to, co jest trudne w życiu osób z niepełnosprawnością intelektualną, czego potrzebują, jakie prawa są dla nich istotne. Upewnij się, że na każde wpisywane na osobną listę prawo jest zgoda całej grupy. Pamiętaj, by każdy wybór został uzasadniony. Na arkuszu papieru ponumeruj listę od 1 do 10. Zostaw 3 pierwsze miejsca puste, zacznij wpisywanie od miejsca 4. Powiedz, że te trzy miejsca czekają na super ważne, najważniejsze prawa człowieka. Najlepiej wpisać je dopiero na końcu. Są to: 1 – godność, 2 – równość, 3 – wolność. Jeśli uczestnicy/uczestniczki wymienili te prawa już wcześniej i będą chcieli wpisać je na listę 10 najważniejszych, powiedz, że na razie tego nie wpisujesz, wrócisz do tego za chwilę. Jeśli grupa w ogóle nie wymieniała tych praw, po wpisaniu na listę 7 praw, zadaj pytania pomocnicze od numeru 3 do 1, tak by godność została zapisana jako ostatnia.



Pytania pomocnicze:

Jak myślicie, jak nazywa się takie prawo, które oznacza, że mogę chodzić, tam gdzie chcę, robić, co chcę i nikt i mi nie może tego zabronić?.....Tak, wolność.

Pamiętacie, jak mówiliśmy, że każdy z nas jest inny, ale ma takie same prawa.

To się nazywa równość.

Jest jeszcze najważniejsze prawo, bez tego nie byłoby praw człowieka. Wiecie jak się nazywa?

Rozpoczyna się na literę g tak, godność!

Poznaliście właśnie najważniejsze prawa człowieka. Wybraliście takie, które są najważniejsze dla osób z niepełnosprawnością intelektualną. Muszę się jeszcze przekonać, czy rozumiecie co to znaczy godność, równość i wolność.

Z czym Wam się kojarzy słowo „wolność”? Wiele ludzi od razu myśli o więzieniu, bo w więzieniu nie ma wolności. A to nie o taką wolność chodzi. Wolność to wszystko co człowiek może robić, o czym może decydować, co może myśleć.

Z czym jeszcze się Wam kojarzy?

Czasami się mówi, że ktoś jest wolny jak

No właśnie, jak ptak. Wstańcie teraz wszyscy i spróbujcie wyobrazić sobie swoją wolność. Wyciągnijcie ręce szeroko i pokręćcie się trochę. To jak daleko sięgają wasze ręce to jest wasza wolność – wszystkie Wasze prawa, to co chcecie robić, mówić, to jest Wasze życie. Spróbujcie zrobić kilka kroków i cały czas mieć rozpostarte ramiona.

Co się stało?

Usiadźcie. Okazało się, że jak zaczęliśmy robić co chcemy, korzystać z naszych praw i naszej wolności, to zaczęliśmy się stykać z innymi na sali.

Co to oznacza?

Tak, to znaczy, że nie żyjemy na bezludnej wyspie, obok nas żyją inni ludzie, oni też mają prawa i wolność. Musimy uważać, żeby ich nie skrzywdzić!

Przypomnij uczestnikom/uczestniczkom, co to znaczy równość. Powiedz, że nie jest ważne jak ktoś wygląda, jakie ma ubrania, czy jest bogaty, czy nie, czy jest osobą z niepełnosprawnością, czy jest osobą pełnosprawną, wszyscy mają takie same prawa i powinni być tak samo traktowani.

Przy temacie równości, uczestnicy/uczestniczki mogą skojarzyć słowo „dyskryminacja”. Ten temat będzie poruszany w drugiej części zajęć o prawach człowieka, ale wytłumacz w takiej sytuacji, że dyskryminacja jest wtedy, gdy odbiera się ludziom prawa tylko dlatego, że na przykład mają czarną skórę, albo są osobami z niepełnosprawnościami, albo są starsi.

Zostało nam jeszcze najtrudniejsze prawo – godność. Popatrzcie na postaci, które narysowaliście. Gdzie napisalibyście godność? Z jaką częścią ciała można ją połączyć?

Z głową? Ale czy tylko z głową? Z sercem? A jak serce, to ręce i nogi już nie?

No właśnie, macie rację, najlepiej całego człowieka obrysować i ten okrąg podpisać godność. To znaczy, że godność jest naszą tarczą ochronną. Godność oznacza, że nikt nie może mnie krzywdzić, nikt nie może się przebić przez tę tarczę.

Każdy człowiek ma godność. Osoby z niepełnosprawnością intelektualną mają taką samą godność, jak inni. Należy ją chronić.

Ostatnią część tych zajęć poświęć na dyskusję o znaczeniu praw człowieka w życiu każdego self-adwokata. Przypomnij z grupą jakie zadania ma self-adwokat i jak może wykorzystać wiedzę o prawach człowieka na co dzień.

Podsumowanie zajęć

Poproś uczestników/uczestniczki, by opowiedzieli, co po kolei działo się na zajęciach. Wykorzystaj do tego zapisane wcześniej kartki flipczarta, staraj się, by nie ominęli żadnego etapu zajęć. Możesz przywoływać konkretne słowa, sytuacje, np. śmieszne momenty, tak by utrwalić wiadomości.

Rozmawialiśmy dzisiaj o prawach człowieka. Niektórzy tylko je sobie przypomnieli, niektórzy poznali je dziś po raz pierwszy. Wiecie już, że najważniejsze prawa to godność, równość i wolność. Pamiętajcie też, że każdy człowiek ma takie same prawa, dlatego musimy szanować prawa innych ludzi.

Każdy self-adwokat powinien znać prawa człowieka, żeby lepiej działać dla siebie i dla innych osób z niepełnosprawnością intelektualną.

Na koniec rozdaj uczestnikom/uczestniczkom kartę pracy „PRAWA” i poproś, by uzupełnili ją w domu. Jeśli uczestnicy będą chcieli uzupełnić ją podczas zajęć, postaraj się im to umożliwić.



Karta pracy „PRAWA“

Czy poznałeś na zajęciach prawa, o których wcześniej nie wiedziałeś? Jakie to były prawa?

.....

.....

.....

.....

.....

Jakie prawo człowieka jest dla Ciebie najważniejsze?

.....

.....

.....

.....

.....

Co to znaczy, że wszyscy ludzie są równi?

.....

.....

.....

.....

.....

Dlaczego self-adwokat powinien znać prawa człowieka?

.....

.....

.....

.....

.....

Monika Zima-Parjaszewska

Mam prawa - część 2

1. Cel zajęć:

Wiedza

Zapoznanie uczestników/uczestniczek z Konstytucją Rzeczypospolitej Polskiej - najważniejszymi przepisami rozdziału II.

Zapoznanie z katalogiem aktów prawnych dotyczących praw człowieka.

Umiejętności

Nabycie umiejętności wykorzystywania Konstytucji w praktyce.

Nauka poszukiwania informacji o prawach człowieka.

Wartości

Zachęcenie uczestników/uczestniczek do czytania i poznawania Konstytucji.

Nabycie przekonania, że osoby z niepełnosprawnością intelektualną mają takie same wolności i prawa jak inni ludzie.

2. Czas trwania – 90 min (w tym krótka przerwa)

3. Materiały

- Flipchart (tablica, arkusz papieru)
- Kartki papieru
- Pisaki
- Flamastry
- Taśma klejąca
- Egzemplarze Konstytucji
(najlepiej wydanie kieszonkowe lub w formacie A5, 1 na uczestnika/uczestniczkę)
- Karta pracy „PRAWA” z pierwszej części zajęć wypełnione przez uczestników/uczestniczeki
- Ilustracje z gazet
- Reklamy wybrane przez osobę prowadzącą, naklejone na kartki papieru
(omówione poniżej, 1 karta na jednego uczestnika/uczestniczkę)
- Materiały wypracowane podczas pierwszej części zajęć.



4. Metody pracy

Mini wykład, praca indywidualna, praca w grupie, burza mózgów, dyskusja, wypowiedź indywidualna na forum, scenki rodzajowe.

5. Konspekt zajęć

- Powitanie, przypomnienie ram organizacyjno–czasowych, wprowadzenie do tematu.
- Przypomnienie pierwszej części zajęć.
- Spotkanie z Konstytucją.
- Godność, wolność, równość.
- Pokaż mi swoje prawa.
- Podsumowanie zajęć.

6. Przebieg zajęć

Wprowadzenie do tematu

Podczas dzisiejszych zajęć dokończymy temat, o którym już rozmawialiśmy. Pamiętajcie jak mówiliśmy o prawach człowieka? Dziś dowiemy się, jak na co dzień możemy z nich korzystać.

Zajęcia będą trwały 90 minut. W trakcie zrobimy sobie krótką przerwę. To bardzo ważny temat, dlatego proszę o uwagę. Podczas trwania zajęć wszystkich obowiązują wspólnie ustalone zasady (kontrakt).

UWAGA!

Pokazujemy uczestnikom/uczestniczkom spisany na wcześniejszych zajęciach kontrakt i odcytujemy wszystkie jego punkty.

Przypomnienie pierwszej części zajęć

Zajęcia z praw człowieka mają bardzo duże znaczenie dla self-adwokatów. Są punktem wyjścia do wielu tematów dotyczących życia osób z niepełnosprawnością intelektualną. Dlatego, bardzo ważne jest dokładne przypomnienie pierwszej części zajęć. W tym celu możesz moderować dyskusję wskazując kolejne etapy pierwszej części zajęć i pobudzać pytaniami uczestników/uczestniczki do dzielenia się swoją zdobytą wiedzą i opiniami. Możesz także sukcesywnie zawieszać dookoła materiały wypracowane podczas pierwszej części zajęć. Możesz także podzielić uczestników/uczestniczki na 4-osobowe grupy i poprosić, by wyjęli uzupełnione karty pracy „PRAWA”. Niech każda grupa wybierze sobie jedno zagadnienie, które po krótkim przygotowaniu zaprezentuje pozostałym. Forma prezentacji jest dowolna, ale staraj się zachęcać uczestników/uczestniczki do kreatywności.

W tych samych grupach rozdaj uczestnikom/uczestniczkom karki papieru z naklejonymi obrazami z gazet (mogą to być reklamy, ilustracje do tekstu). Ważne, by były one charakterystyczne, bardzo ciekawe, odnoszące się na przykład do aktualnych wydarzeń politycznych, społecznych. Przygotuj tyle kartek ilu jest uczestników/uczestniczek.

Przypomnieliście sobie, że na ostatnich zajęciach rozmawialiśmy o prawach człowieka. Chciałabym teraz sprawdzić, czy pamiętacie, co oznaczają niektóre z nich i czy umiecie rozpoznać prawa człowieka w codziennym życiu. Waszym zadaniem będzie ustalenie, co przedstawiają obrazy na kartkach, z jakimi prawami człowieka się Wam kojarzą. Porozmawiajcie w grupie i ustalcie wspólną odpowiedź. Jeśli jakiś obraz kojarzy się Wam z kilkoma prawami, to powiedzcie je wszystkie. Każdy z Was będzie musiał opowiedzieć o jednym obrazie.

Spotkanie z Konstytucją

*Popatrzcie na wypisane przez nas prawa. Nie wszyscy je znali. Myślicie, że my pierwsi je wymyśli-
liśmy?*

*Pewnie nie. Pamiętacie jak zapytałam Was, czy lepiej uczyć się ich na pamięć, czy lepiej zapisać?
Powiedzieliście, że lepiej zapisać. A myślicie, że ktoś już kiedyś je gdzieś zapisał?*

Gdzie?

*Może się okazać, że uczestnicy/uczestniczki znają już zarówno słowo „konstytucja”, jak i „kon-
wencja o prawach osób z niepełnosprawnościami”. Jeśli padło ono w pierwszej części zajęć, lub
wcześniej, grupie będzie łatwiej je skojarzyć.*

*Mówicie, że w konstytucji? A co to jest?
.*

*Co tam jest zapisane? Wszystkie prawa? A ktoś ją widział? Jak ona wygląda? Jeśli tam są wszyst-
kie prawa, to ona musi być pewnie bardzo duża? Jak myślicie, jaka duża? Gruba?.....A z które-
go roku ona może być? Jest bardzo stara?
.*

*Czy ja dobrze zrozumiałam, tam są zapisane wszystkie prawa każdego człowieka, a nikt jej z Was
nie widział? (alternatywnie:a widziało ją z Was tylko kilka osób?)*

Jak to możliwe?

*Ja wiem, że w konstytucji są zapisane nie tylko prawa każdego człowieka, ale na przykład jak
wygląda władza w naszym państwie, jak działają sądy. I okazuje się, że Wy jej nie znacie!*

Kto chciałby poznać konstytucję, kto chciałby ją zobaczyć?

W zależności od grupy możesz wprowadzić dokument konstytucji w różny sposób. Nawet, jeśli uczestnicy/uczestniczki mieli wiedzę na temat tego dokumentu, to możesz poprosić wszystkich o zamknięcie oczu i nie otwieranie ich dopóki nie powiesz, że można. W tym czasie rozłóż na kolanach/na



stole przed każdym uczestnikiem egzemplarz konstytucji. Przy zakupie konstytucji zwróć uwagę na czcionkę i przejrzystość dokumentu. Na przykład wprowadzenie, które obejmuje kilkanaście stron nie jest niezbędne uczestnikom/uczestniczkom na tym etapie edukacji. Dobrze, jeśli uda Ci się kupić konstytucję ze spisem treści, wtedy łatwiej się będzie z nią zapoznawać.

Otwórzcie teraz oczy! O, co to jest?

Przeczytajmy wszyscy razem tytuł z okładki.

. Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej.

No proszę, ale mamy szczęście. Mamy w ręku najważniejszy dokument w państwie.

Otwarcie oczu i wzięcie konstytucji do rąk może spowodować różne głosy zdziwienia. Nawiązuj do wcześniejszych opisów konstytucji. Chodzi o to, by uczestnicy/uczestniczki poczuli, że konstytucja jest dla każdego, nie jest to wielka księga w bibliotece, ani album na półce, ale jest to „cienka książeczka”, którą każdy może mieć dla siebie.

Pytania pomocnicze:

I rzeczywiście jest taaaaka duża?

Jak ją sobie wyobrażaliście?

Myślicie, że w tej małej książeczce zapisane są wszystkie prawa człowieka?

.

Zaraz się przekonamy.

Najlepiej, żeby prowadzący wyznaczał kolejne etapy poznawania konstytucji, żeby uczestnicy/uczestniczki nie pogubili się w tym.

Przyjrzyście się dokładnie, zobaczcie co jest w środku. Od czego zaczynamy? Od czego Wy zaczynacie czytać książki, od końca, czy od początku? Może od początku... Otwórzcie na pierwszej stronie, co tam jest napisane?

A na drugiej? Spis treści. Spis treści, czyli informacja co jest w środku, w jakiej kolejności. I co tam widzicie? Wstęp, a potem są numery rozdziałów. Jak w książce, rozdział pierwszy, rozdział drugi. Żeby się ją łatwiej czytało.

Z którego roku jest konstytucja? Z 2 kwietnia 1997 r. To ile ona ma lat? Zobaczcie, już tyle lat mamy tę konstytucję, a tak mało osób ją zna!!!

Czy chcecie poznawać dalej? Myślicie, że warto, czy dajemy sobie spokój? Jeśli czytamy dalej, to najpierw poproszę, aby każdy/każda z Was wziął/wzięła długopis. Podpiszmy swoje konstytucje i wpiszmy obok datę.

Wasz podpis oznacza nie tylko to, że to Wasza konstytucja. To także zobowiązanie, Wasza obietnica, że będziecie ją czytać, poznawać i uczyć się jej. Każdy self-adwokat musi znać prawa człowieka, musi umieć bronić swoich praw i praw innych osób z niepełnosprawnością intelektualną.

Jeśli ktoś ma problemy w pisaniu, zaproponuj pomoc, ustal z uczestnikiem/uczestniczką sposób zaznaczenia własności konstytucji. To ważny moment w zajęciach.

A co jest w środku? Mówiliście, że jest jakiś wstęp? Wiecie jak on się nazywa? Wstęp w konstytucji to jest preambuła! To bardzo trudne słowo, ale jak chcecie, to zapamiętajcie je, możecie zapisać sobie przed tekstem. Preambuła jest bardzo oficjalna.

Poproś uczestnika/uczestniczkę o odczytanie fragmentu preambuły, najlepiej kilku pierwszych wersów. Zapytaj z czym się to grupie kojarzy.

Zobaczcie co jest dalej. To są takie dziwne znaki: Art. 8, art. 9, co to znaczy? (może się okazać, że jest cała nazwa: artykuł). Tak, to jest artykuł. Nie taki jak w gazecie np. o wydarzeniach politycznych lub sportowych. Artykuł to jest taki krótki opis ważnego tematu w tekście prawnym, w ustawach, rozporządzeniach, to są takie zdania, zobaczcie jakie krótkie. Żeby się lepiej czytało konstytucję, cały tekst jest podzielony na rozdziały, a rozdziały podzielone są na artykuły. Czasem zdarza się, że artykuły są jeszcze podzielone na paragrafy, punkty. A w konstytucji oprócz artykułów, są jeszcze ustępy. Np. zobaczcie art. 4, tam są dwa ustępy: pierwszy i drugi.

Jak myślicie ile artykułów ma konstytucja? Nie sprawdzajcie jeszcze, spróbujcie odgadnąć. Skoro tam jest tyle ważnych praw zapisanych, to ile ona może mieć tych artykułów?

No właśnie 243. Mnie się wydaje, że to bardzo mało, ale wyobraźcie sobie, że w porównaniu z innymi państwami Polska konstytucja jest dość długa.

Czy to znaczy, że uczymy się ich wszystkich? Może wybierzemy na początek te, które są dla nas najważniejsze?

Otwórzcie spis treści i sprawdźcie, w którym rozdziale mogą być zapisane artykuły najważniejsze dla self-adwokatów?

Jeśli uczestnicy/uczestniczki odnajdą rozdział drugi, poproś by zaznaczyli markerem/flamastrem jego tytuł i żeby wszyscy go wspólnie na głos przeczytali.

„Wolności, prawa i obowiązki człowieka i obywatela”

Wyjaśnij, że ten rozdział jest o prawach, ale i o obowiązkach, o prawach człowieka i o prawach obywatela. Jeśli uznasz, że to potrzebne, wyjaśnij różnice między wolnością a prawem. Często wolność kojarzona jest z więzieniem, brakiem wolności. Posłuż się przykładami z rysunku człowieka, jeśli były na nim te nazwy: wolność słowa, wolność religii, wolność przemieszczania się, prawo do nauki, prawo do ochrony zdrowia. Wolność oznacza taką sferę życia bardziej osobistą, w której człowiek może robić to wszystko, czego prawo mu nie zabrania. A prawo do czegoś jest zawsze dokładnie określone i można robić tylko to, na co prawo pozwala.

Przypomnij, że w Polsce żyją nie tylko obywatele Polski, ale także ludzie, którzy przyjechali z innych krajów, którzy mają inne obywatelstwo. Dlatego niektóre prawa są tylko dla obywateli, a większość jest dla każdego człowieka. Zwróć uwagę, że to rozdział II, czyli prawie początek konstytucji, co oznacza, że prawa człowieka mają duże znaczenie (rozdziałów jest trzynaście).



Godność, wolność, równość

Zapytaj uczestników, czy pamiętają trzy najważniejsze prawa człowieka (chodzi o godność, równość, wolność) i jedno takie, bez którego nie byłoby innych praw. Poproś, by odnaleźli godność w rozdziale drugim – to art. 30. Zwróć uwagę, że przed art. 30 jest napisany tytuł – Zasady ogólne. Poproś, aby ktoś przeczytał głośno i wyraził jego treść. Przepis art. 30 jest bardzo trudny, dlatego wyjaśniaj każde słowo po kolei.

Art. 30

Przyrodzona i niezbywalna godność człowieka stanowi źródło wolności i praw człowieka i obywatela. Jest ona nienaruszalna, a jej poszanowanie i ochrona jest obowiązkiem władz publicznych.

„Przyrodzona” – przy urodzeniu/od urodzin/od narodzin

„Niezbymalna” – nie mogę jej nikomu oddać, nie mogę jej zbyć

„Nienaruszalna” – nikt nie może mi jej odebrać, ani jej naruszyć.

„Jest źródłem wolności i praw człowieka” – przez skojarzenia ze źródłem, możesz wytłumaczyć na rysunku drzewa, że godność jest dla praw tym, czym korzenie dla drzewa. To dzięki godności człowiek ma prawa (gałęzie drzewa możesz zapisać różnymi prawami).

Podkreśl również to, że ochrona godności jest obowiązkiem władzy publicznej, ale też każdego innego człowieka. Przypomnij z pierwszej części zajęć, że każdy człowiek ma godność, że trzeba ją szanować, że to tarcza ochronna przed innymi.

Poproś uczestnika o odczytanie art. 31 ust. 1 i ust. 2 (ustęp 3 jest bardzo trudny i na razie nie ma konieczności, by go odczytywać). Przypomnij z pierwszej części zajęć, jak można pokazać innym wolność (wyciągnięte w bok ręce zaznaczają sferę naszej wolności i naszych praw i jeśli chcemy z nich korzystać, musimy uważać by nie skrzywdzić innych).

Art. 31

1. Wolność człowieka podlega ochronie prawnej.

2. Każdy jest obowiązany szanować wolności i prawa innych.

Nikogo nie wolno zmuszać do czynienia tego, czego prawo mu nie nakazuje.

Zapytaj, jakiego prawa brakuje: była godność, wolność, została jeszcze równość. Poproś o odczytanie art. 32.

Art. 32

1. Wszyscy są wobec prawa równi. Wszyscy mają prawo do równego traktowania przez władze publiczne.

2. Nikt nie może być dyskryminowany w życiu politycznym, społecznym lub gospodarczym z jakiejkolwiek przyczyny.

Uczestnicy/uczestniczki mogą znać słowo dyskryminacja. Jeśli ten wątek był poruszany podczas pierwszej części zajęć szczegółowo, to tylko go przypomnij. Wykorzystaj do tego arkusz z naklejonymi postaciami z gazet i zdjęciami uczestników/uczestniczek.

Co to jest dyskryminacja? Ludzie często używają tego słowa, ale nie zawsze wiedzą, co ono oznacza. Dyskryminacja to gorsze traktowanie ludzi dlatego, że mają jakąś szczególną cechę. Nie chodzi o to, że ktoś mi sprawił przykrość i mnie obraził. Chodzi o to, że na przykład są osobami z niepełnośprawnosćmi, są starsi, pochodzą z innego kraju, wyznają inną religię. Dyskryminacja to zabieranie ludziom ich wolności i praw.

Dyskryminacja osób z niepełnosprawnością intelektualną jest wtedy, gdy:

- *pracodawca nie zatrudni takiej osoby i mówi, że ona nic nie potrafi i nie może pracować,*
- *dyrektor nie przyjmie do szkoły dziecka z niepełnosprawnością intelektualną i mówi, że dla takich dzieci są tylko szkoły specjalne,*
- *autobusy i tramwaje mają schody i osoba na wózku inwalidzkim nie może do nich wjechać,*
- *informacje w urzędzie o płaceniu podatków są napisane trudnym językiem i nie można ich zrozumieć,*
- *kelner nie chce wpuścić do restauracji takiej osoby i mówi, że powinna siedzieć w domu.*

Najczęściej dyskryminują ludzie, którzy boją się tego, co inne i czego nie znają. Niestety zdarza się także, że dyskryminują przepisy prawa. Takie przepisy trzeba zmieniać.

Bardzo ważne jest to, że nie każde zachowanie, które obraża człowieka lub sprawia mu przykrość, jest dyskryminacją.

Dyskryminacja jest wtedy, gdy ktoś narusza prawa innej osoby, gorzej ją traktuje tylko dlatego, że ona ma jakąś szczególną cechę.

Dyskryminacja zawsze narusza godność człowieka.

Pamiętajcie, według konstytucji nie jest ważne, jak ktoś wygląda, ile ma lat, jaką wyznaje religię. Nie jest też ważne, czy jest osobą pełnosprawną, czy z niepełnosprawnością.

Wszyscy mają takie same wolności i prawa. Wszyscy powinni być jednakowo traktowani w każdej dziedzinie życia. Na przykład: w szkole, w pracy, w urzędzie, w rodzinie, w restauracji, w szpitalu.

Poproś, by uczestnicy sprawdzili, gdzie kończy się rozdział drugi i zaznaczyli sobie to w konstytucji, a następnie policzyli ile jest w nim praw (od art. 30 do art. 86, ale ostatnie 5 artykułów to obowiązki). Przy okazji niech zwrócą uwagę na podział praw (śródytytuły) – wolności i prawa osobiste, wolności i prawa polityczne, wolności i prawa ekonomiczne, socjalne i kulturalne. Są jeszcze środki ochrony tych praw, czyli to co można zrobić, gdy ktoś narusza nasze prawa. Na końcu są obowiązki. Sprawdź, czy uczestnicy pamiętają, co znaczą „wolności” – np. wolność słowa, wolność sumienia, a prawo do nauki. Nie muszą zapamiętywać wszystkich prawidłowych nazw, ale zwróć na to uwagę.



Pokaż mi swoje prawa

Podziel uczestników/uczestniczki na 4-osobowe grupy. Ich zadaniem będzie odnalezienie kilku praw, które wydadzą się im ważne. Zapytaj, czy ktoś chciałby znaleźć jakieś konkretne prawo.

Każdy uczestnik musi wybrać jedno prawo, zaznaczyć markerem i przeczytać je najpierw swojej grupie. Przypomnij, że mogą szukać w całym rozdziale drugim. Powiedz, że zakreślanie ważnych fragmentów w tekście pomaga im uczyć się, zapamiętywać i że tak uczą się studenci.

Przygotuj arkusz papieru – zapisuj prawa wybrane przez uczestników i obok numery artykułów. Każdy uczestnik/uczestniczka zakreśla markerem prawo, które aktualnie jest czytane i omawiane. W ten sposób poznają więcej praw.

Po zakończeniu ćwiczenia, poproś, by uczestnicy/uczestniczki wrócili do swoich grup. Każda grupa musi wybrać jedno prawo, które będzie musiała przedstawić innym w formie scenki. Wytłumacz, że chodzi o to, by każdy wziął w niej udział, że można wykorzystać wszystkie rekwizyty znajdujące się w sali. Pozostali nie będą wiedzieć, jaki artykuł z konstytucji i jakie prawo grupa pokazuje i będą musieli to odgadnąć (chyba, że odczytanie artykułu będzie elementem scenki).

Zaproponuj, by każda grupa porozmawiała, co jest najtrudniejsze w życiu osób z niepełnosprawnością intelektualną i wykorzystała konstytucję, by walczyć o swoje prawa. W scenie, jeśli będzie potrzeba można odczytać treść artykułu. Oczywiście dopilnuj, by prawa się nie powtarzały. Do najistotniejszych artykułów, które warto prezentować w scenkach należą: art. 30, art. 32, art. 47, art. 65, art. 68, art. 69, art. 70. Będzie łatwiej, jeśli te artykuły zostały wcześniej zapisane na arkuszu papieru. Możliwe scenki: dyskryminacja w rekrutacji do pracy, odmowa prawa do nauki w publicznej szkole powszechnej, prawo do decydowania o swoim życiu osobistym w rodzinie, niezależność dorosłej osoby z niepełnosprawnością intelektualną wobec swoich rodziców, związki, małżeństwo, równouprawnienie między kobietą i mężczyzną.

Poproś wszystkich o uwagę, powiedz, że to trudne odegrać scenkę, ale jednocześnie ważne ćwiczenie.

Po zakończeniu, zapytaj pozostałych, czy wiedzą o jakie prawo chodziło. Omów dokładnie każdą scenkę, dopytuj uczestników/uczestniczki, czy wszystko zrozumieli, czy spotkali się z takimi sytuacjami, czy sami przeżyli coś takiego.

Pytania pomocnicze:

Czy przydała się Wam konstytucja?

Czy czuliście się pewniej w walce o swoje prawa?

Czy myślicie, że warto nosić konstytucję przy sobie?

Czy warto znać konstytucję?

Co zrobić, kiedy ktoś chce naruszyć nasze prawa?

Podsumowanie

Poproś uczestników/uczestniczki, by opowiedzieli, co po kolei działo się na zajęciach. Wykorzystaj do tego zapisane wcześniej arkusze papieru, staraj się, by nie ominęli żadnego etapu zajęć. Możesz przywoływać konkretne słowa, sytuacji, np. śmieszne momenty, tak by utrwalić wiadomości.

Na dzisiejszych zajęciach już po raz drugi rozmawialiśmy o prawach człowieka. Dziś dowiedzieliście się, że wszystkie prawa zostały zapisane w konstytucji. Każdy self-adwokat musi znać prawa człowieka.

Ludzie często dyskryminują osoby z niepełnosprawnością intelektualną. To znaczy, że naruszają ich prawa. To zabronione. Trzeba wiedzieć jak walczyć o swoją godność.

Konstytucja jest bronią każdego self-adwokata. Podpisaliście ją, to ważne zobowiązanie. Codziennie powinniście przeczytać choć jeden artykuł.

W konstytucji jest trzynaście rozdziałów. Na razie poznaliście tylko drugi, ale od tej pory będziemy się uczyć o innych ważnych sprawach w każdym państwie – na przykład o sejmie, senacie, premierze, o rządzie, o sądach, trybunałach.

Na koniec rozdaj kartę pracy „PRAWA CZŁOWIEKA” i poproś o jej uzupełnienie w domu.



Karta pracy „PRAWA CZŁOWIEKA“

1. Gdzie są zapisane wszystkie prawa człowieka?

.....

.....

.....

.....

.....

2. Z którego roku jest konstytucja?

.....

3. Jak nazywa się wstęp do konstytucji i co jest w nim zapisane?

.....

.....

.....

.....

4. O czym mówi art. 30 konstytucji?

.....

.....

.....

5. Co to jest dyskryminacja?

.....

.....

.....

.....

6. Który artykuł w rozdziale drugim konstytucji jest dla Ciebie najważniejszy? Napisz dlaczego?

.....

.....

.....

.....

Monika Zima-Parjaszewska

Konwencja o prawach osób z niepełnosprawnościami

1. Cel zajęć

Wiedza

Zapoznanie uczestników/uczestniczek z *Konwencją o prawach osób z niepełnosprawnościami*.
Zapoznanie uczestników/uczestniczek ze znaczeniem Konwencji w rzecznictwie praw człowieka.

Umiejętności

Nabycie umiejętności wykorzystywania Konwencji w praktyce.
Nauka bycia ambasadorem Konwencji.
Nauka poszukiwania informacji o prawach człowieka.

Wartości

Zachęcenie uczestników/uczestniczek do czytania i poznawania Konwencji.
Uświadomienie osobom z niepełnosprawnościami istnienia międzynarodowego systemu ochrony ich praw.

2. Czas trwania – 90 min (w tym krótka przerwa)

3. Materiały

- Flipchart (tablica, arkusz papieru)
- Kartki papieru
- Pisaki
- Flamastry



- Taśma klejąca
- Egzemplarze Konwencji (najlepiej wydanie z poprawną terminologią, np. nie osoby niepełnosprawne, ale osoby z niepełnosprawnościami)
- Wydrukowane definicje niepełnosprawności (załącznik nr 1)
- Wydrukowany wykaz międzynarodowych aktów prawnych i organizacji międzynarodowych (załącznik nr 2).

4. Metody pracy

Mini wykład, praca indywidualna, praca w grupie, burza mózgów, dyskusja, wypowiedź indywidualna na forum.

5. Konspekt zajęć

- Powitanie, przypomnienie ram organizacyjno–czasowych, wprowadzenie do tematu.
- Osoba z niepełnosprawnością – kto to jest?
- Dyskryminacja osób z niepełnosprawnością intelektualną.
- Umowy międzynarodowe.
- Spotkanie z Konwencją.
- Podsumowanie zajęć.

6. Przebieg zajęć

Wprowadzenie do tematu

Podczas dzisiejszych zajęć poznamy kolejny ważny dokument dla self-adwokatów. Rozmawialiśmy ostatnio o prawach każdego człowieka. Czytaliście już konstytucję, która jest dla każdego człowieka mieszkającego w Polsce. Natomiast dziś będziemy czytać dokument, który jest tylko dla osób z niepełnosprawnościami. Dowiemy się kto napisał ten dokument i dlaczego.

Zajęcia będą trwały 90 minut. W trakcie zrobimy sobie krótką przerwę. To bardzo ważny temat, dlatego proszę o uwagę. Podczas trwania zajęć wszystkich obowiązują wspólnie ustalone zasady (kontrakt).

UWAGA!

Pokazujemy uczestnikom/uczestniczkom spisany na wcześniejszych zajęciach kontrakt i odczytujemy wszystkie jego punkty.

Osoba z niepełnosprawnością – kto to jest?

Pewnie już domyślacie się o jakim dokumencie będziemy dziś rozmawiać, prawda? Już wspominaliśmy o nim kilka razy. To „Konwencja o prawach osób z niepełnosprawnościami”. Nie będziemy jej na razie oglądać, ani czytać. Najpierw musimy się zastanowić, kto to jest osoba z niepełnosprawnością. Czasami mówi się osoba niepełnosprawna, czasami po prostu niepełnosprawny. Znacie jeszcze jakieś inne słowa? Jak się mówi o osobach z niepełnosprawnościami?

Bądź przygotowany na to, że mogą padać bardzo różne terminy – „kaleka, inwalida, niedorozwinięty, czubek”, itp. Zapisz wszystkie odpowiedzi na arkuszu i zapytaj uczestników, które z nich wydają się im obraźliwe, przykre, a które nie. Możesz zakreślać/przekreślać różnymi kolorami. W tej części zadania nie chodzi jeszcze o identyfikację uczestników/uczestniczek ze swoją niepełnosprawnością, ale o poznanie zróżnicowanej terminologii na temat niepełnosprawności. Jeśli będą padały określenia o innych niepełnosprawnościach, np. ślepy, głuchy, też je zapisz.

Macie rację, niektóre z tych określeń są bardzo obraźliwe, niektóre bardzo stare. W dwudziestym pierwszym wieku najlepiej mówić osoba z niepełnosprawnością. Za chwilę wytłumaczę Wam dlaczego. Najpierw jednak wyobraźcie sobie, że musicie komuś wytłumaczyć, kto to jest osoba z niepełnosprawnością/osoba niepełnosprawna. On nie ma pojęcia co to znaczy niepełnosprawność. Musicie mu to jakoś prosto wytłumaczyć.

Podziel uczestników na 4-osobowe grupy, ogłoś konkurs. Poproś, by uczestnicy/uczestniczki w grupach porozmawiali, kim według nich jest osoba z niepełnosprawnością, czy znają jakieś osoby z niepełnosprawnościami. Nie sugeruj, żeby wymieniali różne niepełnosprawności. Najczęściej osoby z niepełnosprawnością mówią o „inwalidach, osobach na wózku, niewidomych”, ale nie umieją mówić o niepełnosprawności intelektualnej, nie utożsamiają się z nią. Na późniejszym etapie tych zajęć i na innych zajęciach możesz używać zwrotu „osoby z niepełnosprawnościami, takie jak WY”.

Na tablicy/flipczarcie napisz na środku, z góry na dół hasło: osoba z niepełnosprawnością. W zależności od liczby grup powiedz, żeby każda wymyśliła 3-5 cech, które składają się na definicję niepełnosprawności i postarały się wpisać te cechy, tak jak do krzyżówki. Zaproponuj, że pierwszą cechą wymyślicie razem i Ty ją wpiszesz. Kolejność nie ma znaczenia. Przed wpisaniem każdej cechy, uzyskaj akceptację wszystkich uczestników/uczestniczek. Oczywiście, nie musicie wypełniać wszystkich brakujących pól.



Przykładowy schemat:

O
S
O
SŁAB
SZA
NIEWIDOM
A

Z

SMUTNA
I
E
P
E
Ł
N
POTRZEBUJĄCA WSPARCIA
S
P
R
NA WÓZKU
W
N
O
Ś
C
I
A

Uczestnicy mogą skupiać się na zdrowiu, zasugeruj, by rozważyli całą sytuację osoby z niepełnosprawnością intelektualną, na przykład jej cały dzień, aktywności i tam poszukaj z nimi cech niepełnosprawności.

Podsumuj wypowiedzi i wykres. Powiedz uczestnikom/uczestniczkom, że stworzyli własną definicję niepełnosprawności. Jest bardzo wiele definicji niepełnosprawności. Niektóre skupiają się tylko na zdrowiu, inne na tym, czego człowiek nie potrafi zrobić. W tych samych grupach, które powstały wcześniej, zaproś uczestników do kolejnego zadania. Rozdaj w tym celu kartki z wydrukowanymi definicjami, ustal która grupa będzie czytała konkretną z nich. Zadaniem grupy będzie przedstawienie tej definicji pozostałym.

Mamy swoją definicję, a teraz zobaczymy różne przepisy prawa, które mówią o niepełnosprawności. Jeden z nich na pewno pamiętacie. To art. 69 konstytucji. Mówi o pomocy państwa dla osób niepełnosprawnych. Każda grupa wybierze sobie jedną definicję. To są przepisy prawa. To nie jest łatwy język, dlatego proszę o uwagę. Ale nie bójcie się, na pewno sobie poradzicie.

Poproś, aby uczestnicy/uczestniczki podkreślili słowa, których nie rozumieją. Wyjaśnij je. Podsumuj wszystkie definicje. Powiedz, że skupiają się raczej na tym, czego osoba z niepełnosprawnością nie potrafi, czego nie umie i często odwołują się do pracy. Porównaj te definicje z definicją stworzoną przez uczestników/uczestniczki, poszukaj wspólnych części.

Zwróć uwagę (być może już wcześniej nawiązywałeś do tego), że są różne niepełnosprawności: słuchu, wzroku, niepełnosprawność ruchowa, intelektualna, i w związku z tym wsparcie osób z niepełnosprawnościami musi być różnorodne.

W zależności od świadomości grupy na temat różnych niepełnosprawności postaraj się wymienić kilka potrzeb każdej z nich. Jeśli uznasz za celowe, możesz zawiązać komuś oczy i poprosić o wykonanie jakiejś czynności, możesz włożyć uczestnikowi/uczestniczce korki do uszu i poprosić pozostałych, by cicho mówili, jeśli masz możliwość skorzystania z wózka inwalidzkiego, wykorzystaj go, by pokazać jak trudno się na nim poruszać.

Niestety w Polsce nie ma jednej definicji niepełnosprawności. Jak widzicie, najczęściej osoba z niepełnosprawnością w przepisach prawa to taka, która czegoś nie potrafi. Na przykład nie umie żyć w społeczeństwie (niezdolna do pełnienia ról społecznych). Zgadzacie się z tym?

Rozejrzyjcie się wokół, przecież Wy jesteście osobami z niepełnosprawnością intelektualną. Czy to znaczy, że jesteście gorsi, że nie umiecie żyć w społeczeństwie? Oczywiście, że nie! A niestety, niektórzy ludzie tak myślą. Chciałabym teraz, żebyście się zastanowili, jak ludzie traktują osoby z niepełnosprawnościami.

Dyskryminacja osób z niepełnosprawnościami

Pytania pomocnicze:

Co to jest dyskryminacja?

Czy można dyskryminować ludzi?

Gdzie jest zapisany zakaz dyskryminacji?

Jacy ludzie są najczęściej dyskryminowani?

Jak ludzie traktują osoby z niepełnosprawnościami?

Dlaczego ludzie dyskryminują osoby z niepełnosprawnościami?

Zapisz na tablicy/arkuszu papieru odpowiedzi dotyczące zachowań innych wobec osób z niepełnosprawnościami. Rozszerz pytanie o całą sytuację osób z niepełnosprawnościami, o ich jakość życia, dostęp do dóbr i usług. Zwróć uwagę, jak często dochodzi do dyskryminacji osób z niepełnosprawnościami. Przypomnij art. 32 konstytucji.

Okazuje się, że artykuł 32 to za mało. Potrzebne jest dobre prawo, które będzie chroniło osoby z niepełnosprawnościami. Ludzie mają obowiązek przestrzegać prawa.

Jeśli ktoś popełni przestępstwo, to ponosi za to karę.

Jeśli ktoś nie płaci podatków, to musi potem zapłacić więcej - i podatki, i odsetki.

Jeśli jest czerwone światło, to nie można wejść na przejście dla pieszych.

O tym mówi prawo. Osoby z niepełnosprawnościami potrzebują dobrego prawa.



Umowy międzynarodowe

Już wiecie, że w Polsce prawo zapisane jest w konstytucji. Prawo jest też zapisane w ustawach i rozporządzeniach. Znać jakąś ustawę? Przed chwilą czytaliście definicje niepełnosprawności, które są zapisane w różnych ustawach. Np. ustawa o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz o zatrudnianiu osób niepełnosprawnych, ustawa o pomocy społecznej, ustawa o świadczeniach rodzinnych. A wiecie, że kodeksy to też ustawy? Jakie kodeksy znacie? Kodeks to jest ustawa, w której są zapisane prawa dotyczące różnych spraw życiowych – np. kodeks rodzinny, kodeks pracy, kodeks cywilny.

Gdzie jeszcze zapisane jest prawo? Prawo jest jeszcze w umowach międzynarodowych. Umowa międzynarodowa to dokument, w którym różne państwa i organizacje międzynarodowe ustalają prawa. W konstytucji jest zapisane, że Polska przestrzega umów międzynarodowych.

Czy znacie jakieś umowy międzynarodowe?

Jest wiele umów, które mówią o prawach człowieka. Dotyczą wszystkich ludzi, czyli także osób z niepełnosprawnościami. Zaraz się okaże, czy je znacie.

Podziel uczestników/uczestniczki na grupy i rozdaj im wycięte nazwy umów i osobno organizacji międzynarodowych. Poproś, by spróbowali połączyć zgodnie z tym, jaka organizacja wydała który dokument.

Na przykład:

Europejska Konwencja o Ochronie Praw Człowieka i Podstawowych Wolności – Rada Europy
Międzynarodowy Pakt Praw Obywatelskich i Politycznych – Organizacja Narodów Zjednoczonych (ONZ)
Konwencja o Prawach Dziecka - ONZ
Karta Praw Podstawowych – Unia Europejska

Umowy międzynarodowe są też po to, żeby sądy i trybunały międzynarodowe pilnowały, czy państwa przestrzegają praw. Jakie znacie trybunały?

Jest Trybunał Konstytucyjny, ale on jest w Polsce.

Jest Trybunał Stanu, ale on zajmuje się politykami.

Jest bardzo ważny Europejski Trybunał Praw Człowieka w Strasburgu.

Do niego można pisać skargi, gdy Polska nie przestrzega Europejskiej Konwencji o Ochronie Praw Człowieka.

Spotkanie z Konwencją

Powiedzieliśmy, że osoby z niepełnosprawnościami potrzebują większego wsparcia, potrzebują takiego prawa, które pomoże im korzystać z wszystkich praw człowieka.

Dlatego Organizacja Narodów Zjednoczonych postanowiła przygotować umowę międzynarodową dla osób z niepełnosprawnościami.

Organizacja Narodów Zjednoczonych - w skrócie: ONZ to organizacja różnych państw z całego świata. Powstała w 1945 roku, zaraz po zakończeniu drugiej wojny światowej. Jej celem jest dbanie o pokój na świecie, pilnowanie bezpieczeństwa. ONZ bardzo dba o prawa człowieka, chce by państwa przestrzegały praw człowieka i współpracowały ze sobą. Obecnie do ONZ należą aż 193 państwa. Polska przystąpiła do ONZ w 1945 roku.

ONZ chciała, żeby w tej umowie o osobach z niepełnosprawnościami były najważniejsze dla nich prawa, ale też by były tam obowiązki dla każdego państwa. ONZ kilka lat pracowała nad tym dokumentem i uchwaliła go 13 grudnia 2006. Polska jest członkiem tej Organizacji i podpisała Konwencję w dniu 13 marca 2007 r.

Podpisanie Konwencji nie oznaczało, że Konwencja będzie w Polsce obowiązywać. Żeby Konwencja mogła w Polsce obowiązywać i żeby wszystkie osoby z niepełnosprawnościami miały takie prawa, jakie zostały zapisane w Konwencji, to Konwencja musiała być ratyfikowana.

Ratyfikacja to podpis Prezydenta pod umową. Ratyfikacja oznacza, że Polska godzi się na prawo, które jest w umowie i będzie je stosować.

Nie wszystkie umowy międzynarodowe muszą być ratyfikowane. Ratyfikowane muszą być na przykład umowy, które dotyczą praw człowieka. Konwencja dotyczy praw osób z niepełnosprawnościami i dlatego musiała być ratyfikowana przez Prezydenta.

Zanim Konwencja trafiła do Prezydenta, Sejm i Senat musiały się zgodzić na ratyfikację. Niestety trwało to aż 5 lat.

Przez ten czas Konwencja nie obowiązywała. Osoby z niepełnosprawnościami organizowały wtedy wiele konferencji i spotkań, przypominały o Konwencji. W 2012 roku, Sejm i Senat podjęły decyzję i uchwaliły ustawę na ten temat. Nazywa się to **ratyfikacja za uprzednią zgodą wyrażoną w ustawie**.

Prezydent ratyfikował Konwencję 6 września 2012 r. Konwencja zaczęła obowiązywać 25 października 2012 r.

Rozdaj każdemu uczestnikowi/uczestniczce Konwencję. Jeśli uznasz za potrzebne, przygotuj kilka egzemplarzy w tekście łatwym do czytania i rozumienia. Przeznacz chwilę na zapoznanie się z dokumentem.

Pytania pomocnicze:

Kto z Was kiedyś czytał Konwencję?

Czy Konwencja ma Preambulę?

Ile ma artykułów? Czy to dużo?

Co Was szczególnie zainteresowało?

Czy Konwencja mówi coś o równości i godności?

A o czym jest pierwszy artykuł?

Pamiętacie, jak mówiłam, że w Konwencji jest świetna definicja niepełnosprawności? Sprawdźmy ją.



Poproś o odczytanie definicji z art. 1. Zwróć uwagę na poprawne brzmienie art. 1. W Dzienniku Ustaw niestety konwencja została opublikowana jako *Konwencja o prawach osób niepełnosprawnych* i definicja również mówi o osobach niepełnosprawnych, a nie z niepełnosprawnościami.

Do osób z niepełnosprawnościami zalicza się te osoby, które mają długotrwale naruszoną sprawność fizyczną, umysłową, intelektualną lub w zakresie zmysłów co może, w oddziaływaniu z różnymi barierami, utrudniać im pełny i skuteczny udział w życiu społecznym, na zasadzie równości z innymi osobami.

Pytania pomocnicze

Czy jest w tej definicji coś, co Was dziwi, co jest nowe?

Czy ta definicja jest taka sama jak te, które czytaliście w polskich ustawach?

Najważniejsza część definicji to sformułowanie: „w oddziaływaniu z różnymi barierami”. Wyjaśnij, że według najnowszych poglądów osoba z niepełnosprawnością to nie taka osoba, która np. nie widzi, ale taka, która nie widzi i jednocześnie napotyka w życiu na różne bariery w społeczeństwie i nie może korzystać w pełni z życia społecznego. Ale nie dlatego, że nie widzi, ale dlatego, że społeczeństwo, przestrzeń, przepisy, nie są dostosowane do potrzeb osoby, która nie widzi. Zapytaj, o jakie bariery może chodzić; najczęściej ludzie myślą o barierach architektonicznych. Tymczasem bariery to na przykład:

- brak świadomości ludzi pełnosprawnych o sytuacji osób z niepełnosprawnościami,
- brak dostępu do informacji dla osób z niepełnosprawnościami – brak tekstu łatwego do czytania i rozumienia,
- brak tłumaczy języka migowego,
- przepisy prawa utrudniające osobom z niepełnosprawnościami funkcjonowanie, np. o ubezwłasnowolnieniu.

Jeśli upewnisz się, że wszyscy rozumieją tę definicję, wróć do terminu „osoba z niepełnosprawnością”. Poproś, by każdy uczestnik narysował na kartce papieru koło, podzielił je na 5 części, jak tort i wpisał w środku swoje imię.

A teraz zastanówcie się, co jest ważne w Waszym życiu, z czym się czujecie związani. Na przykład dla kogoś jest ważne, to że jest Polakiem, dla kogoś są ważne jego zainteresowania. Wpiszcie 5 różnych spraw w puste miejsca na kartce.

Zapytaj uczestników i uczestniczki co napisali. Powiedz, że jest to coś, z czym się utożsamiają, co jest dla nich ważne i ich określa. To są elementy ich tożsamości. Być może ktoś wpisze swoją niepełnosprawność.

Wyłutacz, że człowiek ma wiele cech, wiele zainteresowań, działa w wielu miejscach. Dlatego mówimy to „z”. Osoba z niepełnosprawnością, to znaczy, że oprócz wszystkich innych cech, posiada jeszcze niepełnosprawność. Ale przede wszystkim jest OSOBA.

W zależności od potrzeb, zainteresowań uczestników/uczestniczek, podziel ich/je na grupy i poproś, by przeczytali konkretne artykuły konwencji – jeśli dla uczestników/uczestniczek jest ważne życie rodzinne, niech to będzie art. 23, jeśli edukacja, to art. 24 itd. Pamiętaj, że są one sformułowane tak, by podkreślić obowiązek państwa do zapewnienia realizacji praw.

Jak myślicie, po co nam konwencja? Przecież mamy konstytucję?

Konwencja jest bardzo ważna, ponieważ jest to pierwszy dokument na świecie, w którym są zawarte wszystkie prawa osób z niepełnosprawnościami. W Polsce jest konstytucja, trzeba ją znać i stosować. Ale konwencja tłumaczy jak każde państwo, na przykład Polska, ma działać dla dobra osób z niepełnosprawnościami. Konwencja jest ważniejsza niż ustawy. Dlatego Polska musi zmieniać przepisy ustaw, które są sprzeczne z konwencją. Niestety to trwa bardzo długo. Jeśli Wy sami nie będziecie przypominać o konwencji władzy, urzędnikom, to oni nie będą jej stosować.

Dlatego każdy i każda z Was powinien być ambasadorem Konwencji. Kto wie, co to znaczy „ambasador”? Jest na przykład ambasador Polski w Niemczech, on reprezentuje Polskę w Niemczech. Czasami mówi się, że jakaś znana gwiazda filmowa lub telewizyjna została ambasadorem jakiejś firmy kosmetycznej. To znaczy, że używa tych kosmetyków, mówi o nich, przekonuje innych, że są najlepsze.

Co to więc znaczy być ambasadorem Konwencji? Co musielibyśmy robić?

Chodzi również o małe sprawy – np. rozmowa z koleżanką o konwencji, rozmowa z rodzicami o prawach na podstawie konwencji, ale także - np. organizacja spotkania z przedstawicielami władz.

Wypisz wszystkie odpowiedzi na tablicy/flipcharcie. Poproś, by każdy uczestnik/uczestniczka, wybrał/a jedną czynność, zadanie wymienione wcześniej i zrealizowała je w ciągu 2 tygodni.

Podsumowanie

Poproś uczestników/uczestniczki, by opowiedzieli, co po kolei działo się na zajęciach. Wykorzystaj do tego zapisane wcześniej arkusze papieru, staraj się, by nie ominęli żadnego etapu zajęć. Możesz przywoływać konkretne słowa, sytuacje, np. śmieszne momenty, tak by utrwalić wiadomości.

Na dzisiejszych zajęciach już po raz drugi rozmawialiśmy o tym, kim jest osoba z niepełnosprawnością, zastanawialiśmy się, jak mówić o niepełnosprawności. Poznawaliśmy różne definicje. Dowiedzieliśmy się, że w Polsce najczęściej mówi się o niepełnosprawności źle, tak jakby ktoś wyłącznie czegoś nie potrafił, nie był do czegoś zdolny, był gorszy.

Ale na koniec zobaczyliśmy konwencję, tam znajduje się nowa definicja niepełnosprawności.

Na koniec rozdaj kartę pracy „KONWENCJA ONZ“ i poproś o jej uzupełnienie w domu.



Załącznik nr 1 do scenariusza zajęć „Konwencja o prawach osób z niepełnosprawnościami“

Ustawa o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz o zatrudnianiu osób niepełnosprawnych

Artykuł 2 punkt 10

Niepełnosprawność oznacza trwałą lub okresową niezdolność do wypełniania ról społecznych z powodu stałego lub długotrwałego naruszenia sprawności organizmu, w szczególności powodującą niezdolność do pracy

Artykuł 4

1. Do znacznego stopnia niepełnosprawności zalicza się osobę z naruszoną sprawnością organizmu, niezdolną do pracy albo zdolną do pracy jedynie w warunkach pracy chronionej i wymagającą, w celu pełnienia ról społecznych, stałej lub długotrwałej opieki i pomocy innych osób w związku z niezdolnością do samodzielnej egzystencji.
2. Do umiarkowanego stopnia niepełnosprawności zalicza się osobę z naruszoną sprawnością organizmu, niezdolną do pracy albo zdolną do pracy jedynie w warunkach pracy chronionej lub wymagającą czasowej albo częściowej pomocy innych osób w celu pełnienia ról społecznych.
3. Do lekkiego stopnia niepełnosprawności zalicza się osobę o naruszonej sprawności organizmu, powodującej w sposób istotny obniżenie zdolności do wykonywania pracy, w porównaniu do zdolności, jaką wykazuje osoba o podobnych kwalifikacjach zawodowych z pełną sprawnością psychiczną i fizyczną, lub mająca ograniczenia w pełnieniu ról społecznych dające się kompensować przy pomocy wyposażenia w przedmioty ortopedyczne, środki pomocnicze lub środki techniczne.
4. Niezdolność do samodzielnej egzystencji oznacza naruszenie sprawności organizmu w stopniu uniemożliwiającym zaspokajanie bez pomocy innych osób podstawowych potrzeb życiowych, za które uważa się przede wszystkim samoobsługę, poruszanie się i komunikację.

Ustawa o rentach i emeryturach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych

Artykuł 12

1. Niezdolną do pracy w rozumieniu ustawy jest osoba, która całkowicie lub częściowo utraciła zdolność do pracy zarobkowej z powodu naruszenia sprawności organizmu i nie rokuje odzyskania zdolności do pracy po przekwalifikowaniu.
2. Całkowicie niezdolną do pracy jest osoba, która utraciła zdolność do wykonywania jakiejkolwiek pracy.
3. Częściowo niezdolną do pracy jest osoba, która w znacznym stopniu utraciła zdolność do pracy zgodnej z poziomem posiadanych kwalifikacji.

Kodeks cywilny

Artykuł 82

Nieważne jest oświadczenie woli złożone przez osobę, która z jakichkolwiek powodów znajdowała się w stanie wyłączającym świadome albo swobodne powzięcie decyzji i wyrażenie woli. Dotyczy to w szczególności choroby psychicznej, niedorozwoju umysłowego albo innego, chociażby nawet przemijającego, zaburzenia czynności psychicznych.

Załącznik nr 2 do scenariusza zajęć „Konwencja o prawach osób z niepełnosprawnościami“

RADA EUROPY	EUROPEJSKA KONWENCJA O OCHRONIE PRAW CZŁOWIEKA I PODSTAWOWYCH WOLNOŚCI
ORGANIZACJA NARODÓW ZJEDNOCZONYCH	KONWENCJA O PRAWACH OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI
UNIA EUROPEJSKA	KARTA PRAW PODSTAWOWYCH
	KONWENCJA PRAW DZIECKA
	MIĘDZYNARODOWY PAKT PRAW OBYWATELSKICH I POLITYCZNYCH



Karta pracy „KONWENCJA ONZ“

1. Co dla Ciebie znaczy niepełnosprawność?

.....

.....

.....

.....

.....

2. Co to jest umowa międzynarodowa?

.....

.....

.....

.....

.....

3. Czym zajmuje się Organizacja Narodów Zjednoczonych?

.....

.....

.....

.....

.....

4. Co to jest ratyfikacja?

.....

.....

.....

.....

5. Dlaczego *Konwencja o prawach osób z niepełnosprawnościami* jest ważna?

.....

.....

.....

.....

.....

Katarzyna Rudzka

Samoocena – moje umiejętności i możliwości zawodowe

1. Cel zajęć

- Zyskanie przez uczestników świadomości swoich mocnych i słabych stron.
- Uświadomienie, że wybierając przyszłą pracę, należy możliwie szeroko brać pod uwagę własne umiejętności i predyspozycje.

2. Czas trwania – 45 minut

3. Materiały

- Flipchart (tablica, arkusz papieru)
- Kartki papieru
- Kredki
- Pisaki
- Flamastry
- Taśma klejąca
- Kolorowe gazety.

4. Metody pracy

Mini wykład, praca indywidualna, praca w grupie, burza mózgów, dyskusja, wypowiedź indywidualna na forum.

5. Konspekt zajęć

- Powitanie, przypomnienie ram organizacyjno-czasowych, wprowadzenie do tematu.
- Przedstawienie pojęć: „mocne i słabe strony”, „samoocena”, „umiejętności”, „predyspozycje zawodowe”.
- Określanie słabych i mocnych stron.
- Umiejętności i predyspozycje, a wybór przyszłego zawodu.
- Podsumowanie zajęć.

6. Przebieg zajęć

Wprowadzenie do zajęć:

Na dzisiejszych zajęciach omówimy w jaki sposób odkryć swoje mocne strony i jak na podstawie naszych mocnych stron wybrać odpowiednie miejsce pracy. Zajęcia będą trwały 45 minut. Podczas trwania zajęć wszystkich obowiązują wspólnie ustalone zasady (kontrakt).

UWAGA!

Pokazujemy uczestnikom/uczestniczkom spisany na wcześniejszych zajęciach kontrakt i odczytujemy wszystkie jego punkty.

Razem z uczestnikami/uczestniczkami spróbuj zdefiniować pojęcia: „mocne i słabe strony”, „samoocena”, „umiejętności”, „predyspozycje zawodowe”. Wszystkie odpowiedzi możemy zapisywać na tablicy lub poprosić chętnego uczestnika/uczestniczkę, aby to zrobił.

*Zastanówcie się i spróbujcie powiedzieć co to są: „**mocne i słabe strony**”, „**samoocena**”, „**umiejętności**”, „**predyspozycje zawodowe**”. Wszystkie odpowiedzi zapiszemy na tablicy i wspólnie zastanowimy się nad tym, które odpowiedzi są najtrafniejsze.*

Pytania pomocnicze:

Jeśli mówimy o czymś, że jest „mocne”, to jest to raczej pozytywne, czy negatywne określenie?

W jakich okolicznościach mówimy, że coś jest „słabe”? Gdy chcemy podkreślić, że jest fajne, przydatne, ważne, czy przeciwnie?

Słowo „samoocena” możemy rozbić na dwa słowa: „samo” i „ocena”.

Co oznacza każde z tych słów oddzielnie? Co mogą oznaczać po złączeniu?

Z czym wam się kojarzy słowo „predyspozycje”? Czy słyszeliście już takie określenie? W jakich okolicznościach możemy go użyć?

Po zapisaniu skojarzeń podaj uczestnikom/uczestniczkom krótkie definicje ww. pojęć:

Mocne strony to nasze zalety, to coś, co możemy powiedzieć o sobie dobrego.

Słabe strony to nasze wady, coś co nie wychodzi nam za dobrze, z czym sobie nie radzimy.

Samoocena to coś, co sami o sobie myślimy i jak sami siebie widzimy.

Umiejętności to coś, co umiemy zrobić i robimy to dobrze.

Predyspozycje zawodowe to nasze mocne strony i umiejętności, które możemy wykorzystać w przyszłej pracy.

UWAGA!

Listę przykładowych mocnych stron i umiejętności możemy rozdać grupie w postaci materiałów w tekście łatwym do czytania - załącznik nr 1.

Każdy z nas ma mocne strony, coś z czym dobrze sobie radzi, ale nie zawsze jesteśmy tego świadomi i często nie potrafimy o tym mówić. Pamiętajcie, że każda, nawet najmniejsza umiejętność, która może wydawać się nam błaha i zwyczajna, jest bardzo ważna i możemy o niej mówić na głos. A jeśli coś robimy bardzo dobrze to śmiało możemy się tym pochwalić.

Poproś, aby każdy uczestnik/uczestniczka dokończył/a na forum poniższe zdanie:

Proszę, aby każdy z was dokończył zdanie:

„Wszyscy mi mówią, że jestem dobry w ”
..... ”

Poproś, aby każdy uczestnik/uczestniczka dokończył/a na forum poniższe zdanie:

Proszę, aby każdy z was dokończył zdanie:

„Wiem, że jestem dobry w. ”
..... ”

Poproś, aby uczestnicy/uczestniczki krążyli po pokoju i gdy z kimś się spotkają, pochwalili się:

Przejdźcie się teraz po sali i każdej osobie, którą spotkacie pochwalcie się:

„Jestem mistrzem w. ”
..... ”

Rozdaj uczestnikom/uczestniczkom kartki

Napiszcie na kartkach odpowiedzi na pytania:

„Co mi się we mnie podoba, jakie mam zalety?” i „Co mi się we mnie nie podoba, jakie mam wady?”



UWAGA!

Jeśli w grupie jest osoba, która nie potrafi pisać, albo nie jest w stanie opisać swoich wad i zalet może spróbować je narysować lub znaleźć i wyciąć odpowiednie obrazki z kolorowych czasopism. Alternatywnie to prowadzący może zapisywać odpowiedzi na tablicy.

Prosimy uczestników/uczestniczki o przedstawienie swoich wypowiedzi na forum, następnie prosimy grupę, aby uzupełniła odpowiedzi kolegów/koleżanek o dodatkowe pozytywne cechy, jakie u nich obserwuje.

Bardzo proszę, aby każdy z Was przeczytał na głos to, co napisał. Często jest tak, że nie zauważamy swoich zalet i potrzebujemy pomocy innych, aby uświadomić sobie swoje mocne strony. Zastanówcie się, czy Wasi koledzy/koleżanki wymienili swoje wszystkie zalety? Jeśli przychodzi Wam na myśl jakaś pozytywna cecha kolegi/koleżanki, której nie wymienili, możecie je teraz powiedzieć.

Wybór zawodu

Często marzymy o tym, aby wykonywać jakiś zawód, chociaż nie zawsze mamy do tego odpowiednie predyspozycje zawodowe. Warto pamiętać o tym, że wybierając swój przyszły zawód czy miejsce pracy powinniśmy brać pod uwagę nasze mocne strony. Wówczas nie tylko dużo szybciej nauczymy się swoich obowiązków zawodowych i dużo łatwiej będzie się nam pracowało, ale także swoją pracę będziemy wykonywali z satysfakcją i radością.

Niech każdy z Was określi, jaki jest jego wymarzony zawód, a następnie odpowie na pytanie:

„Które z moich mocnych stron mogą być przydatne w wykonywaniu wymarzonego zawodu?”,

„Które z moich wad mogą mi przeszkodzić w wykonywaniu wymarzonego zawodu?”.

A teraz patrząc na listę swoich mocnych stron zastanówcie się, w jakim zawodzie mogą się one najbardziej przydać.

Kilka zawodów wybranych z tych, które wymarzyli sobie uczestnicy/uczestniczki zapisujemy na tablicy, uczestnicy mają za zadanie określić, jakie cechy oraz umiejętności są szczególnie potrzebne, aby móc wykonywać dany zawód.

Na przykład:

Kierowca	Kucharz	Sprzedawca
spostrzegawczość	dobra kondycja fizyczna	umiejętność obsługi kasy
znajomość przepisów drogowych	umiejętność gotowania	cierpliwość
dobry wzrok	znajomość przepisów kulinarnych	otwartość

Podsumowanie zajęć

Rozmawialiśmy dzisiaj o naszych mocnych i słabych stronach, o tym, jak każdy z nas postrzega sam siebie i o tym, jak ważne jest, aby wybrać swój przyszły zawód lub czynności, które chcemy wykonywać w pracy opierając się na naszych mocnych stronach.

Bardzo ważne jest, aby przy wyborze swojego miejsca pracy kierować się swoimi umiejętnościami i predyspozycjami zawodowymi, wówczas dużo szybciej nauczymy się swoich zawodowych obowiązków i dużo łatwiej będzie nam je wykonywać.

Przypomnijmy sobie wspólnie definicje pojęć: „**mocne i słabe strony**”, „**samoocena**”, „**umiejętności**”, „**predyspozycje zawodowe**”.

Niech każdy z was powie:

1. Co najlepiej zapamiętał z dzisiejszych zajęć?
2. Co go zaskoczyło?
3. Czego nowego się dowiedział?
4. W jakim nastroju i z jakim samopoczuciem kończy dzisiejsze zajęcia?

Załącznik nr 1 do scenariusza zajęć „Samoocena - moje umiejętności i możliwości zawodowe“

Moje mocne strony

Moje mocne strony to moje zalety, coś co mogę pozytywnego powiedzieć o sobie.

Na przykład:



Jestem punktualny.



Umiem pracować w grupie.



Mam dużo energii.



Umiejętności

Co to znaczy, że masz jakąś umiejętność?

To znaczy, że wiesz jak coś zrobić i umiesz to zrobić dobrze.

Na przykład:

Potrafię ładnie wycinać.



Potrafię grać na instrumencie.



Potrafię pomagać innym.



Umiejętności przydatne w domu

Na przykład:



Odkurzenie



Krojenie



Robienie prania



Umiejętności przydatne poza domem

Na przykład:

Robienie zakupów



Wyprowadzanie psa na spacer



Wysyłanie i odbieranie listów na poczcie



Przejazd autobusem do WTZ lub pracy



Kupno biletów w specjalnym automacie



Umiejętności przydatne w pracy



Na przykład:

Pisanie na komputerze



Koszenie trawy



Gotowanie



Prowadzenie samochodu



Liczenie pieniędzy

Katarzyna Rudzka

Świat zawodów. Zdobywanie doświadczenia zawodowego. Metody aktywnego poszukiwania pracy.

1. Cel zajęć

- Poszerzenie wiedzy na temat zawodów.
- Nabycie wiedzy na temat możliwości zdobywania doświadczenia zawodowego.
- Zapoznanie z metodami aktywnego poszukiwania pracy oraz zdobycie umiejętności praktycznego posługiwania się nimi.

2. Czas trwania – 45 min

3. Materiały

- Flipchart (tablica, arkusz papieru)
- Kartki papieru
- Kredki
- Pisaki
- Flamastry
- Taśma klejąca,
- Kartki z nazwami zawodów i narzędzi pracy
- Przykładowe ogłoszenia o pracę wydrukowane z Internetu lub wycięte z gazet
- Kolorowe czasopisma.



4. Metody pracy

Mini wykład, praca indywidualna, praca w grupie, burza mózgów, dyskusja, wypowiedź indywidualna na forum.

5. Konspekt zajęć

- Powitanie, przypomnienie ram organizacyjno–czasowych, wprowadzenie do tematu.
- Przedstawienie pojęcia „zawód”.
- Poszerzenie wiedzy na temat zawodów.
- Zapoznanie z pojęciami „praktyka zawodowa”, „staż zawodowy”, „wolontariat”.
- Poszerzenie wiedzy na temat zdobywania doświadczenia zawodowego.
- Zapoznanie z pojęciem „metody aktywnego poszukiwania pracy”, poszerzenie wiedzy na temat stosowania ww. metod.
- Zapoznanie z pojęciem „życiorys zawodowy”, „list motywacyjny”.
- Podsumowanie zajęć.

6. Przebieg zajęć

Wprowadzenie do zajęć:

Na dzisiejszych zajęciach poszerzycie swoją wiedzę na temat zawodów oraz dowiedziecie się, w jaki sposób zdobyć doświadczenie zawodowe. Wspólnie zastanowimy się, w jaki sposób aktywnie poszukiwać pracy. Zajęcia będą trwały 45 minut. Podczas trwania zajęć wszystkich obowiązują wspólnie ustalone zasady (kontrakt).

UWAGA!

Pokazujemy uczestnikom/uczestniczkom spisany na wcześniejszych zajęciach kontrakt i odczytujemy wszystkie jego punkty.

Poproś uczestników/uczestniczki, aby spróbowali zdefiniować pojęcie „zawód”. Wszystkie odpowiedzi możemy zapisywać na tablicy lub poprosić chętnego uczestnika, aby to zrobił.

Zastanówcie się i spróbujcie powiedzieć co oznacza słowo: „zawód”. Wszystkie odpowiedzi zapiszemy na tablicy i wspólnie zastanowimy się nad tym, które odpowiedzi są najtrafniejsze.

Pytania pomocnicze:

1. Czy zawód posiada każdy z nas od urodzenia?
2. Czy wszyscy mają taki sam zawód?
3. W jaki sposób można zdobyć zawód?
4. Czy można mieć kilka zawodów?
5. Jaki zawód wykonują Wasi rodzice/opiekunowie?

Po zapisaniu skojarzeń, podaj grupie krótką definicję pojęcia:

Zawód to zbiór czynności potrzebnych do wykonania danej pracy.

Czynności te wymagają wcześniejszej nauki i przygotowania do ich wykonywania.

Poproś uczestników/uczestniczki, aby każdy z nich zastanowił się, jaki jest jego wymarzony zawód i co wie na jego temat. Poproś, aby każdy z nich przygotował plakat na temat swojego wymarzonego zawodu - gdzie można go wykonywać, jaki strój roboczy i narzędzia pracy są potrzebne do jego wykonywania, czy wymaga kontaktów z ludźmi, czy ze zwierzętami lub jakimiś przedmiotami.

Każdy z nas ma swój wymarzony zawód, ale nie zawsze wiemy co tak naprawdę kryje się pod jego nazwą. Proszę, aby każdy z was przygotował plakat ilustrujący wasz wymarzony zawód - narysujcie go, opiszcie lub znajdźcie odpowiednie ilustracje w gazetach i przyklejcie je na kartkach. Zastanówcie się, gdzie można ten zawód wykonywać (w jakim miejscu pracy), czy do jego wykonywania są potrzebne jakieś szczególne umiejętności, strój roboczy i narzędzia pracy.

Poproś każdego uczestnika/uczestniczkę o przedstawienie plakatów na forum, a resztę grupy o odgadnięcie na jego podstawie, jaki jest wymarzony zawód autora.

Uczestników/uczestniczki podziel na dwuosobowe grupy. Każdej z grup wręcz karteczki z nazwą zawodu i karteczki z narzędziami pracy. Zadaniem grupy jest dopasowanie nazw zawodów do narzędzi pracy. Na przykład:

lekarz - stolarz - ogrodnik - kucharz
stetoskop - piła - kosiarka - brytfanna

Poproś każdą grupkę, aby zaprezentowała swoje odpowiedzi na forum.

W każdym zawodzie mamy do czynienia z narzędziami pracy. Są to przedmioty, bez których trudno, a czasem wręcz niemożliwe byłoby wykonywanie danego zawodu. Zastanówcie się i dobierzcie w pary nazwę zawodu z konkretnym narzędziem pracy.

Następnie poproś grupę, aby już wspólnie wymyśliła do każdego zawodu po dwa miejsca, w których osoba wykonująca dany zawód może pracować.

Na przykład:

Stolarz - fabryka mebli, stolarnia

Zastanówcie się i do każdego zawodu wymyślcie po dwa miejsca, w których osoba wykonująca taki zawód może pracować.

UWAGA!

W grupie może być osoba, która nie potrafi czytać i pisać, dlatego na każdej karteczce z nazwą zawodu i narzędziem pracy powinien znaleźć się także obrazujący je rysunek.

Każdy z nas chciałby wykonywać pracę zgodną ze swoimi umiejętnościami, predyspozycjami i zainteresowaniami. Czasami na początku naszej drogi zawodowej możemy mieć problem ze zdobyciem wymarzonej pracy, bo brakuje nam doświadczenia zawodowego. Mimo, że mamy odpowiednie wykształcenie i wiedzę, brakuje nam często praktycznych umiejętności, aby dany zawód wykonywać. Jest kilka sposobów, aby zdobyć doświadczenie zawodowe zanim jeszcze podejmiemy pracę.

Razem z uczestnikami/uczestniczkami spróbuj zdefiniować pojęcia: „**staż zawodowy**”, „**praktyki zawodowe**”, „**wolontariat**”. Wszystkie odpowiedzi możemy zapisywać na tablicy lub poprosić chętnego uczestnika/uczestniczkę, aby to zrobił.

Zastanówcie się i spróbujcie powiedzieć co to jest: „praktyka zawodowa”, „staż zawodowy”, „wolontariat”. Wszystkie odpowiedzi zapiszemy na tablicy i wspólnie zastanowimy się nad tym, które odpowiedzi są najtrafniejsze.

Pytania pomocnicze:

1. Czy słyszeliście już podobne określenia?
2. Czy mieliście okazję uczestniczyć w praktyce zawodowej lub stażu?
3. Z czym się Wam kojarzy słowo „praktyka”? Czy oznacza coś czego nie umiemy, czy przeciwnie – coś, w czym mamy wprawę?
4. Czy każdy może zostać wolontariuszem?

Po zapisaniu skojarzeń podajemy uczestnikom/uczestniczkom krótkie definicje ww. pojęć:

Podczas praktyk zawodowych nauczysz się wykonywać czynności, które będziesz wykonywał w swojej przyszłej pracy. Praktyki odbywają się w zakładzie pracy. Mogą trwać dwa tygodnie lub dłużej – w zależności od tego, w jaki sposób umówisz się z pracodawcą. Na praktyki może skierować Cię np. WTZ, pomoże Ci on wówczas w znalezieniu miejsca praktyk oraz dopełnieniu wszystkich formalności. Podczas praktyk nie otrzymujesz wynagrodzenia.

Staż zawodowy jest to praktyczna nauka twojego przyszłego zawodu. Staż odbywa się w zakładzie pracy, trwa najczęściej trzy miesiące. Na staż może skierować Cię Urząd Pracy, który pomoże w dopełnieniu wszelkich formalności związanych z rozpoczęciem stażu. Podczas stażu otrzymujesz tzw. stypendium stażowe za każdy przepracowany miesiąc, ale trzeba pamiętać, że musisz przychodzić na staż codziennie, pracować codziennie przez 7 godzin, a jeśli potrzebujesz dnia wolnego, musisz poprosić pracodawcę o urlop.

Wolontariat jest to dobrowolna i bezpłatna praca na rzecz innych. Wolontariuszem może zostać każdy, kto ma trochę wolnego czasu i chciałby pomagać innym. Wolontariusz może np. opiekować

się osobami starszymi, pomagać w schronisku dla zwierząt albo bibliotece osiedlowej – w zależności od tego, jakie ma zainteresowania oraz predyspozycje.

Gdy mamy określony swój przyszły zawód, zdobyliśmy odpowiednią wiedzę i umiejętności, aby go wykonywać, powinniśmy nauczyć się, w jaki sposób aktywnie poszukiwać miejsca pracy.

Razem z uczestnikami/uczestniczkami spróbuj zdefiniować pojęcia: „**metody aktywnego poszukiwania pracy**”. Wszystkie odpowiedzi możemy zapisywać na tablicy lub poprosić chętnego uczestnika/uczestniczkę, aby to zrobił.

Zastanówcie się i spróbujcie powiedzieć co to znaczy: „metody aktywnego poszukiwania pracy”. Wszystkie odpowiedzi zapiszemy na tablicy i wspólnie zastanowimy się nad tym, które odpowiedzi są najtrafniejsze.

Pytanie pomocnicze:

Co to znaczy, że coś robimy „aktywnie”? Czy oznacza to, że zajmujemy się sprawą, interesujemy, szukamy rozwiązań, czy może czekamy, aż ktoś załatwi sprawę za nas?

Po zapisaniu skojarzeń podajemy uczestnikom/uczestniczkom krótką definicję ww. pojęcia:

Metody aktywnego poszukiwania pracy wymagają od nas zaangażowania. Pojęcie to oznacza, że włączamy się w poszukiwanie pracy na wszelkie znane nam sposoby (o których za chwilę pomówimy), nie oczekujemy, że ktoś znajdzie pracę za nas.

Podziel uczestników/uczestniczki na dwie grupy. Pierwsza z nich ma za zadanie zastanowić się i wymyślić jak najwięcej sposobów poszukiwania pracy przez pracownika. Zadaniem drugiej grupy jest wcielenie się w pracodawcę i wymyślenie jak najwięcej sposobów poszukiwania pracownika do swojej firmy.

Proszę, aby pierwsza grupa wyobraziła sobie, że jest pracownikiem, który właśnie szuka pracy. Zastanówcie się i wypiszcie wszystkie sposoby poszukiwania pracy (gdzie możecie pójść, kogo zapytać, gdzie poszukać ogłoszeń z ofertami pracy), jakie tylko przyjdą Wam do głowy. Druga grupa wyobraża sobie, że jest pracodawcą, który poszukuje pracownika do swojej firmy. Również zastanówcie się i napiszcie wszystkie sposoby na znalezienie pracownika.

Wszystkie odpowiedzi każda grupa zapisuje na kartce, następnie przedstawia je na forum.

Razem z uczestnikami przeanalizuj odpowiedzi, zastanówcie się wspólnie nad ich skutecznością oraz dopiszcie brakujące.

Możecie wspólnie stworzyć listę metod:

- Rejestracja w Powiatowym Urzędzie Pracy.
- Rejestracja w Agencji Pośrednictwa Pracy, Biurze Karier, Agencji Doradztwa Personalnego.
- Uczestnictwo w Targach Pracy.
- Przeglądanie ogłoszeń o pracę w prasie, Internecie. Zamieszczenie własnego ogłoszenia.
- Kontakty osobiste (sieć kontaktów).



Podziel grupę na dwuosobowe zespoły.

Rozdaj uczestnikom przykładowe ogłoszenia o pracę wydrukowane z Internetu lub wycięte z gazet. Każdej z grup wręcz jedno ogłoszenie o pracę i poproś, aby przeanalizowała je pod kątem informacji:

Na jakie stanowisko poszukiwany jest pracownik?

Czy wymagane jest doświadczenie?

Czy wymagane jest odpowiednie wykształcenie?

Następnie poproś, aby każda grupa przedstawiła swoje odpowiedzi na forum.

UWAGA!

Wskazane jest przygotowanie plakatu z zapisanymi informacjami, jakie uczestnicy/uczestniczki mają odnaleźć w ogłoszeniu. W przypadku grupy, w której są osoby nie potrafiące czytać i pisać dobrze dwójki tak, aby w każdej znalazła się osoba czytająca i pisząca. Gdy takich osób jest za mało, aby znalazły się w każdej dwójce, podziel grupę na większe zespoły.

Niemal w każdym miejscu pracy wymagane jest od nas, abyśmy przedstawili swój życiorys zawodowy i list motywacyjny.

Razem z uczestnikami spróbuj zdefiniować pojęcia: „**życiorys zawodowy**” i „**list motywacyjny**”. Wszystkie odpowiedzi możemy zapisywać na tablicy lub poprosić chętnego uczestnika/uczestniczkę, aby to zrobił.

Zastanówcie się i spróbujcie powiedzieć co to znaczy: „życiorys zawodowy” i „list motywacyjny”. Wszystkie odpowiedzi zapiszemy na tablicy i wspólnie zastanowimy się nad tym, które odpowiedzi są najtrafniejsze.

Pytania pomocnicze:

1. Co to jest życiorys? Czym się różni „życiorys” od „życiorysu zawodowego”?
2. Co oznacza słowo „motywacja”? Czy jest to określenie pozytywne, czy negatywne?
Kiedy mówimy, że jesteśmy „zmotywowani”?

Po zapisaniu skojarzeń podajemy uczestnikom krótką definicję ww. pojęcia:

Życiorys zawodowy są to krótko i zwięźle spisane informacje na temat naszego wykształcenia (również tego, jakie skończyliśmy kursy i szkolenia), doświadczenia zawodowego i zainteresowań. Często nazywany jest także w języku łacińskim Curriculum Vitae (w skrócie CV), co w języku polskim oznacza „bieg życia”.

List motywacyjny to krótka informacja dla pracodawcy mówiąca o tym, dlaczego chcemy pracować w jego firmie oraz z jakich powodów powinien zatrudnić właśnie nas.

Poproś grupę o zastanowienie się, jakie informacje i w jakiej kolejności powinny znaleźć się w życiorysie zawodowym oraz liście motywacyjnym. Wszystkie odpowiedzi możemy zapisywać na tablicy lub poprosić chętnego uczestnika/uczestniczkę, aby to zrobił.

UWAGA!

Schemat oraz przykład życiorysu oraz schemat listu motywacyjnego możesz rozdać uczestnikom w postaci materiałów w tekście łatwym do czytania – załącznik nr 1.

Podsumowanie zajęć

Rozmawialiśmy dzisiaj o tym jak wiele różnych zawodów istnieje na rynku pracy, a także o tym, że do podjęcia pracy bardzo często nie wystarczy sama wiedza, a konieczne jest także doświadczenie zawodowe. Pomimo że wcześniej nie każdy z was pracował i nie każdy miał możliwość zdobycia doświadczenia zawodowego, są na szczęście sposoby, aby w praktyce poznać swój przyszły zawód i nauczyć się czynności, które będziemy wykonywali.

Gdy zdecydujemy się, że przyszedł moment, abyśmy podjęli pracę, musimy pamiętać jak ważne jest nasze zaangażowanie w jej poszukiwania. Jeśli naprawdę zależy nam na zdobyciu pracy, nie możemy czekać z założonymi rękami, aż ktoś ją nam znajdzie, ale musimy się zmobilizować i aktywnie jej szukać. A najlepiej zacząć od tego, aby powiadomić całą swoją rodzinę i wszystkich znajomych, że szukamy pracy.

Niech każdy z was powie:

1. Co najlepiej zapamiętał z dzisiejszych zajęć?
2. Co go zaskoczyło?
3. Czego nowego się dowiedział?
4. W jakim nastroju i z jakim samopoczuciem kończy dzisiejsze zajęcia?

Załącznik nr 1 do scenariusza zajęć „Świat zawodów“

Mój życiorys zawodowy (CV)



Podaj swoje dane osobowe i kontaktowe:

Imię i nazwisko
Dokładny adres
Numer telefonu
Adres email



Napisz jakie masz wykształcenie.
Jaką skończyłeś szkołę?



Napisz gdzie wcześniej pracowałeś.
W jakiej firmie?
(na przykład w restauracji)
Na jakim stanowisku?
(na przykład na stanowisku kelnera)



Napisz jakie ukończyłeś kursy i szkolenia.



Napisz czym się interesujesz.
(na przykład piłką nożną)

Przykładowy życiorys

Curriculum Vitae

Jan Kowalski

Dane osobowe:

Data i miejsce urodzenia: 12 czerwca 1982, Jelenia Góra
Adres: 07-350 Jelenia Góra, Mickiewicza 36/23
tel. 20 222 22 21, 603 333 444
e-mail: jankowalski@poczta.fm

Wykształcenie:

1997 - 2001 Technikum Gastronomiczno-Hotelarskie w Jeleniej Górze

Doświadczenie zawodowe:

- 2003 - 2005 Przedszkole Nr 1 w Bartkowicach, kucharz
- Przyrządzanie najwyższej jakości, smacznych i zdrowych posiłków i wydawanie ich o wyznaczonych porach.
 - Przygotowywanie i planowanie jadłospisów, zamawianie produktów spożywczych.
 - Prowadzenie magazynu podręcznego.
 - Prowadzenie okresowego przechowywania próbek pokarmowych zgodnie z zaleceniami Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej.
- 2001 - 2003 Szkoła Podstawowa Nr 3 w Jeleniej Górze, pomoc kucharza
- Przygotowywanie potraw zgodnie z wytycznymi szefa kuchni.
 - Zastępowanie szefa kuchni w razie jego nieobecności.
 - Pomoc w zaopatrzeniu szkoły w artykuły spożywcze i sprzęt kuchenny.
 - Udział w sporządzaniu jadłospisów.



Dodatkowe kwalifikacje:

Kursy i szkolenia:

- Szkolenie „Organizacja bankietów” zorganizowane przez Food Int. w Warszawie.
- Kurs z zakresu zdrowego żywienia i dietetyki zorganizowany przez SGGW w Warszawie.

Umiejętności:

- Znajomość zdrowej i pożywnej kuchni włoskiej, francuskiej, chińskiej i rodzimej.
- Rzetelność, punktualność, odpowiedzialność.
- Umiejętność organizacji czasu własnego i podwładnych.
- Pozytywne nastawienie do pracy, akceptacja celów i założeń firmy.
- Prawo jazdy kat. B, aktualna książeczka Sanitarno–Epidemiologiczna.
- Dobra znajomość komputera (MS Word, MS Excel, Windows 95/98/XP).

Znajomość języków obcych:

- angielski – komunikatywnie,
- niemiecki – podstawowy,
- rosyjski – podstawowy.

Zainteresowania:

- narciarstwo,
- piłka nożna,
- kuchnie świata.

„Oświadczam, że wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zawartych w ofercie pracy dla potrzeb rekrutacji, zgodnie z ustawą z dnia 29.08.1997 r. o ochronie danych osobowych (DZ.U. 2002 r. Nr 101, poz. 926 ze zm.)”



Wskazówki do pisania Listu Motywacyjnego

1. Część pierwsza listu:

Przedstaw się
(napisz swoje imię i nazwisko).



Napisz dlaczego wysyłasz ten list.



Napisz dlaczego chcesz
pracować w tym zakładzie.



2. Część druga listu:



Napisz, że wraz z listem wysyłasz swój życiorys (CV).



Napisz jakie masz zainteresowania i umiejętności, które pomogą ci w wykonywaniu tej pracy (na przykład: potrafisz i lubisz zajmować się ogrodem).

3. Część trzecia listu:



Napisz co chciałbyś robić w tym zakładzie pracy (na przykład: prace ogrodnicze, koszenie trawy).



Koniec listu:

Podziękuj za uwagę i napisz, że chciałbyś spotkać się osobiście i porozmawiać o pracy.

Katarzyna Rudzka

Autoprezentacja. Przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej.

1. Cel zajęć

- Podkreślenie znaczenia „pierwszego wrażenia”.
- Uświadomienie wagi autoprezentacji.
- Zdobycie umiejętności zaprezentowania się podczas rozmowy kwalifikacyjnej.

2. Czas trwania – 45 min

3. Materiały

- Flipchart (tablica, arkusz papieru)
- Kartki papieru
- Flamastry
- Taśma klejąca
- Kolorowe czasopisma

4. Metody pracy

Mini wykład, praca indywidualna, praca w grupie, burza mózgów, dyskusja, wypowiedź indywidualna na forum.



5. Konspekt zajęć

- Powitanie, przypomnienie ram organizacyjno–czasowych, wprowadzenie do tematu.
- Zapoznanie z pojęciem „autoprezentacja”.
- Zapoznanie z pojęciem „rozmowa kwalifikacyjna”.
- Przygotowanie do udziału w rozmowie kwalifikacyjnej.
- Podsumowanie zajęć.

6. Przebieg zajęć

Wprowadzenie do zajęć:

Na dzisiejszych zajęciach porozmawiamy o tym, jak ważne jest pierwsze wrażenie, które zrobimy na naszym przyszłym pracodawcy i jak wiele może zależeć od tego, w jaki sposób zaprezentujemy się podczas rozmowy kwalifikacyjnej. Zajęcia będą trwały 45 minut. Podczas trwania zajęć wszystkich obowiązują wspólnie ustalone zasady (kontrakt).

UWAGA!

Pokazujemy uczestnikom/uczestniczkom spisany na wcześniejszych zajęciach kontrakt i odcytujemy wszystkie jego punkty.

Poproś uczestników/uczestniczki, aby spróbowali zdefiniować pojęcie „autoprezentacja”. Wszystkie odpowiedzi możemy zapisywać na tablicy lub poprosić chętnego uczestnika/uczestniczkę, aby to zrobił.

Zastanówcie się i spróbujcie powiedzieć co oznacza słowo: „autoprezentacja”. Wszystkie odpowiedzi zapiszemy na tablicy i wspólnie zastanowimy się nad tym, które odpowiedzi są najtrafniejsze.

Pytania pomocnicze:

1. Co oznacza słowo „prezentacja”?
2. Kogo powinniśmy przedstawić jak najlepiej podczas spotkania z przyszłym pracodawcą?
3. Co może się składać na naszą prezentację?

Po zapisaniu skojarzeń podaj grupie krótką definicję pojęcia:

Autoprezentacja jest to sposób, w jaki prezentujemy, czyli pokazujemy siebie innym. Możemy się prezentować poprzez nasze zachowanie, wygląd lub też wypowiedzi.

Poproś uczestników/uczestniczki, aby spróbowali zdefiniować pojęcie „**rozmowa kwalifikacyjna**”. Wszystkie odpowiedzi możemy zapisywać na tablicy lub poprosić chętnego uczestnika/uczestniczkę, aby to zrobił.

Zastanówcie się i spróbujcie powiedzieć co oznacza określenie: „rozmowa kwalifikacyjna”. Wszystkie odpowiedzi zapiszemy na tablicy i wspólnie zastanowimy się nad tym, które odpowiedzi są najtrafniejsze.

Pytania pomocnicze:

1. W jakim celu z kimś rozmawiamy?
2. W jakim celu chce z nami rozmawiać przyszły pracodawca?
3. Czy ważne jest to, co mówimy podczas rozmowy z pracodawcą?
4. Czy ważne jest to, w jaki sposób rozmawiamy z pracodawcą?
5. Czy podczas rozmowy kwalifikacyjnej ważne jest tylko to co i w jaki sposób mówimy, czy także to, jak wyglądamy?

Po zapisaniu skojarzeń podaj grupie krótką definicję pojęcia:

Rozmowa kwalifikacyjna to bardzo ważny element rekrutacji (czyli procesu angażowania nas do pracy w danej firmy). Ma na celu lepsze poznanie kandydata do pracy. Pracodawca, który przeczytał nasz życiorys zawodowy oraz list motywacyjny i jest wstępnie zainteresowany naszym zatrudnieniem, zawsze chce poznać kandydata do pracy podczas spotkania. Podczas rozmowy kwalifikacyjnej padają pytania dotyczące informacji ogólnych o kandydacie (np. jego zainteresowań), jak i takie, które oceniają jego predyspozycje do pracy na danym stanowisku (np. o wykształcenie, doświadczenie zawodowe, jego specjalne umiejętności).

Poproś, aby każdy uczestnik/uczestniczka dokończył/a na forum poniższe zdanie:

„Warto mnie zatrudnić, bo...”

Poproś, aby wymieniali jak najwięcej powodów, dla których warto jest ich zatrudnić, nawet jeśli wydają się im dziwne lub niepoważne.

Jak się przygotować do rozmowy kwalifikacyjnej?

Przed rozmową kwalifikacyjną zastanówcie się i przypomnijcie sobie informacje:

1. **Informacje o sobie:** Powtórzcie sobie wszystkie ważne informacje na swój temat, dotyczące waszej szkoły, zdanych egzaminów, doświadczenia zawodowego oraz szkoleń.
2. **Wasze osiągnięcia:** Przypomnijcie sobie wszystkie osiągnięcia oraz ważne funkcje, które sprawowaliście. Ważne jest uczestnictwo w różnego rodzaju konkursach, a także to, że byliście np. przewodniczącym/przewodniczącą samorządu klasy w szkole.



3. **Hobby i zainteresowania:** Przygotujcie sobie kilka informacji na temat waszego hobby. Pamiętajcie, że nie warto jest wymyślać sobie zainteresowań na potrzeby rozmowy kwalifikacyjnej, bo pytający może także okazać się np. zapalonym żeglarzem i wówczas wasze kłamstwo szybko wyjdzie na jaw. Nawet jeśli wasze hobby wydaje się mało efektowne, najważniejsze jest, abyście umieli o nim szczerze, w kilku zdaniach opowiedzieć.
4. **Praca:** Zastanówcie się dobrze dlaczego staracie się o przyjęcie do tej firmy i dlaczego chcecie pracować na tym stanowisku. Dlaczego uważacie, że to właśnie was pracodawca powinien zatrudnić. Pracodawca na pewno o to zapyta, powinniście więc wcześniej przygotować sobie odpowiedź.
5. **Firma:** Zbierzcie jak najwięcej informacji na temat firmy, w której chcielibyście pracować. Pracodawca może zapytać o to, czym się firma zajmuje, gdzie się mieści, czy może pracuje w niej ktoś z waszych znajomych.

UWAGA!

Listę tematów, które należy przygotować przed rozmową kwalifikacyjną możemy rozdać grupie w postaci materiałów w tekście łatwym do czytania - załącznik nr 1.

W czasie rozmowy kwalifikacyjnej bardzo ważną rzeczą jest tzw. „pierwsze wrażenie”. Jest to być może niesprawiedliwe, ale najczęściej zanim ktoś nas dobrze pozna, wyrabia sobie o nas opinię na podstawie naszego wyglądu. Zastanówmy się teraz, jak powinna wyglądać osoba, która stara się o pracę.

Poproś, aby każdy z uczestników/uczestniczek przygotował dwa plakaty. Na jednym z nich niech przedstawi osoby, które wyglądają odpowiednio na rozmowę kwalifikacyjną (pod względem ubioru, makijażu, fryzury), na drugim niech znajdzie się przykład jak nie powinno się wyglądać podczas rozmowy kwalifikacyjnej. Poproś grupę, aby skorzystała ze zdjęć wyciętych z kolorowych czasopism. Po skończonej pracy poproś, aby każdy przedstawił swój plakat na forum, a następnie wspólnie z grupą wypisz na tablicy w punktach listę, jakie są najważniejsze elementy wyglądu podczas rozmowy kwalifikacyjnej.

Na przykład:

1. Przed spotkaniem koniecznie zadбай o higienę – weź prysznic, umyj włosy. Panowie powinni pamiętać o ogoleniu się. Obetnijcie i wyczyśćcie paznokcie. Koniecznie umyjcie zęby!
2. Fryzura powinna być schludna i prosta, a włosy czyste! Pamiętajcie o wizycie u fryzjera przed rozmową kwalifikacyjną, bo odrosty u pań lub zbyt długie włosy u panów na pewno nie zrobią dobrego wrażenia.

3. Jeśli panie decydują się na makijaż, powinien być on dyskretny – wystarczy trochę podkładu, pudru, tusz na rzęsy i delikatna, naturalna szminka. Niewskazane są mocne, kolorowe cienie do powiek, brokaty i mocne szminki. Jeśli chcecie pomalować paznokcie, to lakier także powinien być w dyskretnym, naturalnym kolorze.
4. Strój zawsze powinien być czysty i wyprasowany. Sprawdźcie, czy nie ma jakiegś dziury w ubraniu i czy nie brakuje żadnego guzika. Kolor stroju powinien być stonowany. Unikajcie dekolotów, krótkich spódniczek, kolorowych rajstop i kolorowych, wyrazistych wzorów na bluzkach czy koszulach. Pamiętajcie, aby wyczyścić i zapastować buty.

Kolejnym ważnym elementem podczas rozmowy jest to, w jaki sposób będziecie się podczas niej zachowywać.

Poproś uczestników/uczestniczki, aby zastanowili się i podali jak najwięcej informacji o właściwym zachowaniu podczas rozmowy kwalifikacyjnej. Wszystkie odpowiedzi możemy zapisywać na tablicy lub poprosić chętnego uczestnika/uczestniczkę, aby to zrobił.

Zastanówcie się i spróbujcie powiedzieć, w jaki sposób należy zachowywać się podczas rozmowy kwalifikacyjnej, aby zrobić dobre wrażenie na pracodawcy. Wszystkie odpowiedzi zapiszemy na tablicy i wspólnie zastanowimy się nad tym, które odpowiedzi są najtrafniejsze.

Pytania pomocnicze:

1. Gdy umawiacie się ze znajomymi, a oni się spóźniają na spotkanie, czy jesteście z tego powodu zadowoleni?
2. Czy lepiej rozmawia się wam z osobą, która jest uśmiechnięta, czy z osobą smutną lub niezadowoloną?
3. Jak wygląda osoba, która jest pewna siebie? Czy jest zgarbiona i patrzy w ziemię? Czy może ma proste plecy i patrzy na swojego rozmówcę?
4. Czy dobrze się wam rozmawia z osobą, która mówi cicho i niewyraźnie?
5. Gdy rozmawiacie ze znajomymi - lubicie, gdy was słuchają? Czy przeszkadza wam, że wchodzi wam w zdanie i nie pozwalają dokończyć wypowiedzi?

Razem z uczestnikami przeanalizuj odpowiedzi, zastanówcie się wspólnie nad ich trafnością i dopiszcie brakujące. Stwórzcie wspólnie listę propozycji, w jaki sposób należy się zachować podczas rozmowy kwalifikacyjnej.

Na przykład:

1. Weź ze sobą potrzebne dokumenty (życiorys zawodowy, list motywacyjny, dyplomy, zaświadczenia o ukończonych kursach, referencje).
2. Nie spóźnij się na rozmowę.
3. Przy powitaniu uśmiechnij się, przedstaw się, podaj rozmówcy rękę (jeśli on/ona pierwszy/a poda rękę).
4. Podczas rozmowy siedź prosto, patrz na swojego rozmówcę.



5. *Bądź uśmiechnięty i pozytywnie nastawiony.*
 6. *Uważnie słuchaj pytań. Na pytania odpowiadaj wyraźnie, zdecydowanym głosem, zawsze zgodnie z prawdą.*
 7. *Na zakończenie rozmowy zapytaj, kiedy i w jaki sposób zostaniesz powiadomiony o jej wynikach.*
 8. *Po zakończeniu rozmowy podziękuj za spotkanie i pożegnaj się.*
-
-

UWAGA!

Listę ze wskazówkami jak należy wyglądać i zachowywać się podczas rozmowy kwalifikacyjnej możemy rozdać grupie w postaci materiałów w tekście łatwym do czytania - załącznik nr 2.

Podziel grupę na pary. Poproś, aby w parach odgrywali scenki symulujące rozmowę kwalifikacyjną według scenariusza: jeden z uczestników odgrywa rolę pracodawcy, drugi kandydata do zatrudnienia. Partnerzy zmieniają się rolami, tak, aby każdy z uczestników miał szansę wcielić się w rolę pracodawcy i kandydata na pracownika. Poproś grupę, aby podjęła decyzję na jakie stanowisko i do jakiej firmy aplikuje kandydat na pracownika, grupa może także wprowadzać dodatkowe utrudnienia, np. poprosić, aby „pracodawca” był niesympatyczny lub opryskliwy, aby osoba, która odgrywa rolę kandydata na pracownika zachowywała się niestosownie (aby uczestnicy mieli okazję doświadczyć różnorodnych sytuacji i umieli się w nich odnaleźć).

Poproś grupę, aby podczas scenek obserwowała rozmówców, a następnie po każdej scenie przeprowadź dyskusję: co ciekawego zauważyli uczestnicy/uczestniczki, co powinni zapamiętać.

Podsumowanie zajęć:

Rozmawialiśmy dzisiaj o tym, jak ważną rolę podczas szukania pracy odgrywa autoprezentacja i „pierwsze wrażenie” jakie zrobimy na pracodawcy. Nasz wygląd, a także to, w jaki sposób zachowujemy się nie jest oczywiście ważniejsze od naszych umiejętności, wykształcenia i doświadczenia zawodowego, ale często jesteśmy oceniani na podstawie pierwszego spotkania i pierwszej rozmowy. Dlatego tak ważne jest to, w jaki sposób przygotujemy się i zaprezentujemy podczas rozmowy kwalifikacyjnej. Rozmowa ta często może stać się przepustką do dalszego etapu rekrutacji, podczas którego będziemy mogli pokazać co tak naprawdę potrafimy i zaważyć na decyzji o naszym zatrudnieniu.

Niech każdy z was powie:

1. *Co najlepiej zapamiętał z dzisiejszych zajęć?*
 2. *Co go zaskoczyło?*
 3. *Czego nowego się dowiedział?*
 4. *W jakim nastroju i z jakim samopoczuciem kończy dzisiejsze zajęcia?*
-
-



Załącznik nr 1 do scenariusza zajęć „Autoprezentacja“

Rozmowa kwalifikacyjna najczęściej dotyczy następujących zagadnień:

1. Twoje kwalifikacje

Wykształcenie, ukończone kursy, szkolenia, doświadczenie zawodowe.



2. Twoje szczególne zdolności

Jakie posiadasz zdolności i umiejętności?

Na przykład:

umiejętności pracy z ludźmi, zdolności techniczne, zdolności matematyczne (umiejętność liczenia).



3. Twoje zainteresowania

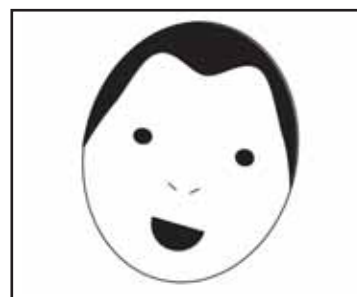
Czy masz jakieś zainteresowania, hobby, na przykład: majsterkowanie, sport, działalność artystyczną?



4. Cechy charakteru

Jakie masz cechy charakteru mogące przydać się w danej pracy?

Na przykład: umiejętność pracy w zespole, cierpliwość, odpowiedzialność, odporność na stres.



5. Wymogi dodatkowe

Dodatkowe, ważne okoliczności.

Na przykład: czy masz dobry dojazd z domu do pracy, czy możesz pracować po godzinach.



Jakie informacje należy przygotować przed rozmową kwalifikacyjną?



1. Informacje o tobie

Przygotuj ważne informacje na swój temat: dotyczące szkoły, zdanych egzaminów, doświadczenia zawodowego, ukończonych kursów.



2. Twoje osiągnięcia

Przypomnij sobie swoje osiągnięcia oraz ważne funkcje, które sprawowałeś.



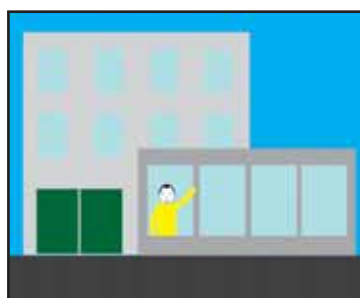
3. Hobby i zainteresowania

Przygotuj kilka informacji na temat swojego hobby. Pamiętaj, aby nie wymyślać sobie zainteresowań, tylko mówić o swoim prawdziwym hobby.



4. Praca

Zastanów się: dlaczego starasz się o przyjęcie do tej właśnie pracy. Dlaczego uważasz, że będziesz w niej dobry?



5. Firma

Zbierz jak najwięcej informacji na temat firmy, w której chciałbyś pracować. Czym się firma zajmuje, gdzie się mieści, czy pracuje w niej ktoś znajomy?



Załącznik nr 2 do scenariusza zajęć „Autoprezentacja“

Jak przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej?

Rozmowa kwalifikacyjna to pierwsze spotkanie z przyszłym pracodawcą. Bardzo dużo zależy od tego jak się zaprezentujesz. Zrób na pracodawcy dobre wrażenie.

Przed wyjściem na rozmowę zadbaj o higienę, weź prysznic, użyj dezodorantu.



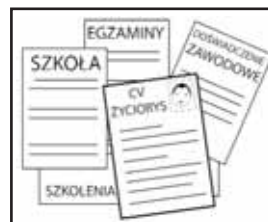
Załóż czyste i wyprasowane ubranie. Pamiętaj, aby było eleganckie i skromne.



Pamiętaj, aby twój makijaż był stosowny i niewyzywający.



Zabierz ze sobą potrzebne dokumenty: życiorys, dyplom, referencje, zaświadczenia o ukończonych kursach.



Nie spóźnij się na rozmowę. Wyjdź z domu wcześniej. Pamiętaj, że autobus może się spóźnić albo możesz trafić na korek uliczny.



Przy powitaniu uśmiechnij się. Podaj rozmówcy rękę, powiedz wyraźnie „Dzień dobry“.





Uważnie słuchaj zadawanych pytań.
Odpowiadaj jasno, zdecydowanym
i przekonującym głosem.



Odpowiadaj na pytania zgodnie z prawdą.
Patrz rozmówcy w oczy, zwłaszcza,
gdy odpowiadasz na pytanie.



Podczas rozmowy bądź miły i uprzejmy.
Uśmiechaj się, żeby twój rozmówca wiedział,
że jesteś do niego przyjaźnie nastawiony.



Zapytaj kiedy i w jaki sposób zostaniesz
poinformowany o wyniku rozmowy.



Po zakończeniu rozmowy
podziękuj swojemu rozmówcy.

Katarzyna Rudzka

Prawa i obowiązki pracownika. Szanse i zagrożenia wynikające z podjęcia zatrudnienia.

1. Cel zajęć

- Zapoznanie z prawami i obowiązkami wynikającymi z podjęcia zatrudnienia.
- Uświadomienie konieczności zmiany trybu życia w momencie podjęcia zatrudnienia.
- Uświadomienie korzyści wynikających z podjęcia pracy.
- Zapoznanie ze sposobami radzenia sobie ze stresem i negatywnymi emocjami związanymi z podjęciem pracy.

2. Czas trwania – 45 min

3. Materiały

- Flipchart (tablica, arkusz papieru)
- Kartki papieru
- Flamastry
- Taśma klejąca
- Kosz na śmieci.

4. Metody pracy

Mini wykład, praca indywidualna, praca w grupie, burza mózgów, dyskusja, wypowiedź indywidualna na forum.



5. Konspekt zajęć

- Powitanie, przypomnienie ram organizacyjno–czasowych, wprowadzenie do tematu.
- Zapoznanie z definicjami pojęć: „mam prawo” i „obowiązek”.
- Określenie praw i obowiązków pracownika.
- Uświadomienie zmian w stylu i trybie życia, koniecznych w momencie podjęcia zatrudnienia.
- Określenie korzyści wynikających z podjęcia zatrudnienia.
- Zapoznanie ze sposobami radzenia sobie ze stresem.
- Podsumowanie zajęć.

6. Przebieg zajęć

Wprowadzenie do zajęć

Na dzisiejszych zajęciach porozmawiamy o tym, jakie prawa i obowiązki ma osoba, która podejmie zatrudnienie. Czy praca daje nam tylko korzyści, czy są może jakieś mniej pozytywne aspekty bycia pracownikiem. Zastanowimy się także, jak radzić sobie w sytuacjach stresujących. Zajęcia będą trwały 45 minut. Podczas trwania zajęć wszystkich obowiązują wspólnie ustalone zasady (kontrakt).

UWAGA!

Pokazujemy uczestnikom/uczestniczkom spisany na wcześniejszych zajęciach kontrakt i odczytujemy wszystkie jego punkty.

Poproś uczestników/uczestniczki, aby spróbowali zdefiniować pojęcia „**mam prawo**” i „**obowiązek**”. Wszystkie odpowiedzi możemy zapisywać na tablicy lub poprosić chętnego uczestnika/uczestniczkę, aby to zrobił.

Zastanówcie się i spróbujcie powiedzieć co oznacza pojęcie: „mam do czegoś prawo”. Wszystkie odpowiedzi zapiszemy na tablicy i wspólnie zastanowimy się nad tym, które odpowiedzi są najtrafniejsze.

Pytania pomocnicze

1. Czy określenie „mam prawo” jest dla nas korzystne, czy niekorzystne?
2. Czy oznacza ono, że coś możemy zrobić, albo coś się nam należy, czy przeciwnie?
3. Czy każdy człowiek ma swoje prawa?

Po zapisaniu skojarzeń podaj grupie krótką definicję pojęcia:

Określenie „mam prawo” oznacza, że zgodnie z panującymi w danym miejscu (np. w pracy, szkole, WTZ) zasadami (prawem) przysługują mi pewne przywileje.

Zastanówcie się i spróbujcie powiedzieć co oznacza pojęcie: „obowiązek”. Wszystkie odpowiedzi zapiszemy na tablicy i wspólnie zastanowimy się nad tym, które odpowiedzi są najtrafniejsze.

Pytania pomocnicze

1. Czy macie swoje obowiązki domowe? Czy każda osoba w Twojej rodzinie ma swoje obowiązki?
2. Czy obowiązki wybieramy sobie sami, czy są nam przyznawane przez kogoś (np. rodzica, wychowawcę w szkole, kierownika WTZ)?
3. Czy możemy sami zdecydować, które obowiązki chcemy wykonywać, a które nie?

Po zapisaniu skojarzeń podaj grupie krótką definicję pojęcia:

Określenie „obowiązek” oznacza, że zgodnie z panującymi w danym miejscu (np. w domu, pracy, szkole, WTZ) regułami musisz wykonać pewne rzeczy i musisz przestrzegać ustalonych zasad.

Podziel uczestników/uczestniczki na dwie grupy. Poproś pierwszą z nich, aby zastanowiła się i spisała wszystkie prawa pracownika, jakie przychodzą jej do głowy, drugą grupę poproś o zastanowienie się i spisanie wszystkich obowiązków, jakie może mieć pracownik. Po skończeniu pracy poproś przedstawicieli grup, aby zaprezentowali na forum odpowiedzi. Druga grupa może uzupełnić wypowiedzi kolegów/koleżanek. Po przedstawieniu wyników pracy przez obie grupy razem z uczestnikami/uczestniczkami spisz na tablicy listę praw i obowiązków pracownika:

1. W twojej umowie o pracę zostały ustalone dni i godziny twojej pracy. Masz prawo, aby otrzymać dodatkowe wynagrodzenie lub czas wolny, jeśli na polecenie pracodawcy zostaniesz dłużej w pracy lub przyjdiesz do pracy w przysługujący ci wolny dzień.
2. Masz prawo do przerwy w pracy. Można ją wykorzystać na odpoczynek, zjedzenie posiłku czy krótką gimnastykę.
3. Masz prawo do urlopu wypoczynkowego.
4. Masz prawo do tego, aby za swoją pracę otrzymać wynagrodzenie w wyznaczonym terminie.
5. Jeśli na twoim stanowisku pracy jest wymagana odzież ochronna, pracodawca powinien ci ją zapewnić.
6. Masz prawo do tego, aby w miejscu pracy być poważanym i szanowanym.
7. Masz obowiązek sumiennego wykonywania wszystkich swoich zadań zawodowych.
8. Masz obowiązek słuchania i wykonywania poleceń swojego przełożonego.
9. Masz obowiązek przestrzegania godzin pracy – punktualnego przychodzenia do pracy i wychodzenia z niej o ustalonej godzinie.



10. Masz obowiązek przestrzegania regulaminu obowiązującego w miejscu pracy, a także zasad bezpieczeństwa i higieny pracy oraz przepisów przeciwpożarowych.
11. Masz obowiązek dbania o sprzęt i meble, z których korzystasz w pracy.
12. Dbaj o dobre relacje z przełożonym i współpracownikami.
13. Pamiętaj, że w miejscu pracy nie wolno spożywać, ani znajdować się pod wpływem alkoholu.

Dla wielu z was podjęcie zatrudnienia będzie całkiem nowym doświadczeniem w życiu. Często bywa tak, że gdy czegoś nie znamy, mamy wiele obaw i negatywnych myśli. Podjęcie pracy oprócz wielu korzyści, niesie za sobą także całkowitą zmianę trybu życia, musimy zmienić wiele swoich przyzwyczajeń i przyjąć wiele nowych obowiązków. Zastanówcie się, w jaki sposób zmieni się wasze życie w momencie podjęcia zatrudnienia.

Poproś grupę, aby zastanowiła się i spróbowała wymyślić jak najwięcej zmian w życiu, jakie może nieść za sobą podjęcie zatrudnienia. Wszystkie odpowiedzi możemy zapisywać na tablicy lub poprosić chętnego uczestnika/uczestniczkę, aby to zrobił.

Przykładowe zmiany, które możesz podać uczestnikom/uczestniczkom:

1. Będziesz musiał zrezygnować z uczestnictwa w WTZ czy ŚDS.
2. Będziesz musiał wstawać o ustalonej porze, być może dużo wcześniej, niż do tej pory.
3. Będziesz musiał przychodzić do pracy codziennie, niezależnie od tego, czy masz na to ochotę, czy nie. Aby mieć dzień wolny będziesz musiał poprosić pracodawcę o urlop.
4. Będziesz miał mniej czasu na spotkania ze znajomymi, czy realizowanie swoich zainteresowań.
5. Na cały rok pracy będzie ci przysługiwała określona liczba dni wolnych, będziesz musiał się dobrze zastanowić jak je rozplanować, aby wystarczyło ich na wyjazd wakacyjny.

Pomimo zmiany trybu życia i konieczności zmodyfikowania swoich przyzwyczajeń w momencie podjęcia zatrudnienia, bycie pracownikiem niesie za sobą wiele korzyści i na pewno znacie wiele powodów, dla których warto jest pracować.

Poproś uczestników/uczestniczki, aby zastanowili się i podali jak najwięcej powodów, dla których warto jest pracować. Wszystkie odpowiedzi możemy zapisywać na tablicy lub poprosić chętnego uczestnika/uczestniczkę, aby to zrobił. Następnie poproś, aby grupa postarała się je uszeregować – od powodów najważniejszych do najmniej ważnych.

UWAGA!

Gdy grupa nie jest zgodna w szeregowaniu powodów możesz poprosić, aby każdy z uczestników/uczestniczek wskazał jeden, najważniejszy dla niego/niej powód i na tej podstawie uszeregować odpowiedzi – od tych, które mają w sumie najwięcej głosów do tych, które mają ich najmniej.

Jeśli grupa ma problem z wymyśleniem powodów, dla których warto jest pracować możesz wspólnie z nią spisać na tablicy kilka przykładowych punktów:

1. Poznaję nowych ludzi.
2. Uczę się czegoś nowego.
3. Nie nudzę się siedząc w domu.
4. Zarabiam pieniądze.
5. Jestem bardziej pewny siebie.
6. Jestem bardziej niezależny.
7. Mam zorganizowany dzień.
8. Czuję się bardziej potrzebny.
9. Dzięki temu, że mam własne pieniądze, mogę spełniać swoje marzenia i potrzeby.

UWAGA!

Listę przykładowych pozytywów wynikających z podjęcia zatrudnienia możesz rozdać grupie w postaci materiałów w tekście łatwym do czytania - załącznik nr 2.

Mimo wielu korzyści wynikających z podjęcia zatrudnienia taka wielka zmiana w naszym życiu może powodować lęk, różnego rodzaju obawy i stres. Zrobimy teraz proste ćwiczenie, które możecie powtarzać sami w domu za każdym razem, gdy coś was zdenerwuje lub przestraszy. Zapiszcie lub narysujcie na kartce jakiś powód, dla którego boicie się podjąć pracę. Następnie powiedzcie na głos, co napisaliście lub narysowaliście, a potem podrzyjcie kartkę na jak najmniejsze kawałki i wyrzucicie do śmieci.

Po wykonaniu zadania zapytaj uczestników:

Co czuliście, gdy darliście i wyrzucaliście kartkę?

Czy było to uczucie przyjemne?

UWAGA!

Listę przykładowych sposobów radzenia sobie ze stresem możesz rozdać grupie w postaci materiałów w języku łatwym do czytania - załącznik nr 3.



Podsumowanie zajęć

Rozmawialiśmy dzisiaj o tym, jakie prawa i jakie obowiązki ma osoba, która podejmuje zatrudnienie. Zarówno tych pierwszych, jak i drugich jest sporo, tak samo, jak korzyści i zmian jakie w waszym życiu spowoduje znalezienie pracy. Dla większości z was podjęcie pracy będzie pierwszym tego typu doświadczeniem i jak każda rzecz, której nie znamy może powodować niepokój, a nawet lęk i stres. Ważne jest, abyśmy nie wstydzieli się do tego przyznać i potrafili znaleźć sposób na rozładowanie negatywnych emocji.

Niech każdy z was powie:

- 1. Co najlepiej zapamiętał z dzisiejszych zajęć?*
- 2. Co go zaskoczyło?*
- 3. Czego nowego się dowiedział?*
- 4. W jakim nastroju i z jakim samopoczuciem kończy dzisiejsze zajęcia?*

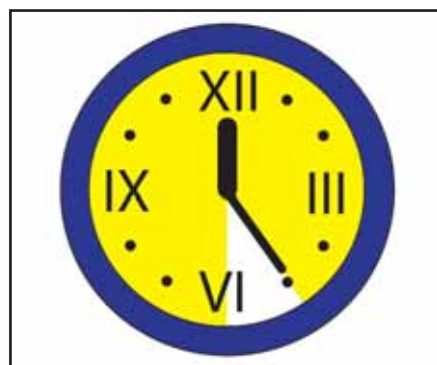


Załącznik nr 1 do scenariusza zajęć „Prawa i obowiązki pracownika“

Prawa pracownika

Gdy jesteś pracownikiem danej firmy masz swoje prawa, których musi przestrzegać twój pracodawca

Masz określone godziny pracy i liczbę godzin, które musisz przepracować. Jeśli pracujesz dłużej, możesz odebrać swoje nadgodziny lub możesz otrzymać za nie dodatkowe wynagrodzenie.



Masz prawo do przerwy w pracy, możesz ją przeznaczyć na odpoczynek, czy zjedzenie posiłku.



Masz prawo do urlopu wypoczynkowego.

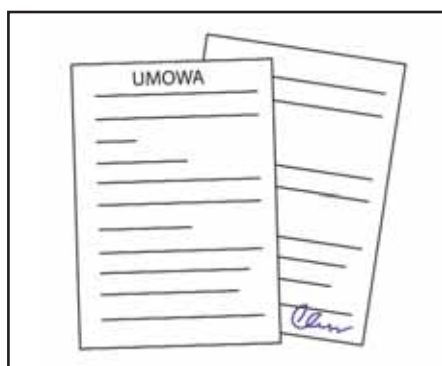




Masz prawo do otrzymania wynagrodzenia za swoją pracę w odpowiednim terminie.



Jeśli w twojej pracy potrzebna jest odzież ochronna, pracodawca powinien ci ją zapewnić.



Pracodawca musi przestrzegać wszystkich ustaleń zawartych w umowie o pracę.



Masz prawo, aby być w pracy szanowanym i poważanym.



Obowiązki pracownika

***Jako pracownik masz także obowiązki,
jesteś zobowiązany do ich przestrzegania***

Sumiennie wykonuj swoje obowiązki.



Słuchaj poleceń przełożonego i wykonuj je.



Przestrzegaj czasu pracy
- nie przychodź za wcześnie do pracy,
nie spóźniaj się i nie wychodź przed
czasem do domu.





Przestrzegaj regulaminu obowiązującego w twojej pracy.



Dbaj o sprzęt i meble w miejscu pracy.



Staraj się mieć dobre relacje z przełożonym i współpracownikami.



Pamiętaj, że nie wolno pić alkoholu w miejscu pracy!



Załącznik nr 2 do scenariusza zajęć „Prawa i obowiązki pracownika”

Dlaczego warto jest pracować?

Poznaję nowych ludzi.
Mam nowych znajomych.



Zarabiam pieniądze.



Nie nudzę się w domu.
Dzieje się wiele nowych rzeczy.



Uczę się nowych rzeczy.





Jestem bardziej pewny siebie.



Jestem poważany i szanowany.



Czuję się potrzebny.



Mam zorganizowany dzień.



Mam coś konkretnego i pożytecznego do zrobienia.



Załącznik nr 3 do scenariusza zajęć „Prawa i obowiązki pracownika“

Sposoby radzenia sobie ze stresem

Uprawiaj sport:

- możesz jeździć na rowerze,
- możesz biegać,
- możesz się gimnastykować,
- możesz chodzić na basen,
- możesz jeździć na rolkach.



Wypróbuj ćwiczenia relaksacyjne.



Jedz dużo warzyw i owoców.





Nie pij alkoholu i nie pal papierosów.



Myśl o czymś przyjemnym.

Anna Andrzejewska

Idąc naprzód

W roku 2012 Polskie Stowarzyszenie na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym uczestniczyło w międzynarodowym projekcie pn. „Moving forward – The Self advocacy movement in V4 countries” („Idąc naprzód - ruch Self-Adwokatów w krajach Grupy Wyszehradzkiej”). Projekt był współfinansowany ze środków Międzynarodowego Funduszu Wyszehradzkiego (Visegrad Fund). Liderem rocznego projektu była słowacka organizacja działająca na rzecz osób z niepełnosprawnością intelektualną - „Združenie na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v SR” (ZPMP v SR).

Głównym celem projektu było wsparcie rozwoju ruchu Self-Adwokatów w krajach grupy Wyszehradzkiej poprzez wzmocnienie i rozwój kompetencji profesjonalistów pracujących z grupami self-adwokatów. W ramach projektu odbyły się cztery spotkania profesjonalistów i self-adwokatów z krajów partnerskich (Słowacja, Czechy, Węgry, Polska). Spotkania odbyły się w Bratysławie, Pradze, Budapeszcie i Warszawie. W zajęciach oprócz specjalistów uczestniczyli również Self-Adwokaci z kraju, w którym odbywało się spotkanie. Projekt był odpowiedzią na potrzebę wymiany doświadczeń, dzielenia się dobrymi praktykami, doskonalenia metod pracy oraz podnoszenia kompetencji profesjonalistów wspierających grupy self-adwokatów. Efekt rocznej pracy został zaprezentowany w publikacji zawierającej porównanie ruchu Self-Adwokatów w czterech krajach.

Poszczególne spotkania były poświęcone innym zagadnieniom dotyczącym pracy z grupami self-adwokatów. Podczas pierwszego spotkania w Bratysławie osoby wspierające (asystenci) self-adwokatów prezentowały systemy wsparcia osób z niepełnosprawnością intelektualną w poszczególnych krajach partnerskich - od edukacji po model i specyfikę ruchu Self-Adwokatów. W Pradze zostały omówione dobre praktyki oraz wyzwania związane z budowaniem grupy self-adwokatów. Trzecie spotkanie, w Budapeszcie, poświęcono metodom pracy stosowanym podczas zajęć związanych z najczęściej poruszonymi tematami: prawa i obowiązki, relacje z innymi, odpowiedzialność, praca i czas wolny. Podczas ostatniego spotkania, które miało miejsce w Warszawie, dyskutowano i porównywano rolę osoby wspierającej w czterech krajach partnerskich. Podsumowano także wszystkie spotkania i rozpoczęto opracowywanie broszury, w której zestawiono doświadczenia czeskie, słowackie, węgierskie i polskie.

Porównanie modelu ruchu Self-Adwokatów w krajach Grupy Wyszehradzkiej¹

Pierwsza część broszury podsumowującej projekt poświęcona jest powstawaniu i rozwojowi ruchu Self-Adwokatów jak również wyjaśnia rozumienie tego pojęcia w każdym z krajów. Obraz self-adwokata we wszystkich organizacjach, które wzięły udział w projekcie jest zbliżony. Ich zdaniem self-adwokat to osoba, która - z odpowiednim wsparciem ze strony otoczenia - decyduje sama za siebie, zna swoje prawa, ale też obowiązki, realizuje swój potencjał, a bliscy pozwalają jej uczyć się na własnych błędach. Zdaniem partnerów z Czech self-adwokatura jest długoterminowym procesem rozwoju osobistego. Polska i węgierska strona podkreśliły, że obok dążenia do samostanowienia równie ważny jest aspekt działania self-adwokatów w imieniu innych osób z niepełnosprawnością intelektualną.

Najwcześniej ruch Self-Adwokatów powstał w Czechach – w 1999 roku, dwa lata później w Polsce i na Słowacji, Węgrzy dołączyli w 2002 roku. W roku 2012 na Słowacji działało 6 grup self-adwokatów, w Czechach około 7, w Polsce 11 (9 zrzeszonych w sieci Regionalnych Organizacji Self-Adwokatów, a 2 nieformalne), na Węgrzech około 20. Wszystkie grupy były wspierane przez organizacje pozarządowe, poza Polską niektóre grupy są wspierane przez instytucje państwowe, takie jak uniwersytety lub ośrodki świadczące opiekę społeczną.

Poniżej przedstawiono wybrane przykłady działań promujących ideę self-adwokatury oraz wspierających rozwój ruchu:

- audycje radiowe i spoty telewizyjne (Słowacja);
- „To sme my” – czasopismo tworzone przez Self-Adwokatów (Słowacja);
- stworzenie 2 akredytowanych przez Ministerstwo Edukacji szkoleń – podstawowy i zaawansowany kurs dla self-adwokatów (Słowacja);
- powołanie stowarzyszenia zrzeszającego słowackich self-adwokatów (2008, Słowacja);
- organizowanie szkoleń dla czeskich i słowackich self-adwokatów poświęconych Konwencji ONZ o prawach osób z niepełnosprawnościami (Czechy);
- udział w krajowych oraz międzynarodowych konferencjach dotyczących osób z niepełnosprawnością intelektualną (Czechy, Polska);
- spotkania z politykami, m.in. z posłami, z radnymi, z pełnomocnikami prezydenta miasta ds. osób niepełnosprawnych, z Rzecznikiem Praw Obywatelskich, z prezesem Trybunału Konstytucyjnego (Polska);
- opracowanie zeszytów ćwiczeń i przykładowych zajęć dla Self-Adwokatów oraz kursu dla osób wspierających (Węgry);
- prowadzenie cyklu warsztatów wyjazdowych dla self-adwokatów (Węgry, Polska).

¹ Praca zbiorowa: „Self-Advocacy of People with Intellectual Disabilities. A comparison of Self-Advocacy Models in Slovakia, the Czech Republic, Hungary and Poland”, Bratislava 2012 (bezpłatna broszura opracowana w języku angielskim, dostępna on-line na stronie: http://www.spmocr.cz/uploaded/Jdeme_dal/Self-Advocacy%20of%20People%20with%20Intellectual%20Disabilities.pdf)

W roku 2012 największymi wyzwaniami, jakie stały przed organizacjami działającymi na rzecz self-adwokatów były potrzeba tworzenia nowych grup oraz szkolenia osób wspierających, a także podnoszenie świadomości społecznej na temat niepełnosprawności intelektualnej (Słowacja, Węgry). Słowacka organizacja planowała dalsze wspieranie rozwoju stowarzyszenia self-adwokatów. PSOUU jedno z największych wyzwań upatrywało w planach włączenia self-adwokatów w procesy decyzyjne w Stowarzyszeniu (aktywne uczestnictwo w zebraniach Zarządu, udział w głosowaniach). W drugiej kolejności najważniejsze wydawało się znalezienie funduszy, które pozwolą na rozwój sieci ROSA (Regionalne Organizacje Self-Adwokatów), kontynuowanie prowadzenia szkoleń dla członków ruchu i profesjonalistów oraz zorganizowanie corocznego ogólnopolskiego spotkania self-adwokatów. Dla czeskiej organizacji wyzwanie na przyszłość wiązało się z potrzebą usprawnienia komunikacji między grupami działającymi w kraju poprzez zbudowanie sieci umożliwiającej współpracę i realizowanie wspólnych działań.

Drugą część broszury stanowi porównanie metod pracy i specyfiki grup w czterech organizacjach partnerskich. Polskę, na tle innych państw wyróżnia powoływanie lidera grupy. Członkowie grupy wybierają spośród siebie jedną osobę, która jest odpowiedzialna za przygotowanie i prowadzenie zajęć. Osoba wspierająca pomaga liderowi w opracowaniu tematu spotkania. W pozostałych organizacjach poszczególni self-adwokaci odpowiadają za fragment spotkania (Czechy), lub całość zajęć prowadzona jest przez osobę wspierającą (Słowacja, Węgry). Na Słowacji co roku powoływana jest nowa grupa self-adwokatów, która bierze udział w rocznym kursie, przy czym jedna osoba może wziąć udział w kilku edycjach kursu. W Polsce grupy działają w sposób ciągły, a w zależności od regionu są one otwarte (przyjmują nowych członków) lub zamknięte. We wszystkich krajach grupy liczą około 10 osób i spotykają się dwa do czterech razy w miesiącu. W Polsce, Czechach i na Słowacji tematy są wybierane przez członków grupy. Na Węgrzech za treść zajęć odpowiada osoba wspierająca. Spotkania trwają od 60 do 90 minut. Poniżej znajdują się najczęściej poruszane podczas spotkań tematy:

- umiejętności interpersonalne, tj. relacje z innymi (rodzicami, partnerem/partnerką, relacje z członkami grupy, asertywność, radzenie sobie z emocjami);
- prawa i obowiązki;
- planowanie czasu wolnego;
- zatrudnienie (aplikowanie o pracę, budowanie relacji z innymi pracownikami i pracodawcą);
- mieszkalnictwo wspomagane;
- seksualność;
- informacje dotyczące Konwencji ONZ o prawach osób z niepełnosprawnościami.

Schemat zajęć we wszystkich krajach jest zbliżony. Spotkanie rozpoczyna omówienie bieżącej sytuacji członków grupy, każda osoba ma możliwość wypowiedzenia się. Następnie uczestnicy krótko przypominają temat i cel ostatniego spotkania. Po takim wprowadzeniu grupa rozpoczyna pracę nad nowym tematem. Pod koniec, członkowie grupy podsumowują co wydarzyło się w trakcie spotkania, często jest to czas udzielania informacji zwrotnych dotyczących zachowania poszczególnych uczestników. Grupy organizują wspólne wyjścia np. do kina, restauracji, biblioteki (Słowacja, Polska). W Polsce organizowane są spotkania z lokalnymi politykami, ponadto self-adwokaci

uczestniczą w licznych konferencjach (Polska, Czechy). Zapraszają gości, gdy na przykład pragną się dowiedzieć jak udzielić pierwszej pomocy (Słowacja), przygotowują wspólne wyjazdy - np. weekend poświęcony odpowiedzialności (za naturę, za siebie i za społeczność, Słowacja). W 2010 roku grupa self-adwokatów z Piekar Śląskich zorganizowała konferencję pt. „Jestem ważny! Samodzielność i samostanowienie osób z niepełnosprawnością intelektualną”, która przyczyniła się do powstania w mieście mieszkania chronionego przeznaczonego dla osób z niepełnosprawnością intelektualną.

Na Słowacji i w Czechach o członkostwo może starać się każda osoba, która dowiedziała się o istnieniu grupy i jest zmotywowana, aby wprowadzać zmiany w swoim życiu. Organizacje rozpowszechniają informacje o naborze poprzez specjalne broszury informacyjne, ale też informują o możliwości dołączenia do grupy w trakcie innych aktywności (np. poradnictwo, spotkania świąteczne, weekendowe zajęcia prowadzone przez wolontariuszy). W Polsce i na Węgrzech członkami grup są osoby uczęszczające do placówek prowadzonych przez stowarzyszenia (Warsztaty Terapii Zajęciowej, Dienne Centra Aktywności). Osoby spoza tych placówek nie mogą dołączyć do grupy, wyjątek stanowi grupa self-adwokatów w Słupsku, która jest otwarta na przyjmowanie osób spoza placówki.

Trzecia część publikacji opisuje rolę asystenta (osoby wspierającej) grupy self-adwokatów. Kandydat na asystenta musi spełniać określone wymagania, m. in. odpowiednia motywacja i postawa wobec osób z niepełnosprawnością intelektualną, dobrze rozwinięte umiejętności interpersonalne. Na Słowacji asystenci pracują w parach i biorą udział w specjalnym szkoleniu, które odbywa się raz w roku. W pozostałych krajach organizacje nie opracowały jednolitego programu szkolenia skierowanego do osób wspierających, jednak asystenci posiadają wymagane kwalifikacje. Główne zadania, które stoją przed osobą wspierającą self-adwokatów to:

- umiejętność doboru metod w trakcie zajęć (dyskusja, prezentacja, odgrywanie scenek, praca w parach i mniejszych grupach);
- wspieranie członków grupy w podejmowaniu samodzielnych decyzji oraz wypracowywaniu konsensusu w przypadku decyzji dotyczących całej grupy (umiejętność współpracy);
- pomoc w formułowaniu zasad wspólnej pracy, a przez to umożliwienie tworzenia wewnątrz grupy relacji opartych na zaufaniu;
- wspieranie grupy w przezwyciężaniu konfliktów pomiędzy jej członkami (trening konstruktywnego wyrażania emocji);
- wspieranie utrzymania dyscypliny podczas spotkań w przypadku zbyt długiego odbiegania od głównego wątku spotkania lub trudności z utrzymaniem uwagi.

Zdaniem profesjonalistów biorących udział w projekcie dobry asystent nigdy nie wyręcza self-adwokatów, a jedynie wspiera proces podejmowania przez nich decyzji. Celem spotkań jest dążenie do stworzenia grupy, która będzie mogła pracować przy minimalnym wsparciu z zewnątrz (Słowacja). Zadaniem asystenta jest wspieranie rozwoju osobistego self-adwokatów, aby wykorzystywali swój potencjał i potrafili dążyć do wyznaczonych sobie celów (Słowacja), samodzielnie podejmowali decyzje, formułowali własne opinie, potrafili wspierać siebie nawzajem (Czechy). Rola asystenta polega także na uczeniu poprawnej i efektywnej komunikacji z innymi (Polska).

Asystenci z krajów partnerskich opisali najczęściej pojawiające się w pracy z grupami self-adwokatów trudności, takie jak: nieprzestrzeganie zasad ustalonych przez grupę, brak inicjatywy i trudności w wybieraniu tematów spotkań, konflikty między członkami grupy, spadek motywacji do wprowadzania zmian w życiu uczestników. Opis każdej z wymienionych trudności uwzględnia także metody rozwiązywania stosowane przez asystentów.

W pracy z grupą profesjonalści coraz częściej wykorzystują technologie multimedialne. Na Słowacji self-adwokaci biorą udział w warsztatach fotograficznych, które umożliwiają im uchwycenie w kadrze tematów, nad którymi pracują w trakcie spotkań grupowych (m.in. bezpieczeństwo, pewność siebie). Niektóre prezentacje lub dyskusje są nagrywane, ułatwia to późniejsze omówienie sytuacji i uzyskanie informacji o mocnych i słabych stronach wystąpienia (Słowacja, Czechy). Słowacka organizacja stworzyła stronę internetową przygotowaną w tekście łatwym do czytania i rozumienia, natomiast polscy self-adwokaci mają do dyspozycji własne forum dyskusyjne. Oprócz tego PSOUU umożliwia self-adwokatom udział w międzynarodowych projektach związanych z nowymi technologiami. W roku 2012 były to dwa projekty. Pierwszy z nich to projekt „SoVo – Sounds and Voices”, którego celem był rozwój radia internetowego, którego redaktorami są osoby z niepełnosprawnością intelektualną. Drugi projekt pn. „SPINe – Special People In Need for e-World” powstał w wyniku przekonania, że teleinformatyka (z ang. ICT - Information and Communication Technologies) może być skutecznym narzędziem wspierającym udział osób z niepełnosprawnością intelektualną w życiu społecznym.

Broszurę kończy wykaz **dobrych praktyk** stosowanych w pracy z grupami self-adwokatów. W tej części znajdują się przykładowe schematy zajęć oraz przykłady ćwiczeń, przydatnych w początkowej fazie budowania relacji w grupie.

Podsumowując, w porównaniu z pozostałymi krajami, specyfika polskich grup self-adwokatów polega na większej liczbie działań skierowanych do otoczenia, a więc na spotkaniach z politykami, urzędnikami, przedstawicielami lokalnych władz, ale też na współuczestnictwie i występowaniu self-adwokatów podczas konferencji oraz szkoleń. Polscy self-adwokaci w ostatnich latach podjęli szereg działań na rzecz ratyfikacji Konwencji ONZ o prawach osób z niepełnosprawnością, zajmowali się również rzecznictwem interesów osób niepełnosprawnych w społecznościach lokalnych (np. w Słupsku skutecznie walczyli o przydzielenie przez miasto lokalu przeznaczonego na powiększenie Warsztatów Terapii Zajęciowej).

W pozostałych państwach więcej uwagi poświęca się wzmocnieniu samoświadomości self-adwokatów; na razie grupy rzadko wychodzą z inicjatywami do lokalnych społeczności.



Dane kontaktowe organizacji partnerskich:

1) Słowacja (koordynator projektu)

Nazwa organizacji: Združenie na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v Slovenskej republike (ZPMP v SR);

Adres: Heydukova 25, 811 08 Bratislava

E-mail: zpmpvsr@zpmpvsr.sk oraz strona internetowa: www.zpmpvsr.sk

2) Czechy

Nazwa organizacji: Společnost pro podporu lidí s mentálním postižením v České republice, o.s. (SPMP ČR)

Adres: Karlínské nám. 59/12, 186 03 Praha 8

E-mail: spmp@seznam.cz oraz strona internetowa: www.spmpr.cz

3) Węgry

Nazwa organizacji: Értelmi Fogytékossággal Élők és Segítőik Országos Érdekvédelmi Szövetsége (ÉFOESZ)

Adres: 17 Lónyay Utca, H-1093 Budapest

E-mail: efoesz@efoesz.hu oraz strona internetowa: www.efoesz.hu

Informacje o projekcie w języku angielskim:

<http://www.zpmpvsr.sk/index.php/moving-forward/35-projekty/ukoncene-projekty/moving-forward/54-moving-forward-eng>

Barbara Ewa Abramowska

Self-adwokatura w systemie edukacji w Stanach Zjednoczonych

Na potrzeby niniejszej publikacji został przetłumaczony artykuł pt. „Kształcenie uczniów ze znaczną niepełnosprawnością: fachowa wiedza do tworzenia programów edukacyjnych”¹, przygotowany przez profesor Dianę Lea Ryndak z Wydziału Edukacji Specjalnej Uniwersytetu Florydy we współpracy z Denise Clark i przedstawiony na konferencji ISEC² 2000 zatytułowanej „Włączanie wykluczonych”.

Prof. Ryndak gościła kilkakrotnie w Polsce na zaproszenie Polskiego Zespołu do Badań Naukowych nad Niepełnosprawnością Inteligencyjną (filia IASSID³), Akademii Pedagogiki Specjalnej w Warszawie i Polskiego Stowarzyszenia na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym. Niektórzy mieli szczęście słyszeć ją w listopadzie 2004 roku, na Międzynarodowej Konferencji Naukowo-Szkoleniowej pt. „Wielospecjalistyczna, kompleksowa pomoc małemu dziecku z zaburzeniami rozwoju i jego rodzinie w ośrodku wczesnej interwencji” w Warszawie, zorganizowanej przez PSOUU. Dała się poznać jako niezwykle, energiczny wykładowca, ale przede wszystkim jako ekspert o ogromnej wiedzy. Budzi podziw - zwłaszcza że dotyczy nauczyciela pedagogiki specjalnej - jej pełne przekonanie do edukacji włączającej każdej osoby, nawet z najgłębszą i sprzężoną niepełnosprawnością i skierowanie całej swojej uwagi w pracy naukowej i dydaktycznej na konstruowanie metod oraz sposobów tego włączenia.

Prof. Ryndak gościła w Polsce także w listopadzie 2013 roku na jubileuszowym Sympozjum Naukowym, na którym przedstawiła referat pt. „Kluczowa rola self-adwokatury w rozwijaniu kompetentnych służb i usług dla osób z niepełnosprawnością inteligencyjną w USA”⁴, będący podsumowaniem badań przeprowadzonych dla Polskiego Stowarzyszenia na Rzecz Osób z Upośledzeniem

¹ http://www.isec2000.org.uk/abstracts/papers_r/ryndak_1.htm

² ISEC - International Special Education Congress; Międzynarodowy Kongres Edukacji Specjalnej.

³ IASSID – International Association for the Scientific Study of Intellectual Disabilities, Międzynarodowe Stowarzyszenie do Badań nad Niepełnosprawnościami Inteligencyjnymi; w 2013 r. stowarzyszenie rozwinęło nazwę, dodając człon mówiący o niepełnosprawnościach rozwojowych - International Association for the Scientific Study of Intellectual and Developmental Disabilities.

⁴ Opracowanie badań prof. Ryndak z zespołem zawarte jest w książce „Wpływ ruchu rodziców osób z niepełnosprawnością inteligencyjną na rozwój nauki i życie społeczne. Raport z badań”, red. naukowa dr Agnieszka Wołowicz-Ruszkowska, wyd. PSOUU 2014.

Umysłowym w ramach projektu „Wpływ ruchu rodziców osób z niepełnosprawnością intelektualną na rozwój nauki i życie społeczne”, dofinansowanego przez Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

Amerykańska demokracja, maksymalnie wrażliwa na bezpośredni udział wszystkich obywateli w życiu publicznym, jest źródłem wszystkich ruchów antydyskryminacyjnych osób wykluczonych i zagrożonych wykluczeniem w Stanach Zjednoczonych. Mniejszości rasowe, które w latach 60. ubiegłego wieku zaczęły głośno dopominać się o swoje prawa obywatelskie, stały się wzorem dla osób z niepełnosprawnościami. Najpierw niepełnosprawni ruchowo weterani wojny wietnamskiej wywalczyli sobie prawo do partycypacji, zaraz po nich rodzice i przedstawiciele osób z niepełnosprawnością intelektualną, zrzeszający się w organizacje non-profit. Sposoby walki były dwa, uzupełniające się, realizowane równolegle: demonstracje i protesty publiczne oraz składanie pozwów sądowych przeciwko władzom stanowym lub federalnym. W konsekwencji wyroków sądów następowała zmiana prawa. W amerykańskim systemie prawnym jest to zdecydowanie łatwiejsze niż np. w Polsce, ponieważ znaczącym źródłem prawa w USA są tzw. precedensy. Sąd musi orzekać w taki sposób, w jaki wcześniej już zapadł określony wyrok w podobnej sprawie.

I tak, pozbawione jeszcze do lat 70. XX wieku prawa do edukacji włączającej amerykańskie dzieci z niepełnosprawnością intelektualną, w następnej dekadzie zaczęły uczestniczyć w zajęciach szkolnych razem z pełnosprawnymi uczniami. Zmieniły się nie tylko metody pedagogiki, zmienił się system edukacji (a właściwie – systemy, różne w różnych stanach), uwzględniający włączenie społeczne jako główny cel edukacji, ale także prawnoczułowieczy postulat równego dostępu do tej samej wiedzy co rówieśnicy⁵.

Omawiany artykuł prof. Ryndak jest efektem przeprowadzonych badań, których celem było zebranie informacji o tym, jak są skonfigurowane programy amerykańskich studiów magisterskich dla nauczycieli oraz jak takie studia przygotowują pedagogów do spełniania potrzeb uczniów ze znaczącą niepełnosprawnością. Informacje dotyczące konfiguracji programów obejmują:

- 1) informacje o liczbie uczniów ze znaczną niepełnosprawnością, których mieli uczyć studiu-
jący;
- 2) przedmioty, doświadczenie praktyczne oraz dostępność literatury fachowej i liczba godzin
przeznaczona na każdy z elementów;
- 3) certyfikacja i dyplomy.

Ponadto, celem badań było także zebranie informacji o tym, jaka jest wiedza fachowa niezbędna do spełniania potrzeb uczniów ze znaczącą niepełnosprawnością, zawarta w programach amerykańskich studiów magisterskich dla nauczycieli.

Absolutną nowością dla Polaków może być uwzględnianie w programach studiów dla przyszłych nauczycieli tematu rozwijania i wspierania self-adwokatury. Co prawda, autorzy konkludują, że nie jest tak dobrze z amerykańskimi programami nauczania. Odwołują się one do wykazów szczegółowych tematów dotyczących uczniów z głębszą niepełnosprawnością (np. wczesna interwencja, zarządzanie leczeniem farmakologicznym, współpraca z rodzicami), jednak problem nie jest potraktowany przekrojowo i kompletnie. „Choć połączenie takich wykazów jest pomocne, nie rozwiązuje

⁵ Foster M., Taub D., Ryndak D., *Rola rzecznictwa i organizacji typu non-profit w tworzeniu i wdrażaniu usług dla osób z niepełnosprawnością intelektualną w Stanach Zjednoczonych*, w: *Wpływ ruchu rodziców osób z niepełnosprawnością intelektualną na rozwój nauki i życie społeczne. Raport z badań, PSOUU, Warszawa, 2014.*

w pełni i wystarczająco dogłębnie problematyki wiedzy fachowej niezbędnej nauczycielom do spełniania potrzeb edukacyjnych uczniów ze znaczną niepełnosprawnością. Dotąd jednak nie powstała jasno określona lista elementów wiedzy i umiejętności związanych z uczniami ze znaczną niepełnosprawnością, podobnie jak nie istnieje jasny opis wiedzy specjalistycznej wymaganej, by sprostać potrzebom tych uczniów. Ponadto nie jest jasne, jaką wiedzę można i powinno się włączyć w program specjalistycznych studiów nauczycielskich.

(...) W celu przygotowania adeptów nauczania do fachowej pracy z osobami ze znaczną niepełnosprawnością, programy studiów muszą zapewniać możliwość stosowania wiedzy zdobytej na studiach w odniesieniu do różnych grup osób ze znaczną niepełnosprawnością - z różnych grup wiekowych i w różnych środowiskach edukacyjnych. Nie jest jednak jasne, czy ta wiedza fachowa jest rozwijana poprzez zestaw odrębnych kursów czy przedmiotów, czy też przez wzajemnie powiązane doświadczenia płynące z nauki na studiach, pracy w terenie oraz kontaktu z publikacjami i wynikami badań."

Badaniem prof. Ryndak objęte zostały trzy grupy respondentów:

- 1) kadra naukowa studiów pedagogicznych dla nauczycieli osób ze znaczną niepełnosprawnością (wydziały wspierane finansowo przez amerykański Departament Edukacji ze względu na ich innowacyjność i wdrażanie nowoczesnych treści i procedur);
- 2) autorzy artykułów dotyczących tej tematyki, cytowani w aktualnych publikacjach dotyczących edukacji włączającej;
- 3) uczestnicy studiów nauczycielskich, wskazanych przez powyżej wymienionych uczestników badania jako wzorcowe.

Do badania kompetencji, których można lub nie należy oczekiwać od nauczycieli specjalizujących się w znacznej niepełnosprawności, autorzy dokonali ustrukturyzowania obszarów wiedzy oraz umiejętności i informacji, które uznano za kluczowe w pracy z uczniami z niepełnosprawnością w stopniu znacznym. Były to następujące obszary:

1) Współpraca i wsparcie techniczne

Ten obszar wiedzy obejmował umiejętności komunikacyjne, a także umiejętność pracy grupowej oraz organizowania współpracy pomiędzy rodzinami, nauczycielami, dyrektorami i innymi osobami, w celu świadczenia usług na rzecz uczniów z niepełnosprawnością w stopniu znacznym.

Ponadto, w tej sekcji znalazły się kompetencje w zakresie:

- zapewniania wsparcia technicznego, konsultacji i współpracy;
- realizacji potrzeb osób z niepełnosprawnością w stopniu znacznym, które wykazują odmienną kulturę i językową;
- przeznaczania odpowiednich środków na świadczenie usług.

2) Włączenie

Ten obszar wiedzy obejmował kompetencje w zakresie:

- istotnych kwestii i literatury fachowej z dziedziny włączania uczniów z niepełnosprawnością w stopniu znacznym w główny nurt edukacji;

- problemów, z jakimi mierzą się nauczyciele w głównym nurcie edukacji podczas włączania uczniów z niepełnosprawnością w stopniu znacznym w swoich klasach;
- przeszkód na drodze do włączenia oraz stosowania strategii promujących włączenie we wszystkich grupach wiekowych i na wszystkich etapach życia;
- promowania relacji społecznych między uczniami z niepełnosprawnością w stopniu znacznym i ich rówieśnikami bez niepełnosprawności.

3) Adwokatura i self-adwokatura

W tym obszarze wiedzy znalazły się kompetencje z zakresu:

- praw i ról uczniów z niepełnosprawnością w stopniu znacznym oraz ich rodzin w procesie edukacji;
- strategii promowania skutecznej adwokatury i wsparcia społeczności lokalnej;
- roli grup wsparcia;
- aspektów prawnych adwokatury, w tym dotyczących indywidualnego planu edukacji oraz procedur prawnych.

4) Proces określania treści programowych

Ten obszar wiedzy obejmował:

- znajomość kluczowych założeń różnych modeli i strategii programowych, w tym różnic pomiędzy ogólnym nurtem edukacji a modelami funkcjonalnymi skierowanymi do uczniów z niepełnosprawnością w stopniu znacznym;
- wiedzę i umiejętności niezbędne, by adaptować ogólny program nauczania, w tym wprowadzać zasadę częściowego uczestnictwa, zgodnie z potrzebami uczniów z niepełnosprawnością w stopniu znacznym w środowisku szkolnym, domowym, zawodowym i podczas zajęć rekreacyjnych;
- wiedzę i umiejętności w zakresie dokonywania formalnej i nieformalnej oceny uczniów z niepełnosprawnością w stopniu znacznym, w tym stosowania kwestionariuszy dla rodziny, rówieśników i przedstawicieli społeczności lokalnej;
- wiedzę i umiejętności w zakresie włączania usług związanych z edukacją (takich jak terapia zajęciowa, fizjoterapia i logopedia) do programu nauczania ucznia;
- umiejętności w zakresie tworzenia funkcjonalnego indywidualnego planu edukacji oraz, wspólnie z zespołem, efektywnego tworzenia indywidualnego planu edukacji uczniów z niepełnosprawnością w stopniu znacznym.

Ponadto obszar ten obejmował tworzenie indywidualnych planów edukacji dla uczniów w różnych grupach wiekowych.

5) Skuteczne nauczanie

W zakres tego obszaru wiedzy weszły:

- znajomość charakterystyki i umiejętności uczniów z niepełnosprawnością w stopniu znacznym;
- kompetencje dotyczące stosowanej analizy zachowania, funkcjonalnej oceny behawioralnej oraz zasad wzmocnienia i kontroli bodźcowej;
- dokonywanie oceny w oparciu o program nauczania;

- gromadzenie danych na temat postępów w nauce ucznia oraz umiejętność modyfikowania sposobu nauczania w oparciu o analizę danych dotyczących ucznia;
- planowanie i wdrażanie strategii ułatwiających generalizację i utrzymywanie efektów nauczania.

6) Ocena funkcjonalna i plany interwencji behawioralnej

Ten obszar wiedzy obejmował kompetencje i umiejętności z zakresu:

- stosowanej analizy zachowania;
- jednopodmiotowego schematu metodologicznego;
- pośrednich i bezpośrednich mierników zachowania;
- oceny i analizy funkcjonalnej;
- tworzenia hipotez funkcjonalnych;
- wdrażania pozytywnego wsparcia behawioralnego;
- zarządzania kryzysami i interwencją;
- interwencji środowiskowych i programowych.

7) Etapy przejścia, wkraczanie w dorosłe życie

W skład tego obszaru wiedzy wchodziły:

- kompetencje w zakresie wspierania przejścia między różnymi etapami życia i środowiskami;
- znajomość usług dla osób dorosłych ze znaczną niepełnosprawnością;
- kompetencje i umiejętności w zakresie zatrudnienia wspomagane, wsparcia zawodowego, zakwaterowania we włączających społecznościach dla osób dorosłych oraz technik planowania rodziny w perspektywie długofalowej.

8) Niepełnosprawność fizyczna i sensoryczna

Ten obszar wiedzy obejmował znajomość:

- rozwoju dziecka;
- niepełnosprawności fizycznej i sensorycznej;
- stanów chorobowych i farmakologii;
- terapii zajęciowej, fizjoterapii oraz logopedii;
- powszechnych środków bezpieczeństwa w zakresie zdrowia;
- technik wspomagania odżywiania;
- technik pozycjonowania i chwytania;
- technologii wspomagających, sprzętu pomocniczego i protez;
- alternatywnych i wspomagających systemów komunikacji.

9) Badania naukowe

W zakres tego obszaru wiedzy wchodziły zarówno znajomość aktualnych badań na temat niepełnosprawności w stopniu znacznym, jak i umiejętność interpretowania i prowadzenia badań poświęconych temu tematowi.

10) Dodatkowe obszary wiedzy

Znalazły się tu wszelkie dodatkowe kompetencje, które respondenci uznali za zasadnicze w pracy z uczniami z niepełnosprawnością w stopniu znacznym.

Jak można zauważyć, self-adwokatura jest jednym niewielkim elementem tak skonstruowanego podziału wiedzy na obszary ważne w edukacji pedagogów. Co kryje się za tym hasłem, można dokładniej wykryć poprzez analizę pytań i zadań, skierowanych do adresatów badania przeprowadzonego przez prof. Ryndak. Poniżej - fragment tabeli dotyczącej tego obszaru, zatytułowanej przez badaczkę „Przygotowanie nauczycieli do realizacji potrzeb uczniów z niepełnosprawnością w stopniu znacznym: kompetencje przewidziane w programach studiów magisterskich”.

Adwokatura i self-adwokatura

1. Określ prawa i role uczniów z niepełnosprawnością w stopniu znacznym oraz ich rodziców.
2. Opisz strategie promujące adwokaturę uczniów z niepełnosprawnością w stopniu umiarkowanym i znacznym oraz na ich rzecz dla każdego z czterech rodzajów adwokatury:
 - a) adwokatury prawnej
 - b) self-adwokatury
 - c) adwokatury obywatelskiej
 - d) adwokatury rodzinnej
 - e) adwokatury rodzicielskiej/zawodowej.
3. Opisz procedury promujące rozwój self-adwokatury i prawa do samostanowienia uczniów z niepełnosprawnością w stopniu znacznym, szczególnie w kontekście indywidualnego planu edukacji.
4. Określ role grup adwokatury na rzecz uczniów z niepełnosprawnością w stopniu umiarkowanym i znacznym oraz zostań członkiem jednej z organizacji promujących edukację włączającą.
5. Opisz strategie tworzenia wspólnoty w sposób promujący włączenie uczniów z niepełnosprawnością w szkołach, w społeczności lokalnej, w środowisku zawodowym i podczas zajęć rekreacyjnych:
 - a) planowanie przyszłości
 - b) kwestionariusze dotyczące podstawy programowej
 - c) tworzenie naturalnej sieci wsparcia.
6. Opisz sposoby wykorzystania indywidualnych planów edukacji i procedur prawnych do promowania włączenia.
7. Opisz strategie służące zmianom systemowym, w tym:
 - a) doskonalenie zawodowe
 - b) udzielanie informacji grupom kluczowym
 - c) udział w tworzeniu strategii
 - d) tworzenie programów pilotażowych

- e) współpracę z nauczycielami z głównego nurtu edukacji
- f) tworzenie sieci wsparcia
- g) znajdowanie wsparcia w środowisku lokalnym
- h) członkostwo w organizacjach promujących włączenie.

8. Wspólnie z zespołem opracuj plan adwokatury, w którym opiszesz, jak umożliwić uczniom z niepełnosprawnością w stopniu umiarkowanym lub znacznym dokonywanie wyborów i jak te wybory szanować.

9. Weź udział w adwokaturze bądź działaniach promujących zmiany systemowe.

Podsumowując badanie prof. Ryndak należy jeszcze podać, że obszar „Adwokatura i self-adwokatura” znajdował się w 138 programach studiów na 173 badanych, a wskazanie „powinien się znajdować” zaznaczyło 96,11% respondentów.

MISJĄ PSOUU jest:

- dbanie o godność i szczęście osób z niepełnosprawnością intelektualną, ich równoprawne miejsce w rodzinie i w społeczeństwie,
- wspieranie rodzin osób z niepełnosprawnością intelektualną we wszystkich obszarach życia i sytuacjach, a zwłaszcza w ich gotowości niesienia pomocy innym.

CELEM PSOUU jest działanie na rzecz wyrównywania szans osób z niepełnosprawnością intelektualną, tworzenia warunków przestrzegania wobec nich praw człowieka, prowadzenia ich ku aktywnemu uczestnictwu w życiu społecznym, działanie na rzecz ochrony ich zdrowia oraz wspieranie ich rodzin.

STATYSTYKA:

- 123 Koła terenowe
- 11.500 członków (rodzice, osoby z niepełnosprawnością intelektualną, przyjaciele)
- ponad 400 placówek i stałych form wsparcia dla blisko 23 tysięcy dzieci i dorosłych

PSOUU prowadzi:

- placówki i projekty z zakresu rehabilitacji, terapii, edukacji, w tym ustawicznej, aktywizacji zawodowej oraz opiekuńcze,
- wspieranie ruchu self-adwokatów, rzeczników własnych spraw,
- chronione i wspomagane mieszkania grupowe,
- organizację spędzania wolnego czasu (m.in. kluby, zespoły artystyczne, sportowe, turystyczne),
- indywidualne wspieranie w niezależnym życiu,
- wspieranie i pomoc rodzinom,
- działalność wydawniczą, m.in. wydaje kwartalnik „Społeczeństwo dla Wszystkich”.

PSOUU współpracuje z instytucjami i organizacjami:

- w tworzeniu nowego prawa,
- w dążeniu do zmiany wizerunku osoby z niepełnosprawnością intelektualną i postaw społecznych,
- w rozwijaniu więzi społecznych, ułatwiających umacnianie się społeczeństwa dla wszystkich, czyli włączanie osób z niepełnosprawnością intelektualną,
- w popularyzowaniu wyników badań naukowych i doświadczeń innych krajów,
- w kształceniu profesjonalnych kadr,
- w umacnianiu organizacji pozarządowych.