



Meine Stärken



TAV
Weisheit
TAV
fleißig

Ornamenten färben
TAV

Program dla mediatorów rówieśniczych

MINCE

lebenshilfe
Wege für Menschen

www.lebenshilfen-sd.at



www.bapid.com



www.stephansstift.de



www.malidom.hr



www.spoleczna.pl



www.fenacerci.pt/web



www.cudvcrna.si



Projekt został zrealizowany przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Niniejsza publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko autora. Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za sposób wykorzystania zawartych w niej informacji.



Funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MINCE – Model for Inclusive Community Education
2015-1-AT01-KA204-005098
Czas trwania projektu: Listopad 2015 – Październik 2017

<http://www.mince-project.eu>

Wstęp	4
1. Zarys programu	7
2. Sesja szkoleniowa 1: Istota mediacji rówieśniczej.....	9
3. Sesja szkoleniowa 2: Reprezentowanie własnych interesów oraz interesów innych ludzi z poważną niepełnosprawnością intelektualną...	15
4. Sesja szkoleniowa 3: Komunikacja i aktywne słuchanie	22
5. Sesja szkoleniowa 4: Informacje publiczne i prywatne	29
6. Sesja szkoleniowa 5: Podejmowanie decyzji – za siebie, za innych ludzi	36
7. Sesja szkoleniowa 6: Społeczność i partycypacja	42
8. Sesja szkoleniowa 7: Ocena.....	49
Literatura	55

Wstęp

Niniejszy program został przygotowany w ramach projektu MINCE - Model Kształcenia Edukacji Włączającej. Jest on finansowany przez Komisję Europejską w ramach programu Erasmus+. Głównym celem projektu jest usprawnienie włączania do społeczeństwa ludzi z poważną niepełnosprawnością intelektualną. Do tej grupy należą osoby, których funkcje umysłowe i sensoryczne oraz głos i mowa są upośledzone, oraz takie, które oprócz niepełnosprawności umysłowej cierpią na poważne dysfunkcje fizyczne, psychologiczne i/lub sensoryczne lub mają kilka niepełnosprawności.

Projekt wdraża 7 organizacji pozarządowych: z Austrii (Lebenshilfen Soziale Dienste GmbH), Bułgarii (BAPID – bułgarskie stowarzyszenie osób z niepełnosprawnością intelektualną), Niemiec (Stephansstift ZEB gem. GmbH - Stephansstift Zentrum für Erwachsenenbildung gemeinnützige GmbH), Chorwacji (Mali dom - Zagreb dnevni centar za rehabilitaciju djece i mladezi), Polski (Społeczna Akademia Nauk), Portugalii (FENACERCI - Federação Nacional de Cooperativas de Solidariedade Social) i Słowenii (CUDV Crna na Koroskem - Center za usposabljanje, delo in varstvo Crna na Koroskem).

Główne działania projektu są związane z opracowaniem materiałów (programu i wytycznych) dla mediatorów rówieśniczych, opiekunów osób niepełnosprawnych oraz instytucji. Projekt skupia się na nowym wymiarze samorzecznictwa. Główną metodą i punktem wyjścia jest zwiększenie kompetencji rówieśników, by przyjęli rolę mediatorów między zainteresowaniami i potrzebami ludzi z poważną niepełnosprawnością intelektualną a społeczeństwem. Jednym z głównych zadań rówieśników będzie udzielenie wsparcia osobom z poważnymi niepełnosprawnościami w taki sposób, by stworzyć warunki do promowania społecznego włączania. Aby zrealizować ten cel, Program obejmuje wiele tematów, które skupiają się nie tylko na zwiększaniu wiedzy, ale także na rozwoju umiejętności przekazywania tej wiedzy zainteresowanym stronom. Dodatkowo rówieśnicy mają możliwość obserwowania i oceny proponowanych przez społeczność propozycji udanego włączania. Rozwijane będą umiejętności oceny sytuacji i decydowania, czy spełnia ona wymagania włączania i uczestniczenia. Ponadto zwiększona zostanie umiejętność i zrozumienie przyczyn wysuwania sugestii możliwych ulepszeń i sposobów takiego działania.

Główną zasadą projektu MINCE jest wolontariat. W szkoleniach udział wezmą jedynie te osoby z niepełnosprawnościami, które będą chciały zostać mediatorami rówieśniczymi i poczuć się na siłach, by sprostać temu zadaniu.

Niniejszy dokument przeznaczony jest dla profesjonalistów, którzy będą wspierać osoby z niepełnosprawnościami w stawianiu się mediatorami rówieśniczymi.

Rozwój umiejętności ma ułatwić i wspierać „Przewodnik STEP UP” dla mediatorów rówieśniczych. Główne tematy w przewodniku odpowiadają modułom szkoleniowym i odnoszą się do tego dlaczego, kto i jak może zostać mediatorem rówieśniczym, co to znaczy i jakie są obowiązki mediatora rówieśniczego. Przewodnik oferuje przydatne narzędzia, takie jak dziennik nauki i narzędzia nazwane „Jestem mediatorem”, które nie tylko ułatwią naukę, ale również pozwolą na samodzielną ocenę własnego rozwoju personalnego. Przewodnik jest łatwy do czytania i zawiera takie tematy jak: Kim są mediatorzy rówieśniczy? / Jacy są me-

diatorzy rówieśniczy? Dalej znajduje się dziennik nauki, który zawiera takie tematy jak: prawa i wsparcie, uczy się słuchać, uczy się rozmawiać z ludźmi, uczy się pomagać i uczy się oceniać.

Główne cele i oczekiwane rezultaty

Program pomaga ludziom z niepełnosprawnością intelektualną nauczyć się reprezentowania własnych interesów oraz interesów osób z poważną niepełnosprawnością. Kolejnym celem jest zapewnienie im wiedzy i umiejętności, aby w przyszłości mogli włączyć te zainteresowania w zakres wychowania środowiskowego. Dodatkowo, szkolenie podniesie umiejętności rówieśników w zakresie odgrywania roli mediatora między osobami z poważnymi niepełnosprawnościami a społeczeństwem, by bronić ich interesów i potrzeb.

Oczekiwane rezultaty związane są ze zwiększeniem wiedzy i umiejętności rówieśników w odniesieniu do –

- pojmowania własnej roli jako mediatorów
- skutecznej komunikacji
- znajomości swoich praw
- podejmowania decyzji
- aktywnego uczestnictwa w życiu społeczności lokalnych.

W rezultacie rówieśnicy będą w stanie zapewnić sobie uczestnictwo, a osobom z poważnymi niepełnosprawnościami wsparcie w kontekście włączania w życie społeczności.

Grupa docelowa

Główną grupą docelową w procesie szkolenia są ludzie z niewielką niepełnosprawnością intelektualną w wieku ponad 16 lat. Powinny to być osoby mające doświadczenie w życiu w społeczności i gotowe podjąć się roli mediatora. Mają one własne doświadczenia dotyczące pomocy społecznej, codziennych barier i dyskryminacji. To umożliwi im zrozumienie sytuacji innych niepełnosprawnych. Te doświadczenia będą wykorzystane podczas szkolenia mediatorów rówieśniczych do reprezentowania i wsparcia ludzi z poważnymi niepełnosprawnościami intelektualnymi. Zadaniem rówieśników będzie sprawienie, by potrzeby drugiej grupy docelowej – osób z poważnymi niepełnosprawnościami intelektualnymi – byłybrane pod uwagę.

Podczas wdrażania programu, konieczna będzie ocena stopnia gotowości osób z niepełnosprawnością do poszerzania doświadczenia w każdej sytuacji, w której mogą się znaleźć. Zespół trenerów korzystających z programu musi być elastyczny, aby dostosować się do indywidualnych potrzeb osób szkolonych w samorzeczności.

Metody szkolenia

Aby osiągnąć cele projektu, zastosowano metody interaktywne i skoncentrowane na potrzebach osób, które będą szkolone. Główne założenia, które determinują

wybór metod:

- Uczestnicy najlepiej przyswajają wiedzę, kiedy są aktywnie zaangażowani.
- Najważniejszą metodą jest uczenie się przez działanie.
- Kwestionowanie i dyskutowanie różnych tematów przyczynia się do głębszego zrozumienia.
- Odwoływanie się do życiowego doświadczenia uczestników nadaje znaczenie informacjom teoretycznym – odnosi je do konkretnej sytuacji.
- Atmosfera pracy i poczucie komfortu i bezpieczeństwa w grupie odgrywają kluczową rolę w kształtowaniu zaangażowania emocjonalnego i bardziej skutecznego uczenia się.
- Rozwijanie umiejętności i kompetencji – na przykład umiejętności komunikacji – potrzebna praktyka.
- Uczestnicy uczą się od siebie nie mniej niż od trenera.

Te przemyślenia pomogły ukształtować plan sesji i cały kurs: każda sesja stanowi połączenie informacji i możliwości aktywnego uczestniczenia i zadawania pytań. Ogólne metody, które zostały wykorzystane to ice breakers czyli ćwiczenia na „przełamanie lodów”, burza mózgów, obrazowanie, group building (budowanie grupy), poznawanie się, opinia zwrotna i dyskusja. Przedstawione przypadki i gry są opcjonalne. Podczas realizacji programu trenerzy decydują, które z nich wykorzystać i jakie ewentualnie dodać, w zależności od konkretnych potrzeb uczestników szkolenia.



Zarys
programu

1. Zarys programu

Program składa się z 7 sesji szkoleniowych, każda trwa 2-3 godziny, co oznacza, że szkolenie trwa łącznie 21 godzin. Sesje zostały przygotowane z myślą o 6 - 8 osobowych grupach.

W programie każdej sesji znajdują się cele, działania i instrukcje dla trenerów, plan szkolenia, materiały i zasoby. Podczas sesji konieczne będzie korzystanie z łatwych w użyciu „kart komunikacji”: zielony – zgadzam się; żółty – mów powoli/ mam pytanie oraz czerwony – stop/potrzebuję wyjaśnienia.

Każda sesja obejmuje krótkie podsumowanie przygotowane w łatwym do czytania formacie, zawierającym informacje na temat celów i głównych tematów w planie sesji.

Treść sesji została omówiona w grupach fokusowych, a główne tematy omawiane były z ludźmi z niepełnosprawnością intelektualną.

Lista tematów sesji:

- Co to jest mediacja rówieśnicza? – Jaka jest rola mediatora rówieśniczego/ Prawa i obowiązki mediatorów rówieśniczych.
- Reprezentowanie własnych interesów/Reprezentowanie interesów osób z poważnymi intelektualnymi niepełnosprawnościami.
- Obserwowanie, interpretowanie, rozumienie/komunikacja i aktywne słuchanie.
- Informacje prywatne i publiczne – jak je rozróżnić?
- Podejmowanie decyzji – za siebie, za innych/Podstawy podejmowania decyzji, wskazówki dotyczące podejmowania decyzji itp.
- Społeczeństwo i uczestnictwo.
- Ocena.

Nie ma konieczności wprowadzania tematów w podanej kolejności. Podczas korzystania z programu, w zależności od uczestników, trenerzy mogą z łatwością zmieniać kolejność, jeśli uznają, że ułatwi to naukę. Odnosi się to również do czasu trwania zajęć w każdej sesji. Przedstawiamy przykład takiej sytuacji w dokumencie, zadaniem i rolą trenera będzie znalezienie równowagi między czasem trwania/strukturą zajęć i potrzebami oraz umiejętnościami grupy.



lebenshilfe
Wege für Menschen



IDEEN- & BESCHWERDEHEFT

Name _____

Einrichtung _____

von _____

**Istota mediacji
rówieńniczej**

2. Sesja szkoleniowa 1: Istota mediacji rówieśniczej

Streszczenie

Sesja umiejscawia szkolenie w szerszym kontekście i określa jego charakter. Stanowi tło dla kursu, wprowadza kluczowe pomysły i daje uczestnikom szansę ich wspólnego odkrywania.

Sesja skupia się na integrowaniu grupy i zapewnieniu zrozumienia dla koncepcji mediacji rówieśniczej. W tym kontekście bardzo ważne jest danie uczestnikom szansy zrozumienia, że jest to proces, w którym osoby z lekką niepełnosprawnością zapewniają osobom z poważnymi niepełnosprawnościami wsparcie w procesie włączania do społeczności. Podczas sesji można wprowadzić przewodnik dla mediatorów rówieśniczych. Jego wykorzystanie ułatwi proces.

Cele

- Przekazanie wiedzy na temat istoty mediacji rówieśniczej.
- Przekazanie informacji na temat roli mediatora rówieśniczego, jego praw i obowiązków.
- Przekazanie umiejętności pracy w małych i większych grupach.
- Zapewnienie uczestnikom poczucia swobody i nieskrępowania we własnym gronie oraz możliwości omówienia odczuć i opinii o kursie.

Plan sesji

1	Powitanie: Wprowadzenie, krótki zarys kursu i sesji	30 min.
2	Gra „Nazywam się”	20 min.
3	Burza mózgów na temat znaczenia słowa „rówieśnik”, czym jest rówieśnik, a czym nie jest	20 min.
4	Prezentacja: rola mediatorów rówieśniczych, ich prawa i obowiązki	20 min.
5	Ciuciubabka z przewodnikiem	30 min.
6	Praca w grupach: Powody bycia mediatorem rówieśniczym i trudności	40 min.
7	Opinie/dyskusja na temat pracy w grupach	20 min.

Przygotowanie i potrzebne materiały

Papier do tablicy flipchart, markery, prezentacja, materiały do ciuciubabki

Przebieg sesji

Powitanie: Wprowadzenie, krótki zarys kursu i sesji

Uwaga

Powitanie uczestników, przedstawienie trenerów i przekazanie kluczowych informacji na temat zawartości, celów i metod szkolenia powinno trwać pierwsze 20-30 minut.

Instrukcje dla trenerów

Przedstaw się i powitaj uczestników.

Podaj kontekst szkolenia i wyjaśnij jego główne cele.

Podczas wyjaśniania kontekstu możesz odnieść się do praw ludzi niepełnosprawnych.

Wyjaśnij, że do tych informacji będziecie się odnosić w trakcie trwania kursu.

Wyjaśnij, jak używać łatwych do użycia „kart komunikacji”: zielona – zgadzam się; żółta – mów wolniej/mam pytanie i czerwona – stop/potrzebuję wyjaśnienia.

Ustal zasady dla grupy – burza mózgów.

Zapytaj, czy są jakieś pytania.

Gra „Nazywam się”

Uwaga

Daj uczestnikom możliwość zapoznania się z innymi w interaktywny sposób.

Instrukcje dla trenerów

Przejdź się po sali i zapytaj każdego z uczestników o imię oraz poproś o podanie cechy, która go charakteryzuje i zaczyna się na tę samą literę np. gadatliwy Grzegorz, dynamiczny Dawid.

Zapisz je i odnoś się do tych informacji przez resztę szkolenia.

Burza mózgów na temat rówieśników, czym jest rówieśnik, a czym nie jest

Uwaga

Skorzystaj z metody burzy mózgów, aby dowiedzieć się, co uczestnicy już wiedzą oraz zdefiniuj i określ znaczenie mediacji rówieśniczej.

Instrukcje dla trenerów

Przedyskutuj z grupą dwa pytania – „Czym jest mediacja rówieśnicza?” + „Czym nie jest mediacja rówieśnicza?” Drugie pytanie w sposób naturalny wynika z pierwszego. Na przykład – mediacja rówieśnicza nie jest obowiązkiem, nie jest to to samo, co dawanie porad – jest to dzielenie się doświadczeniami, nie jest to przyjaźń, mediacja rówieśnicza nie jest występowaniem w czyimś imieniu, nie za-

jmują się nią osoby, które nie wiedzą, jak to jest być niepełnosprawnym.

Odpowiedzi zanotuj na tablicy.

Omów i podsumuj informacje.

Prezentacja: rola mediatorów rówieśniczych, prawa i obowiązki

Uwaga

Podaj informacje na temat mediacji rówieśniczej, roli i odpowiedzialności mediatorów rówieśniczych.

Instrukcje dla trenerów

Prezentacja definicji mediatorów rówieśniczych – mediacja rówieśnicza jest wtedy, gdy nieformalnie dzielimy się tym, czego nauczyliśmy się zdobywając doświadczenie z kimś, kto idzie podobną drogą. Niektórzy ludzie opisują ją jako rozmowę z kimś, kto „już przez to przeszedł”.

Wyjaśnienie, w jaki sposób mediacja rówieśnicza może pomóc osobom z niepełnosprawnością – ponieważ ludzie z niepełnosprawnością są ekspertami w tym, co jest dla nich najlepsze. Do zadań mediatora rówieśniczego należą: słuchanie, co ludzie z niepełnosprawnością umysłową mają do powiedzenia, udzielanie porad, dzielenie się własnym doświadczeniem, wspieranie w podejmowaniu decyzji, pomoc osobom z niepełnosprawnością intelektualną w osiągnięciu pewnych celów w życiu, pokazanie im, co są w stanie osiągnąć.

Czas na zadawanie pytań.

Ciuciubabka z przewodnikiem

Uwaga

Wykorzystaj ćwiczenie, aby przedstawić relację między mediatorami a osobami z poważnymi niepełnosprawnościami, wspierającymi i wspieranymi, oraz pokazać, w jaki sposób ich relacja może być partnerska, również jeśli jedna osoba potrafi zrobić coś, czego druga nie potrafi (jeszcze).

Instrukcje dla trenerów

Przygotuj w sali bezpieczny tor przeszkód.

Dobierz uczestników w pary. Zakryj oczy jednej z osób w parze.

Razem muszą odwiedzić kilka miejsc na torze przeszkód.

Dyskusja – Czy widzieliście, gdzie idziecie? Kto kierował? W jak sposób można dać się oprowadzać? Czy chcesz, aby mediator ustalał tempo, czy raczej wolisz sam je kontrolować? Jaki jest związek między mediatorem, a wspieraną osobą? W jaki sposób ta relacja może być równorzędna, jeśli jedna osoba potrafi zrobić coś, czego druga nie umie?

Praca w grupach: Powody bycia mediatorem rówieśniczym i trudności

Uwaga

Uczestnicy pracują w grupach, ich zadaniem jest omówienie i ustalenie powodów zostania mediatorem rówieśniczym i trudności, jakie mediator może napotkać

Instrukcje dla trenerów

Podziel grupę na dwie mniejsze.

Każda grupa dostaje tablicę flipchart i markery.

Pierwsza grupa ma za zadanie wypisać powody zostania mediatorem rówieśniczym, podczas gdy druga – wypisuje trudności. Na przykład: „Dzięki temu czujesz się ważny.”

-> „To oznacza więcej pracy.”; „Możesz pomóc ludziom.”-> „Możesz być denerwujący.”

Prezentacja i dyskusja w grupie.

Przedstaw „Przewodnik dla mediatorów rówieśniczych” i jego główne przesłania: „Przewodnik pomoże Ci. Dzięki niemu dowiesz się, jak pomagać innym jako mediator rówieśniczy. Możesz z niego korzystać, aby zapisywać różne rzeczy. Możesz go używać do pomocy.”

Ocena / dyskusja na temat pracy w grupie

Uwaga

Pod koniec sesji wykorzystaj czas, aby porozmawiać o tym, czy uczestnicy zrozumieli omawiane tematy i jak się czuli podczas sesji.

Instrukcje dla trenerów

Na trzech arkuszach papieru tablicy flipchart wypisz poniższe pytania: Czego się nauczyłem? Jak się czułem? Jak mi się pracowało z innymi?

Opinie uczestników dotyczące tych trzech pytań są omawiane i zapisywane na arkuszach.

Następnie uczestnicy mają okazję przeanalizować każdą z zapisanych opinii dotyczącą trzech pytań i ocenić ją w skali – Nie jestem zadowolony, Jestem zadowolony, Jestem bardzo zadowolony, Nie wiem (wprowadź emotikony dla zilustrowania ocen, uszereguj je umieszczając odpowiedni obok każdej opinii zapisanej na tablicy flipchart).



Czym jest mediacja rówieśnicza? Kim są mediatorzy rówieśniczy?

Podsumowanie sesji szkoleniowej 1:

Podczas tej sesji uczestnicy dowiadują się:

- czym jest mediacja rówieśnicza,
- co może robić mediator rówieśniczy, a czego nie,
- w jaki sposób mediator rówieśniczy pracuje z innymi ludźmi.

Program

Powitanie	30 min.
Nazywam się	20 min.
Czym jest rówieśnik, a czym nie jest	20 min.
Rola mediatorów rówieśniczych, prawa i obowiązki	20 min.
Gra w pomaganie	30 min.
Powody zostania mediatorem rówieśniczym i napotymane trudności	40 min.
Ocena / dyskusja	20 min.



Reprezentowanie
własnych interesów
oraz interesów
osób ze znaczną
niepełnosprawnością
intelektualną

3. Sesja szkoleniowa 2: Reprezentowanie własnych interesów oraz interesów innych ludzi ze znaczną niepełnosprawnością intelektualną

Streszczenie

Niniejsza sesja poświęcona jest podstawowym pojęciom, takim jak prawa ludzi niepełnosprawnych, ich interesy oraz sposób, w jaki siebie reprezentują. Skupia się na rozwijaniu umiejętności reprezentowania i obrony praw osób niepełnosprawnych oraz ich potrzeb. Ponadto, ćwiczy umiejętność pracy w grupie, jak również umiejętność komunikacji, tolerancję i asertywność. Te umiejętności są bardzo ważne dla mediatorów rówieśniczych, by mogli zapewnić wsparcie osobom o specjalnych potrzebach we włączaniu do społeczności. Zaleca się, by podczas tej sesji użyć „Przewodnika dla mediatorów rówieśniczych”, zwłaszcza podczas nauki o prawach i wsparciu.

Cele

- Dostarczenie informacji na temat praw człowieka
- Rozwijanie umiejętności prezentowania i obrony własnych praw i praw innych ludzi
- Rozwijanie umiejętności pracy w grupach i tolerancji
- Rozwijanie umiejętności identyfikowania swoich obowiązków względem innych ludzi

Plan pracy

1	Otwarcie sesji, prezentacja celów i sposobu jej przeprowadzenia. Negocjowanie zasad pracy.	30 min.
2	Gra „Kim jestem”	30 min.
3	Praca w małych grupach „Moje prawa”	40 min.
4	Burza mózgów „Co to znaczy: bronić praw innych ludzi?”	20 min.
5	Odgrywanie scenek „Jak stawać w obronie praw innych ludzi”	40 min.
6	Ocena /dyskusja na temat pracy w grupach	20 min.

Przygotowanie i potrzebne materiały

Papier do tablicy flipchart, markery, prezentacje, ogrywanie ról, kamera

Przebieg sesji

Powitanie: Otwarcie sesji, prezentacja celów i sposobów jej przeprowadzenia. Negocjowanie zasad pracy.

Uwaga

Na początku wyjaśnij cele sesji i jej przebieg. Uzgodnij zasady pracy. Dobrze jest zapisać je na arkuszu papieru i umieścić go na ścianie.

Instrukcje dla trenerów

Powitaj uczestników.

Podaj informacje ogólne dotyczące szkolenia i objaśnij jego główne cele.

Jako część podstawowych informacji ogólnych możesz odnieść się do praw ludzi niepełnosprawnych.

Powtórzenie: jak korzystać z kart ułatwiających komunikację: zielony – zgadzam się; żółty – mów powoli/mam pytanie i czerwony – stop/potrzebuję wyjaśnienia.

Podsumowanie zasad pracy w grupie z poprzedniej sesji i dodanie nowych, jeśli jest to konieczne.

Zachęcenie uczestników do rozmowy na temat głównych tematów omówionych podczas poprzedniej sesji: rola mediatorów rówieśniczych, prawa i obowiązki.

Zapytaj uczestników, czy mają pytania.

Gra „Kim jestem“

Uwaga

Daj uczestnikom szansę samodzielnego przedstawienia się, zachęć grupę do interakcji i poznaj oczekiwania uczestników.

Instrukcje dla trenerów

Przygotuj arkusze papieru, wykorzystasz je na początku gry. Liczba arkuszy powinna odpowiadać liczbie uczestników. Podziel arkusze na 4 równe części i zapisz poniższe informacje: lewy górny róg – imię i organizacja, prawy górny róg – obraz siebie, lewy dolny róg – czego potrzebuję, prawy dolny róg - co mogę zaoferować

Imię i organizacja	Obraz siebie
Czego potrzebuję	Co mogę zaoferować

Wyjaśnij uczestnikom, że jedną z metod zrozumienia siebie i innych ludzi jest naszkicowanie naszych uczuć, preferencji i marzeń.

Pokaż, co przygotowałeś wcześniej – arkusze papieru podzielone na 4 części.

Rozdaj każdemu uczestnikowi jeden arkusz i ustal, ile ma czasu na rysowanie. Każdy uczestnik ma za zadanie napisać lub narysować to, co jego/jej zdaniem stanowi odpowiedź na podane tematy.

Daj uczestnikom szansę wypowiedzenia się na temat rysunków przed resztą grupy. Każdy uczestnik będzie miał określony czas.

Pozostali uczestnicy mogą zadawać pytania.

Podsumuj, odnosząc się do tego, co zostało zaprezentowane w kontekście tematu sesji.

Praca w małych grupach „Moje prawa“

Uwaga

Wykorzystaj pracę w małych grupach, aby dać uczestnikom szansę wspólnej pracy i podzielenia się wiedzą na temat ich praw. To ćwiczenie powinno być wykorzystywane do pracy zespołowej, poprawy komunikacji i nauki tolerancji.

Instrukcje dla trenerów

Podziel uczestników na 2 lub 3 grupy. Można to zrobić na wiele sposobów – licząc kawałki papieru w różnych kolorach przyklejone do krzesel lub rozdając role z popularnych bajek (na przykład: Czerwony Kapturek – wilk i babcia, Śpiąca Królewna – książę i królewna itp.).

Wyjaśnij grupom, żeby pracowały nad „Moimi prawami” i spróbowały zilustrować na arkuszu papieru prawa, które są im znane.

Rozdaj arkusze papieru i markery oraz określ czas pracy, na przykład - 10 minut.

Burza mózgów „Co to znaczy: bronić praw innych ludzi?”

Uwaga

Wykorzystaj metodę burzy mózgów, aby dać uczestnikom szansę na podzielenie się własną wizją, ale pomóż im też w zrozumieniu znaczenia mediacji i obrony praw innych ludzi, także w praktyce.

Instrukcje dla trenerów

Zorganizuj burzę mózgów wśród uczestników, by dowiedzieć się, co to według nich znaczy „stawać w obronie praw innych ludzi”.

Zachęć do dyskusji i zapewnij wsparcie, dając praktyczne przykłady z życia codziennego. Na przykład: co to oznacza chronić prawa osób ze szczególnymi potrzebami do wyrażania opinii lub zachowania prywatności?

Zachęć uczestników do podania konkretnych przykładów i opowiedzenia historii.

Zapisz wszystko na tablicy flipchart i w możliwie dużym stopniu wykorzystuj obrazki i rysunki.

Omów wszystko, co zostało powiedziane i spróbuj osiągnąć konsensus.

Podsumuj.

Odgrywanie scenek „Stawanie w obronie praw innych ludzi“

Uwaga

Odgrywanie ról ma dać uczestnikom szansę na lepsze zrozumienie procesu obrony praw innych ludzi oraz poćwiczenie umiejętności. Zastosowane studium przypadku może być różne, w zależności od doświadczeń personalnych uczestników.

Instrukcje dla trenerów

Przedstaw przypadek grupie. Na przykład: Marek jest mężczyzną o znacznym stopniu niepełnosprawności intelektualnej. Mieszka ze swoją babcią. Chce się przeprowadzić do domu z całodobową opieką, ale nie wie, co robić i do kogo się zwrócić. Prosi swoją przyjaciółkę Liliannę o pomoc. Liliannę organizuje spotkanie, zaprasza babcię Marka, pracownika socjalnego z domu opieki oraz Marka, by omówić przeprowadzkę.

Przydziel role - Marek, Liliannę, babcia i pracownik socjalny (opcjonalnie). Jeśli nikt nie chce wziąć udziału, zachęć do dyskusji i spróbuj znaleźć ochotników.

Porozmawiaj z każdym uczestnikiem biorącym udział w scenie i wyjaśnij role.

Daj uczestnikom biorącym udział w scenie czas, by omówili jej przebieg

Poproś osoby, które nie biorą udziału w scenie o monitorowanie – podziel je na dwie grupy: jedna grupa monitoruje Marka, a druga - Liliannę. Daj im zadanie polegające na odpowiadaniu na pytania: Co czujesz...? Co jest trudne? Co jest łatwe?

Poproś uczestników, którzy biorą udział w scenie, aby zaczęli ją odgrywać, a pozostałe osoby, by ją z uwagą oglądały.

Po odegraniu scenki przeprowadź dyskusję na dwóch poziomach: uczestników, którzy odgrywali scenki – jak się czuli, co było dla nich trudne, czy cel Marka został osiągnięty itp. oraz na poziomie uczestników, którzy obserwowali – jaka była rola Liliannę i przedstawienie praw Marka?

Jeśli jest to możliwe, nagraj przebieg scenki, by obejrzeć ją wspólnie i omówić te tematy. Przed filmowaniem zapytaj uczestników o zgodę.

Przygotuj podsumowanie dotyczące przedstawiania i obrony praw innych ludzi oraz roli mediatora rówieśniczego.

Ocena/dyskusja na temat pracy w grupie

Uwaga

Pod koniec przeznacz czas na rozmowę na temat tego, czy uczestnicy zrozumieli omawiane tematy i jak się czuli podczas sesji.

Instrukcje dla trenerów

Na trzech arkuszach papieru zostały zapisane trzy pytania: Czego się nauczyłem/-am? Jak się czułem/-am? Jak mi się pracowało z innymi?

Odpowiedzi na te trzy pytania są omawiane i zapisywane na arkuszach.

Następnie uczestnicy mają szansę analizowania odpowiedzi i ocenienia ich w skali – Nie jestem zadowolony, Jestem zadowolony, Jestem bardzo zadowolony, Nie wiem (wprowadź emotikony dla zilustrowania ocen, uszereguj je umieszczając odpowiedni obok każdej opinii zapisanej na tablicy flipchart).



Prawa i wsparcie

Streszczenie sesji szkoleniowej 2:

W sesji uczestnicy dowiadują się:

- więcej na temat praw człowieka
- jak bronić praw innych ludzi
- jak pracować zespołowo
- co to znaczy być odpowiedzialnym w stosunku do innych ludzi?

Program

Powitanie	30 min.
Zasady pracy	30 min.
Kim jestem	30 min.
Moje prawa	40 min.
Co to znaczy: bronić praw innych ludzi?	20 min.
Jak bronić praw innych ludzi	40 min.
Opinia / dyskusja	20 min.



**Komunikacja i
aktywne słuchanie**

4. Sesja szkoleniowa 3: Komunikacja i aktywne słuchanie

Streszczenie

Niniejsza sesja koncentruje się na podstawowych umiejętnościach komunikacyjnych oraz zrozumieniu potrzeb ludzi z niepełnosprawnością intelektualną. Umiejętności te tworzą podstawę dla zapewniania wsparcia oraz wyrażania woli i pragnień. Wzmacniane są także umiejętności pracy w zespole i tolerancja.

Podczas tej sesji konieczne jest położenie nacisku na umiejętności komunikacji jako umiejętności o szczególnym znaczeniu dla mediacji i obrony interesów ludzi z poważnymi niepełnosprawnościami. Wykorzystaj „Przewodnik dla mediatorów rówieśniczych” (Uczymy się słuchać, Uczymy się rozmawiać z ludźmi), aby ułatwić poszerzanie tych umiejętności i lepsze zrozumienie.

Cele

- Zapewnienie informacji na temat sposobów i typów komunikacji
- Rozwój umiejętności skutecznej komunikacji
- Rozwój umiejętności pracy w grupie i tolerancji
- Rozwój umiejętności identyfikowania i zrozumienia potrzeb ludzi ze specjalnymi potrzebami

Plan działania

1	Otwarcie sesji, prezentacja celów i sposobu jej przeprowadzenia. Negocjowanie zasad pracy.	30 min.
2	Gra „Kim jestem”	30 min.
3	Praca w małych grupach „Moje prawa”	40 min.
4	Burza mózgow „Co to znaczy: bronić praw innych ludzi?”	20 min.
5	Odgrywanie scenek „Jak stawać w obronie praw innych ludzi”	40 min.
6	Ocena /dyskusja na temat pracy w grupach	20 min.

Przygotowanie i potrzebne materiały

Arkusze papieru do tablicy Flipchart, markery, prezentacje, kamera, karty „łatwej komunikacji”

Etapy sesji

Powitanie: Otwarcie sesji, prezentacja celów i przebiegu sesji.

Uwaga

Na początku wyjaśnij cele sesji i jej przebieg. Uzgodnij zasady pracy. Dobrze jest zapisać je na tablicy flipchart i umieścić na ścianie.

Instrukcje dla trenerów

Powitaj uczestników.

Podaj informacje ogólne na temat kontekstu sesji i objaśnienie głównych jej celów.

Podsumuj zasady grupy z poprzedniej sesji.

Poproś uczestników, aby porozmawiali o tym, czego nauczyli się na poprzedniej sesji, w odniesieniu do: prezentacji i obrony swoich praw oraz praw innych ludzi.

Gra „Czy słyszałeś, co powiedziałem?” oraz „Czy widziałeś, co zrobiłem?”

Uwaga

Gra rozwija umiejętności aktywnego słuchania, obserwacji i zrozumienia. Daje również okazję do wystąpienia przed publicznością i interakcji w grupie.

Instrukcje dla trenerów

Poproś uczestników, aby usiedli w kole. Wyjaśnij zasady gry. Zapytaj ich o zgodę na nagrywanie.

Poproś jednego z uczestników, ochotnika, żeby w czasie jednej minuty przedstawił ciekawą historię. Pozwól innemu uczestnikowi monitorować czas i przerwać prezentację po upływie wyznaczonego czasu.

Zadaniem pozostałych uczestników jest uważne słuchanie, aby móc opowiedzieć historię.

Po prezentacji obserwatorzy mają opowiedzieć, co zrozumieli.

Ćwiczenie powtarzamy kilka razy.

Uczestnicy dyskutują, czy słuchanie i zrozumienie jest zadaniem łatwym czy trudnym. Co pomaga, a co jest przeszkodą?

Druga część ćwiczenia zawiera jednogminutową prezentację historii, z wykorzystaniem mimiki twarzy i gestykulacji. Wybierz ochotnika, aby przygotował prezentację i ochotnika do monitorowania czasu.

Uczestnicy otrzymują wskazówki, co dokładnie mają monitorować.

Po prezentacji omawiają, co zaobserwowali i zrozumieli z tej historii. Zadaj pytania dodatkowe: Co pomogło Ci zrozumieć historię? Co było dla Ciebie trudne?

Zapisz odpowiedzi na tablicy flipchart, będzie to pomocne w końcowej dyskusji. Podczas rozmowy można korzystać z nagrań prezentacji, zatrzymując film w razie potrzeby.

Podsumuj, jak ważne jest nie tylko słuchanie, ale usłyszenie, nie tylko patrzenie, ale zobaczenie.

Podaj informacje na temat rodzajów komunikacji – werbalnych i niewerbalnych.
Sprawdź, czy uczestnicy zrozumieli temat, zadając pytania.

Prezentacja na temat podstawowych zasad komunikowania się z ludźmi z niepełnosprawnością

Uwaga

Wykorzystaj prezentację pracując z całą grupą, aby podsumować i powtórzyć podstawowe zasady komunikowania się z osobami niepełnosprawnymi. Możesz posłużyć się metodą burzy mózgów i poprowadzić dyskusję na temat osobistych doświadczeń uczestników.

Instrukcje dla trenerów

Poproś uczestników, żeby zastanowili się, jakich podstawowych zasad należy przestrzegać podczas komunikowania się z osobami niepełnosprawnymi.

Spróbujcie wspólnymi siłami uzupełnić poniższą tabelę: Podczas porozumiewania się z ludźmi z niepełnosprawnością...

Zapisz wszystkie odpowiedzi w tabeli na arkuszu flipchart. Podsumuj i rozszerz.

Co robię	Czego nie robię
Pytam, zanim pomogę!	Nie pomagam osobie niepełnosprawnej bez pytania. Na przykład, bez pytania nie pcham wózka osoby niepełnosprawnej.
Mówię bezpośrednio do osoby. Patrzę bezpośrednio na tę osobę.	Nie ignoruję osoby niepełnosprawnej rozmawiając jedynie z jej opiekunem, towarzyszem czy tłumaczem.
Stawiam tę osobę na pierwszym miejscu. Używam sformułowania „osoba z niepełnosprawnością”, a nie „niepełnosprawny.”	Nie używam przestarzałych określeń, takich jak upośledzony, opóźniony czy kaleki.
Pozostawiam ludziom przestrzeń osobistą.	Nie dotykam nikogo jeśli to mogłoby być źle odebrane.

Poproś uczestników, aby podzielili się swoimi osobistymi doświadczeniami – pozytywnymi i negatywnymi.

Poproś uczestników, aby podzielili się doświadczeniami związanymi z pomaganiem innym ludziom z niepełnosprawnościami, jeśli takie posiadają. Jak się czuli? Czy łatwo było przestrzegać zasad? Co było najtrudniejsze i jak sobie poradzili?

Podsumuj informacje na temat komunikowania się, rodzajów i zasad komunikacji.

„Historia mojego życia”

Uwaga

Wykorzystaj to ćwiczenie, aby dać uczestnikom szansę interakcji w grupie i lepszego zrozumienia własnej roli jako mediatorów.

Instrukcje dla trenerów

Wyjaśnij uczestnikom cel szkolenia i jego przebieg. Możesz wykorzystać poniższy przypadek: Masz zgodę wydawcy na napisanie biografii przyjaciela. Oto podstawowe kroki do napisania streszczenia.

Krok 1: Weź arkusz papieru i złoż go na pół i jeszcze raz na pół, po czym rozetnij tak, aby powstała książka. Daj każdemu uczestnikowi kartkę papieru i pisaki. Pokaż im, jak złożyć książkę.

Krok 2: Wybierz, czyją biografię napiszesz. Zaleca się, aby wybór był oparty na preferencjach uczestników. Jeśli okaże się to zbyt trudne, można dokonać przypadkowego wyboru (odliczając), ale celem jest połączenie uczestników w pary.

Krok 3: Zaczynij pracę z przyjacielem.

Krok 4: Razem z przyjacielem wybierzcie tytuł książki. W tym celu możecie wykorzystać swoją ulubioną piosenkę, film czy postać. Zapisz tytuł na okładce książki.

Krok 5: Na drugiej stronie pomóż przyjacielowi zapisać lub zrobić ilustrację, aby udzielić odpowiedzi na poniższe pytania: Gdzie się urodziłeś? Jaki jest Twój ulubiony film? Jaka była najciekawsza przygoda w Twoim życiu?

Krok 6: Na trzeciej stronie pomóż przyjacielowi narysować rodzinę.

Krok 7: Na ostatniej stronie zapisz razem z przyjacielem, jakie są jego/jej marzenia, gdzie chce pojechać i co chciałby robić, gdyby miał okazję i czas.

Po parokrotnym przedstawieniu kolejnych kroków, najlepiej jest je zwizualizować i wykorzystać „karty komunikacji”, następnie sprawdzić, czy uczestnicy zrozumieli i dać im 20-25 minut czasu na pracę.

Po upływie tego czasu, pary prezentują swoje książki. Pozwól im wybrać, kto robi prezentację.

Poprowadź dyskusję na temat wspólnej pracy, czy było łatwo/trudno, co było łatwe, a co sprawiło im trudność?

Podsumuj rolę mediatora i komunikacji jako podstawowego sposobu otrzymywania i przekazywania informacji.

Ocena / dyskusja na temat pracy w grupie

Uwaga

Pod koniec sesji poświęć czas na rozmowę na temat tego, czy uczestnicy zrozumieli omawiane tematy i jak się czuli podczas sesji.

Instrukcje dla trenerów

Na trzech arkuszach papieru zapisz poniższe pytania: Czego się nauczyłem/-am? Jak się czułem/-am? Jak pracowało mi się z innymi?

Opinie uczestników są omawiane i zapisywane na arkuszach.

Następnie uczestnicy mają szansę przeanalizowania odpowiedzi i oceny ich według skali – Nie jestem zadowolony, Jestem zadowolony, Jestem bardzo zadowolony, Nie wiem (wprowadź emotikony dla zilustrowania ocen, uszereguj je umieszczając odpowiedni obok każdej opinii zapisanej na tablicy flipchart).



Komunikacja

Podsumowanie sesji szkoleniowej 3:

W trakcie tej sesji dowiedzieliśmy się:

- Więcej na temat komunikacji.
- Jak się komunikować.
- Jak zrozumieć ludzi, którzy nie potrafią mówić.

Program

Powitanie	30 min.
Zasady pracy	
Czy słyszałeś, co powiedziałem? Czy widziałeś, co zrobiłem?	40 min.
Podstawowe zasady komunikacji z osobami z niepełnosprawnościami	30 min.
Historia mojego życia	60 min.
Ocena / dyskusja	20 min.



Informacje
publiczne
i prywatne

5. Sesja szkoleniowa 4: Informacje publiczne i prywatne

Streszczenie

Celem sesji jest sprawdzenie podstawowej wiedzy i umiejętności potrzebnych do rozróżniania między informacjami prywatnymi a publicznymi oraz nabycie umiejętności komunikowania tej informacji. Umiejętności te oraz zdolność dochowania tajemnicy są kluczowe dla zawierania relacji i budowania zaufania między ludźmi oraz zapobiegania konfliktom.

Rola mediatora rówieśniczego wymaga budowania bliskich relacji i umiejętności dochowania tajemnicy. Umiejętności przedstawione podczas tej sesji są ważne dla budowania relacji opartych na zaufaniu, umożliwiających zapewnienie wsparcia ludziom z poważnymi niepełnosprawnościami i wspieranie ich w procesie włączania do społeczności.

Cele

- Rozróżnianie informacji prywatnych i publicznych
- Rozwijanie umiejętności skutecznej komunikacji opartej na informacji
- Rozwijanie umiejętności zachowania tajemnicy i budowanie relacji opartych na zaufaniu

Plan pracy

1	Otwarcie sesji, prezentacja celów i przebiegu sesji.	20 min.
2	Gra „Zepsuty telefon”	20 min.
3	Praca w małych grupach – Informacje prywatne a publiczne	40 min.
4	Gra „Mam sekret”	40 min.
5	Odgrywanie ról	40 min.
6	Ocena / dyskusja na temat pracy w grupie	20 min.

Przygotowanie i potrzebne materiały

Papier flipchart, markery, prezentacje, magazyny, klej, nożyczki

Przebieg sesji

Powitanie: Otwarcie sesji, przedstawienie jej celów i przebiegu.

Uwaga

Na początku wyjaśnij cel sesji oraz jej przebieg. Uzgodnij zasady pracy. Dobrze jest zapisać je na papierze flipchart i umieścić na ścianie.

Instrukcje dla trenerów

Powitaj uczestników.

Podaj ogólne informacje o sesji i wyjaśnij jej główne cele.

Przypomnij zasady pracy z poprzednich sesji.

Porozmawiajcie na temat oczekiwań związanych ze spotkaniem. Podziel uczestników na dwie grupy i poproś, aby razem pracowali. Mają zastanowić się, czego chcieliby się nauczyć na tym spotkaniu oraz podczas innych sesji. Informacje na temat oczekiwań będziemy zbierać podczas czwartej sesji. Uważa się, że na tym etapie uczestnicy mają już opinię na temat zajęć i są w stanie wyrazić swoje oczekiwania. Ta metoda może zostać wprowadzona wcześniej. Trenerzy powinni sami zdecydować.

Daj czas na prezentację w grupie, omów tematy i podsumuj informacje.

Streść poprzednią sesję, podsumowując podstawowe informacje i umiejętności zdobyte przez uczestników, ułatwiające im komunikację z osobami z dużą niepełnosprawnością. Przeprowadź dyskusję, czy będzie to pomocne w roli mediatora rówieśniczego.

Gra „Zepsuty telefon“

Uwaga

Gra ma być zabawnym ćwiczeniem na początek sesji, ale również nawiązaniem do poprzedniej sesji oraz ma pozwolić na obserwację, w jaki sposób informacje są otrzymywane i nadawane

Instrukcje dla trenerów

Spróbuj zwizualizować zasady gry np. każdy uczestnik szepcze do ucha osoby siedzącej obok to, co zostało wyszeptane do jego ucha.

Wymyśl zdanie złożone albo przynajmniej frazę złożoną z dwóch lub trzech słów.

Cicho wyszeptaj te słowa do ucha pierwszego uczestnika i pozwól mu przekazać te informacje następnej osobie, a następnie kolejnej.

Ostatni uczestnik gry mówi na głos to, co usłyszał.

Możesz zagrać w grę kilka razy.

Podsumuj i poprowadź dyskusję. Połącz tematy transferu informacji z zagadnieniami dotyczącymi informacji prywatnych i poufności

Praca w małych grupach – Informacje prywatne i publiczne

Uwaga

Wykorzystaj pracę w małych grupach, aby umożliwić uczestnikom podzielenie się opiniami i pomóc im w zrozumieniu różnicy między dwoma typami informacji oraz potrzeby dochowania tajemnicy.

Instrukcje dla trenerów

Podziel uczestników na dwie grupy. Możesz to zrobić zgodnie ze swoim wyborem lub wykorzystać metodę gry.

Daj grupom różne zadania. Pierwsza grupa ma zastanowić się i opisać, jaka informacja jest prywatna, a następnie podać przykłady. Druga grupa pracuje nad zagadnieniem informacji publicznej i podaje przykłady. Jest to dobra okazja do przygotowania ilustracji lub kolażu.

Wyznacz limit czasu, na przykład 10-15 minut.

Kiedy czas się skończy, poproś grupy o zaprezentowanie swojej pracy.

Przeprowadź dyskusję na temat jaka informacja jest prywatna i komu można ją powierzyć, a jaka informacja jest publiczna i z kim można się nią podzielić.

Kontynuuj dyskusję, połącz nacisk na niektóre wyjątki od zasady zachowania tajemnicy. Na przykład w przypadku przemocy.

Przygotuj podsumowanie i połącz je z rolą mediatora rówieśniczego, którą uczestnik będzie odgrywać w różnych sytuacjach, kiedy wspierana osoba będzie musiała podjąć decyzję czy i z kim podzielić się informacją.

Gra „Mam sekret”

Uwaga

Wykorzystaj grę, aby pomóc uczestnikom zrozumieć, że niektóre informacje są poufne i należy się zastanowić, czy się z kimś nimi podzielić, czy nie.

Instrukcje dla trenerów

Poproś każdego uczestnika, aby wybrał sobie partnera, którego nie zna zbyt dobrze.

Kiedy są już gotowi, muszą wyjaśnić swój wybór oraz co to znaczy nie znać swojego partnera za dobrze. Zapisz odpowiedzi na tablicy flipchart i omów je.

Poproś uczestników, aby znaleźli miejsce w pokoju, gdzie mogą zostać sami z wybranym partnerem.

Poproś uczestników, żeby ze sobą porozmawiali. Każdy uczestnik musi podzielić się z partnerem jakimś sekretem lub dwoma, o których „nikt więcej nie wie.” Upewnij się, że uczestnicy rozumieją, że te „sekrety” mogą być później przekazane innym. Daj im czas na rozmowę i zbudowanie zaufania.

Wyjaśnij, że ich partner zamierza podzielić się jednym z ich sekretów z całą grupą, więc przynajmniej jeden z sekretów musi należeć do kategorii informacji publicznej, którym można się podzielić z innymi.

Po upływie wyznaczonego czasu poproś każdego uczestnika, żeby przedstawił partnera i podzielił się z grupą przynajmniej jednym z jego sekretów, tym, który jest uważany za informację publiczną i można się nim dzielić z innymi ludźmi. Zmień

pary uczestników.

Partnerzy dyskutują. Najpierw partner, którego sekret ma zostać ujawniony, zastanawia się, czy jego sekretem można się podzielić z innymi i jak będzie się z tym czuł.

Omów temat „Mam sekret“ i z kim można, a z kim nie można się nim dzielić. Podsumuj temat i nawiąż do roli mediatora rówieśniczego. Trener powinien podkreślić to, że umiejętność rozróżnienia informacji publicznej od prywatnej może być przydatna w kontekście mediatora rówieśniczego i omówić z grupą te sytuacje, w których istnieje niebezpieczeństwo ujawnienia prywatnych informacji.

Odgrywanie ról

Uwaga

Wykorzystaj odgrywanie ról, aby umożliwić uczestnikom zrozumienie, które informacje są publiczne, a które prywatne oraz co powinno pozostać tajemnicą

Instrukcje dla trenerów

Przedstaw przypadek - Marek ma 30 lat i jest niepełnosprawny intelektualnie. Mieszka z mamą, mają problemy finansowe. Zaciągnęli kredyt. Marek otrzymuje ofertę dołączenia do projektu – praktyk w firmie informatycznej, po których ma szansę dostać pracę. Podczas praktyk Marek narzekał, że ciężko jest mu wypełniać powierzone zadania. Podejmowane wysiłki były dla niego prawdziwymi „mękami”, a siedzenie przez cztery godziny „śmiertelnie go nudziło”. Po zatrudnieniu zaczęły się dla Marka poważne kłopoty – nie potrafił sprostać wysokim wymaganiom, narzekał, że zadania są za trudne, często spóźniał się do pracy i zamiast zajmować się swoimi obowiązkami, znajdował inne rzeczy do zrobienia. Umowa o pracę Marka została przedwcześnie rozwiązana.

Główne role w grze to rola Marka i jego mediatora rówieśniczego. Wybierz uczestników do tych ról i poproś ich o odegranie scenki, Marek opowiada swoją historię i obie osoby razem zastanawiają się, co zrobić w tej sytuacji.

Przeprowadź dyskusję na temat informacji prywatnych i publicznych. Zapisz opinie w dwóch kolumnach na tablicy flipchart.

Informacje prywatne	Informacje publiczne

Podsumuj dyskusję i przypomnij, że informacjami prywatnymi nie należy się dzielić z innymi.

Opinie / dyskusja na temat pracy w grupie

Uwaga

Pod koniec sesji poświęć czas na rozmowę na temat tego, czy uczestnicy zrozumieli omawiane tematy i jak się czuli podczas sesji

Instrukcje dla trenerów

Na trzech arkuszach papieru zapisz poniższe pytania: Czego się nauczyłem/-am? Jak się czułem/-am? Jak pracowało mi się z innymi?

Opinie uczestników są omawiane i zapisywane na arkuszach.

Następnie uczestnicy mają szansę przeanalizowania odpowiedzi i oceny ich według skali – Nie jestem zadowolony, Jestem zadowolony, Jestem bardzo zadowolony, Nie wiem (wprowadź emotikony dla zilustrowania ocen, uszereguj je umieszczając odpowiedni obok każdej opinii zapisanej na tablicy flipchart).

.



Informacje publiczne i prywatne

Podsumowanie sesji szkoleniowej 4:

Na tej sesji uczestnicy dowiedzieli się:

- Więcej na temat informacji prywatnych i publicznych.
- W jaki sposób ta wiedza pomoże nam lepiej się komunikować.
- Czym jest „poufność” i „zaufanie”.

Program

Powitanie	
Zasady pracy	20 min.
Zepsuty telefon	20 min.
Informacje prywatne i publiczne	40 min.
Mam sekret	40 min.
Odgrywanie ról	40 min.
Opinia / dyskusja	20 min.



lebenshilfe
Wege für Menschen

Die Rechte
der Kundinnen
und der Kunden



**Podejmowanie
decyzji
– za siebie,
za innych ludzi**



Präsidentin Ursula von der Leyen sagt:
„Die Rechte der Kundinnen und Kunden
sind uns sehr wichtig.
Deshalb haben wir sie klargestellt.
Wir werden nicht aufhören,
bis alle in der Lebenshilfe sich daran halten.“



6. Sesja szkoleniowa 5: Podejmowanie decyzji – za siebie, za innych ludzi

Streszczenie

Celem sesji jest dostarczenie informacji i zbudowanie umiejętności akceptacji i podejmowania decyzji. Te umiejętności związane są z jedną z głównych ról mediatora rówieśniczego. Ponadto odgrywają kluczową rolę w nawiązywaniu relacji opartych na zaufaniu oraz zapobieganiu sytuacjom konfliktowym. Dodatkowo uczestnicy mogą poszerzyć umiejętność współpracy.

Wspomniane umiejętności – podejmowania decyzji i zapewniania wsparcia w tym procesie – są ważne, aby osiągnąć porozumienie między ludźmi z poważną niepełnosprawnością a społeczeństwem.

Cele

- Rozwijanie umiejętności akceptacji różnic
- Zapewnienie informacji na temat procesu podejmowania decyzji
- Rozwijanie umiejętności w procesie podejmowania decyzji – decydowanie za siebie i wspieranie innych ludzi
- Wzmacnianie umiejętności pracy w grupie

Plan pracy

1	Otwarcie sesji, prezentacja jej celów i przebiegu.	20 min.
2	Gra „Poznajmy się lepiej”	40 min.
3	Burza mózgów i prezentacja: Jak podejmować decyzje i dokonywać wyboru	50 min.
4	Gra „Podejmowanie decyzji”	50 min.
5	Ocena / dyskusja na temat pracy w grupie	20 min.

Przygotowanie i potrzebne materiały

Papier flipchart, markery, prezentacje, zdjęcia miejsc, gdzie można podróżować i spędzać wakacje

Przebieg sesji

Powitanie: Otwarcie sesji, prezentacja celów i przebiegu sesji.

Uwaga

Na początku objaśnij cele sesji i jej przebieg. Uzgodnij zasady pracy. Dobrze jest zapisać je na papierze i umieścić na ścianie.

Instrukcje dla trenerów

Powitaj uczestników.

Przeznacz informacje ogólne na temat kontekstu sesji i wyjaśnij główne cele.

Streść zasady pracy z poprzednich sesji.

Porozmawiaj o oczekiwaniach związanych ze spotkaniem. Podziel uczestników na dwie grupy i poproś ich, by pracowali razem i zastanowili się, czego chcieliby się nauczyć podczas tego spotkania i na innych sesjach. Zapisywanie oczekiwań jest kontynuowane w sesji 5 i następnym.

Przeznacz czas na prezentacje dla całej grupy, omów i podsumuj informacje.

Podsumuj poprzednią sesję. Ponieważ dwie mniejsze grupy już się utworzyły, można przeprowadzić ćwiczenie – „Czego do tej pory się nauczyliśmy?”

Gra „Poznajmy się lepiej“

Uwaga

Gra daje uczestnikom szansę, by się lepiej poznali i nieco rozerwali na początku sesji. Pomaga również dostrzec zarówno wspólne cechy, jak i różnice w zainteresowaniach.

Instrukcje dla trenerów

Przedstaw zasady gry: każdy uczestnik odpowiada na zadane pytania. Wszyscy, którzy odpowiadają twierdząco, wstają i dołączają do grupy. Tworzą grupę, a później wracają na swoje miejsce.

Zadawaj uczestnikom pytania: np. Kto ma siostrę? Kto mieszka z rodzicami? Kto ma psa? Kto potrafi jeździć na rowerze? Kto ma pomocnika? Kto lubi grać w piłkę nożną? Kto lubi pływać? Kto się boi myszy?

Możesz zagrać w grę kilka razy, jeśli uczestnicy uznają ją za ciekawą.

Podsumuj: Ludzie mają wiele wspólnego – podobne sytuacje życiowe, doświadczenia i zainteresowania. Jednocześnie wszyscy jesteśmy inni. Mamy różny styl życia i lubimy różne rzeczy. To normalne.

Podsumuj temat np.: nie istnieje jeden, właściwy sposób życia, ludzie mogą żyć tak, jak chcą i robić to, co potrafią. Niektórzy mieszkają z rodzicami, inni chcą mieszkać sami – obie opcje są normalne. Szanujemy decyzję każdej osoby.

Burza mózgów i prezentacje: Podejmowanie decyzji i dokonywanie wyboru

Uwaga

Podczas burzy mózgów i prezentacji wykorzystaj dostępną wiedzę ale także objaśnij, czym jest wybór, a czym decyzja.

Instrukcje dla trenerów

Zadaj pytanie całej grupie uczestników na temat ich rozumienia zagadnień wyboru i decyzji. Na przykład: Co to jest wybór, a co to jest decyzja?

Zapisz odpowiedzi na tablicy flipchart. Omów propozycje.

Podsumuj. Wybór jest wtedy, kiedy wybieramy pomiędzy minimum dwiema opcjami. Wybierasz to, co chcesz. Wybór jest wtedy, gdy wybieramy jedną rzecz zamiast innej. Na przykład wybieramy różne zajęcia, to, co chcemy zjeść itp. Poproś o przykłady „wyborów” i omów je.

Kontynuuj dyskusję. Wyjaśnij, że między decyzją a wyborem jest pewna różnica. Decyzja jest wtedy, gdy sami o czymś decydujemy, ustalamy, czego chcemy. Na przykład możesz zdecydować, czy pozmywasz naczynia, pójdziesz do kina lub zostaniesz w łóżku. Poproś o przykłady „decyzji” i omów je.

Podsumuj i nawiąż do roli osoby wspierającej, która udzielając wsparcia w dokonaniu wyboru lub podjęciu decyzji, znajdzie się w różnych sytuacjach.

Gra „Podejmowanie decyzji“

Uwaga

Uczestnicy muszą zrozumieć, że aby podjąć decyzję, potrzebują informacji; bez odpowiednich informacji można podjąć niewłaściwe decyzje.

Instrukcje dla trenerów

Praca z całą grupą. Uczestnicy będą musieli podejmować decyzje w określonych sytuacjach. Na przykład: Wyobraź sobie, że musisz zdecydować, czy jechać na wakacje w góry z rodzicami / nad morze z przyjaciółmi / ze współlokatorem do uzdrowiska. Aby zilustrować różne możliwości, zastosuj ilustracje.

Zachęć uczestników, aby opisali, w jaki sposób podejmą decyzję.

Zadaj następujące pytania i poprowadź dyskusję: Dlaczego podjąłeś taką decyzję? Jakie informacje były Ci potrzebne do podjęcia tej decyzji?

Zapisz ważne informacje na tablicy i zapytaj:

Czas trwania wakacji i termin wyjazdu – czy ten termin nie koliduje z jakimś innym wydarzeniem, czy jest dla Ciebie odpowiedni?

Kto tam będzie, kto z Tobą pojedzie jako opiekun – czy wyjazd z tą osobą będzie udany?

Jaki będzie program – czy możesz brać udział w tych zajęciach? Czy będą Ci się podobały?

Ile to będzie kosztować? Czy stać się na to?

Czy zmienił(a)byś swoją decyzję, gdybyś wcześniej o tym wiedział(a)?

Czy potrzebujesz więcej informacji?

Czy potrzebujesz pomocy, aby uzyskać odpowiedzi na te pytania?
(sprawdzić daty, finanse)

Kto może pomóc Ci w podjęciu decyzji i w jaki sposób?

Co się może stać, jeśli nie zdobędziesz tych informacji i podejmiesz decyzję bez nich?

Czy pamiętasz jakąś sytuację, w której nie byłeś zadowolony ze swojej decyzji?

Jeśli uczestnicy nie przypominają sobie żadnego przykładu, podaj przykłady podejmowania decyzji.

Ocena / dyskusja o pracy w grupie

Uwaga

Pod koniec sesji poświęć czas na rozmowę na temat tego, czy uczestnicy zrozumieli omawiane tematy i jak się czuli podczas sesji.

Instrukcje dla trenerów

Na trzech arkuszach papieru zapisz poniższe pytania: Czego się nauczyłem/-am? Jak się czułem/-am? Jak pracowało mi się z innymi?

Opinie uczestników są omawiane i zapisywane na arkuszach.

Następnie uczestnicy mają szansę przeanalizowania odpowiedzi i oceny ich według skali – Nie jestem zadowolony, Jestem zadowolony, Jestem bardzo zadowolony, Nie wiem (wprowadź emotikony dla zilustrowania ocen, uszereguj je umieszczając odpowiedni obok każdej opinii zapisanej na tablicy flipchart).



Podejmowanie decyzji

Streszczenie sesji szkoleniowej 5:

Podczas tej sesji uczestnicy dowiedzą się:

- jak akceptować różnice.
- więcej na temat podejmowania decyzji.
- jak podejmować decyzje.
- jak pomagać innym ludziom w podejmowaniu decyzji.

Program

Powitanie	
Zasady pracy	20 min.
Poznajmy się lepiej	40 min.
Jak podejmować decyzje i dokonywać wyborów	50 min.
Podejmowanie decyzji	50 min.
Opinie / dyskusja	20 min.



Spółeczność i
partycypacja

7. Sesja szkoleniowa 6: Społeczność i partycypacja

Streszczenie

Celem tej sesji jest dostarczenie informacji na temat szans uczestnictwa w życiu społeczności oraz dostępu do różnych lokalnych usług. Ponadto rozwija ona umiejętność wspierania w podejmowaniu decyzji i przekazuje informacje na temat lokalnych usług. Uczestnicy ćwiczą też umiejętności współpracy.

W procesie włączania do społeczności i uczestniczenia w jej życiu ludzi z poważnymi niepełnosprawnościami potrzebne jest wsparcie mediatorów rówieśniczych i w tym kontekście umiejętności zdobyte podczas tej sesji są bardzo ważne.

Cele

- Zapewnienie informacji na temat włączania do społeczności
- Zapewnienie informacji na temat usług lokalnych
- Rozwijanie umiejętności podejmowania decyzji
- Wzmocnienie umiejętności pracy w zespole

Plan pracy

1	Otwarcie sesji, prezentacja celów i przebiegu.	20 min.
2	Gra „Tkane sieci”	30 min.
3	Gra „Dowiedz się, co tam jest”	50 min.
4	Gra „Bingo”	30 min.
5	Gra „Jedna minuta”	30 min.
6	Ocena / dyskusja na temat pracy	20 min.

Przygotowanie i potrzebne materiały

Papier flipchart, markery, prezentacje, kłębek wełny, karty do bingo, kamera

Przebieg sesji

Powitanie: Otwarcie sesji, prezentacja celów i przebiegu sesji

Uwaga

Na początku objaśnij cele sesji i jej przebieg. Uzgodnij zasady pracy. Dobrze jest zapisać je na papierze i umieścić na ścianie.

Instrukcje dla trenerów

Powitaj uczestników.

Podaj ogólne informacje na temat kontekstu sesji i objaśnij jej główne cele.

Streść zasady pracy z poprzednich sesji.

Porozmawiajcie o oczekiwaniach związanych ze spotkaniem. Podziel uczestników na dwie grupy i poproś ich, by pracowali razem i zastanowili się, czego chcieliby się nauczyć podczas tego spotkania i na sesjach. Zapisywanie oczekiwań jest kontynuowane w sesji 7 i kolejnych.

Przeznacz czas na prezentację dla całej grupy, omów i podsumuj informacje.

Omów główne zagadnienia z poprzednich sesji, aby je przypomnieć i podkreślić. Pomiedzy sesjami daj uczestnikom szansę podzielenia się swoim doświadczeniem związanym z podejmowaniem decyzji.

Gra „Tkane sieci“

Uwaga

Gra ma służyć rozrywce, pomóc we wzmocnieniu koncentracji i w odzyskaniu energii w grupie. Ponadto w kontekście sesji gra przedstawia sieć i współpracę w społeczności.

Instrukcje dla trenerów

Poproś uczestników, aby ustawili się w kółku.

Przełącz kłębek pierwszemu uczestnikowi i poproś go, by podał kłębek do osoby stojącej naprzeciwko.

Osoba, która dostaje kłębek trzyma włóczkę, a kłębek przekazuje dalej.

Celem gry jest „uplenie sieci”, każdy uczestnik trzyma jedną lub więcej nici.

Następnie możesz zademonstrować wytrzymałość sieci kładąc na niej jakiś przedmiot, na przykład lekkie krzesło, pudełko czy balon itp.

Podsumuj ćwiczenie wyjaśniając, że „razem jesteśmy silniejsi”.

Gra „Dowiedz się, co tam jest”

Uwaga

Wykorzystaj grę, aby otrzymać i podać w zabawny sposób informacje na temat różnych możliwości i usług dostępnych w społeczności.

Instrukcje dla trenerów

W trzech rogach sali umieść duży arkusz papieru flipchart z pytaniami: arkusz 1) Jakie usługi lokalne są w moim mieście? Gdzie mogę znaleźć o nich informacje? arkusz 2) Jakie usługi dotyczące opieki zdrowotnej są dostępne w moim mieście?

Gdzie mogę znaleźć informacje o nich? arkusz 3) Jakie usługi edukacyjne i zawodowe są dostępne w moim mieście? Gdzie mogę znaleźć informacje o nich?

Podziel uczestników na trzy grupy i poproś ich, aby spróbowali uzupełnić informacje. Daj im czas, na przykład 5 minut.

Kiedy czas się skończy, zmieniamy narożniki, aby grupy pracowały nad innym zestawem pytań. Po 5 minutach znów następuje zmiana, aby każda z grup mogła pracować nad wszystkimi trzema tematami.

Poproś grupy, aby po kolei przedstawiały swoją pracę. Rozwiń to, co zostało powiedziane i przedyskutuj.

Zadaj dodatkowe pytania do dyskusji / możesz kontynuować pracę w grupach: „Jakie okazje do działań w grupie są w Twoim mieście?”, „Czy w Twoim mieście są jakieś grupy lub usługi, do których masz utrudniony dostęp?”, „Gdzie możesz się zgłosić w swojej miejscowości?” oraz „Do jakich grup/organizacji chciałbyś dołączyć?”

Omów temat „Włączanie w życie społeczności”

Gra „Bingo“

Uwaga

Wykorzystaj grę, aby pomóc uczestnikom podczas zabawy zrozumieć, czym jest wspólne działanie i szansa, by razem pracować w społeczności.

Instrukcje dla trenerów

Dla każdego uczestnika przygotuj karty bingo i ołówek. Rozdaj je.

Celem gry w bingo jest znalezienie osób o podobnych zainteresowaniach. Nie musisz dzielić się żadnymi informacjami, jeśli czujesz się niekomfortowo. Rozpocznijmy grę.

Wypełnij każdy kwadrat karty bingo. Na przykład, jeśli byłeś na wycieczce w okolicy miasta, znajdź kogoś, kto też był. Upewnij się, że pary rozmawiają ze sobą na temat swoich doświadczeń.

lubi słuchać muzyki	lubi małe dzieci	lubi spacerować	pracuje w ogrodzie	kocha psy
był za granicą	lubi pielęgnować kwiaty	lubi pływać	kocha góry	chodzi na siłownię
lubi słuchać muzyki	lubi małe dzieci	lubi spacerować	pracuje w ogrodzie	kocha psy

kocha morze	jest w drużynie sportowej	moje imię	chodzi na spotkania z władzami miasta	jeździ na wycieczki
lubi słuchać muzyki	lubi małe dzieci	lubi spacerować	pracuje w ogrodzie	kocha psy
był za granicą	lubi pielęgnować kwiaty	lubi pływać	kocha góry	chodzi na siłownię

Kiedy podczas szukania osób, które lubią to samo, co Ty, 5 podobieństw ułoży się w jednej linii, krzyczymy „bingo“.

Możesz powtórzyć grę dwa lub trzy razy.

Przeprowadź dyskusję zadając poniższe pytania: Ilu z was robiło tą samą rzecz? Byliście zaskoczeni, kiedy okazało się, że macie coś wspólnego? W pewien sposób posiadanie wspólnych doświadczeń jest jednym ze sposobów przynależności do społeczności. Jeśli uczestnicy nie pamiętają żadnych przykładów, możesz proponować własne.

Gra „Jedna minuta“

Uwaga

Gra ma za zadanie podnieść wiedzę dotyczącą służb publicznych i być okazją indywidualnego występu na forum grupy.

Instrukcje dla trenerów

Zadanie otrzymuje cała grupa. Celem każdego uczestnika jest wybranie tematu/usługi, o których ma największą wiedzę i zaprezentowanie ich grupie w czasie jednej minuty.

Dobrym pomysłem jest zapisanie wybranych tematów na tablicy flipchart: służba zdrowia, usługi finansowe, usługi prawne, społeczne, edukacyjne, czas wolny, wolontariat itp.

Daj uczestnikom czas na przygotowanie oraz okazję do znalezienia mediatora rówieśniczego pośród innych uczestników.

Kiedy skończy się czas na przygotowanie, każdy uczestnik przedstawia usługę, odpowiadając na poniższe pytania: Co oferuje? Gdzie jest? Czy trzeba za nią płacić? Jak mieć do niej dostęp, jaka jest procedura? Czy usługi są dostosowane i dostępne dla osób z niepełnosprawnościami? Jakie korzyści osobiste płyną z korzystania z nich? I tak dalej. Możesz sfilmować prezentację.

Uczestnicy, którzy byli obserwatorami mogą zadawać pytania, jeśli nie zrozumieli informacji.

Po każdej prezentacji poprowadź dyskusję, zadając takie pytania: Jak zdobyłeś te

informacje? Co było łatwe? Co sprawiło Ci trudność? Co było przydatne?

Opinia / dyskusja na temat pracy w grupie

Uwaga

Pod koniec sesji poświęć czas na rozmowę na temat tego, czy uczestnicy zrozumieli omawiane tematy i jak się czuli podczas sesji.

Instrukcje dla trenerów

Na trzech arkuszach papieru zapisz następujące pytania: Czego się nauczyłem/-am? Jak się czułem/-am? Jak mi się pracowało z innymi ludźmi?

Odpowiedzi na te pytania są omawiane i zapisywane na arkuszach.

Następnie uczestnicy mają szansę przeanalizowania odpowiedzi i oceny ich według skali – Nie jestem zadowolony, Jestem zadowolony, Jestem bardzo zadowolony, Nie wiem (wprowadź emotikony dla zilustrowania ocen, uszereguj je, umieszczając odpowiedni obok każdej opinii zapisanej na tablicy flipchart).



Spółeczność i partycypacja

Podsumowanie sesji szkoleniowej 6:

- Podczas tej sesji uczestnicy poszerzą swoją wiedzę na temat:
- społeczności i włączania.
- lokalnego wsparcia.
- podejmowania decyzji.

Program

Powitanie	
Zasady pracy	20 min.
Tkanie sieci	30 min.
Dowiedz się, co tam jest	50 min.
Bingo	30 min.
Jedna minuta	20 min.
Ocena / dyskusja	20 min.



Ocena

8. Sesja szkoleniowa 7: Ocena

Streszczenie

Celem sesji jest zapewnienie informacji i poszerzenie umiejętności związanych z włączeniem osób ze specjalnymi potrzebami w proces rozpoznawania problemów i wspólnego szukania rozwiązań dotyczących jakości wsparcia. Dodatkowo uczestnicy poszerzają swoje umiejętności formułowania i zadawania pytań i rozumienia informacji.

Podczas tej sesji uczestnicy mogą korzystać z Przewodnika dla mediatorów rówieśniczych, aby lepiej zrozumieć proces oceny.

Cele

- Rozwijanie umiejętności związanych z włączaniem osób ze specjalnymi potrzebami w debatę na temat jakości usług.
- Rozwijanie umiejętności rozpoznawania prawdziwych potrzeb ludzi, żeby zapewnić im odpowiednią jakość życia w społeczności.
- Rozwijane umiejętności formułowania pytań.
- Rozwijanie umiejętności analizowania i korzystania z informacji.

Plan pracy

1	Otwarcie sesji, prezentacja jej celów i przebiegu	20 min.
2	Gra „Dziennikarz”	40 min.
3	Burza mózgów i prezentacje: badania włączające	50 min.
4	Gra „Spójrz moimi oczami”	30 min.
5	Ocena / dyskusja na temat pracy grupy	40 min.

Przygotowanie i potrzebne materiały

Papier flipchart, markery, prezentacje, papierowe serca i agrafki

Przebieg sesji

Powitanie: Otwarcie sesji, prezentacja celów i przebiegu sesji.

Uwaga

Na początku objaśnij cele sesji i jej przebieg. Uzgodnij zasady pracy. Dobrze jest zapisać je na papierze i umieścić na ścianie.

Instrukcje dla trenerów

Powitanie uczestników.

Dostarczenie ogólnych informacji na temat kontekstu sesji i wyjaśnienie głównych celów.

Streszczenie zasad pracy z poprzednich sesji.

Rozmowa o oczekiwaniach związanych ze spotkaniem. Podziel uczestników na dwie grupy i poproś ich, by pracowali razem i zastanowili się, czego chcieliby się nauczyć podczas tego spotkania i podczas innych sesji.

Przeznacz czas na prezentacje w całej grupie, omów i podsumuj informacje.

Gra „Dziennikarz”

Uwaga

Gra daje uczestnikom możliwość formułowania i zadawania pytań innym osobom, przeprowadzenia mini wywiadu i interpretowania informacji.

Instrukcje dla trenerów

Przedstaw zasady gry: każdy uczestnik powinien znaleźć partnera i przygotować 5 pytań, które chciałby zadać, aby napisać historię jego/jej życia.

Zachęć uczestników, aby przeprowadzili wywiad z partnerem, zadając mu 5 pytań.

Po 5-10 minutach zachęć każdego uczestnika do przedstawienia partnera.

Przeprowadź dyskusję, pytając: Jak decydowali, które pytania zadać? Czy uzyskane odpowiedzi ich usatysfakcjonowały? Czy uzyskane informacje wystarczą do napisania historii życia?

Podsumuj i streść ćwiczenia z Sesji 3, gdzie pytania zostały przygotowane wcześniej. Porozmawiaj na temat tego, czy łatwiej jest, kiedy znamy pytania wcześniej, czy wtedy, gdy musimy je układać.

Burza mózgów i prezentacja: Badanie włączające

Uwaga

Wykorzystaj burzę mózgów i prezentację informacji, aby prześledzić, czego się na ten temat nauczyliście do tej pory. Za pomocą prezentacji przekazane zostają informacje na temat koncepcji metody badawczej i jej zastosowania podczas udzielania wsparcia.

Instrukcje dla trenerów

Zadaj pytanie całej grupie uczestników na temat ich rozumienia koncepcji metody badawczej. Na przykład: Czym jest badanie, co można badać?

Przeprowadź dyskusję w grupie, której celem będzie określenie tematów badań. Zachęć uczestników, aby podzielili się interesującymi ich tematami, które mogą

samodzielnie rozwijać. Zapisz pomysły na tablicy flipchart i omów. Wybierz temat do zbadania. Zapisz odpowiedzi na tablicy flipchart. Omów sugestie.

Podsumuj i podaj ogólne informacje. Na przykład bardzo ważne jest, aby osoby, którym będą zadawane pytania na temat ich zdania, wyraziły zgodę na uczestnictwo. Kolejnym ważnym zagadnieniem jest, czy rozumieją pytania i w jaki sposób są one formułowane. Pamiętaj o sugestiach z sesji poświęconej komunikacji: uczestnictwo w grupach fokusowych, wykorzystanie obrazków i kart komunikacji. Daj uczestnikom czas na sugestie i zapisz wszystko na tablicy flipchart. Przedyskutuj.

Ważne jest, aby wygospodarować wystarczająco dużo czasu na odpowiedzi. Przypomnij uczestnikom, aby słuchali odpowiedzi, robili notatki, byli uprzejmi i na koniec powiedzieli „Dziękuję”.

Podsumuj i nawiąż do roli osoby wspierającej, która znajdzie się w różnych sytuacjach, w których będzie musiała zadawać pytania i rozumieć informacje.

Gra „Spójrz moimi oczami“

Uwaga

Uczestnicy omawiają temat badania włączającego i przeprowadzają wywiad z osobą o szczególnych potrzebach. Ponadto będą mieli okazję zrozumieć, jak ważne jest zaangażowanie w proces decyzyjny dotyczący własnego życia.

Instrukcje dla trenerów

Prezentacja przypadku – Marek, mężczyzna z niepełnosprawnością intelektualną, chodzi do centrum dziennej opieki, gdzie ma okazję zrobić kurs gotowania. Pod koniec kursu być może uda mu się znaleźć pracę. Kurs został włączony do jego indywidualnego planu bez porozumienia z Markiem, który nie wie, co robić.

Podziel uczestników na dwie grupy.

Poproś członków grupy, aby zastanowili się nad szansami Marka i wypełnili poniższą tabelę:

Co chce robić Marek?	Czego chcą dla Marka pracownicy opieki?
Co jest dla Marka ważne?	Co jest denerwujące w wybieraniu zajęć przez inne osoby?

Zapytaj uczestników, co sądzą i zastanówcie się, jak można włączyć Marka w proces podejmowania decyzji. Udziel im wsparcia, jeśli uznają, że mają za mało informacji i chcieliby porozmawiać z Markiem. Razem wybierzcie pytania i poszukajcie odpowiedzi.

Poprowadź dyskusję na temat prawa do uczestniczenia w planowaniu własnego życia oraz roli osoby wspierającej.

Ocena / dyskusja o pracy grupy

Uwaga

Wykorzystaj ostatnią część sesji na podsumowanie i wspólną z uczestnikami ocenę tego, czego się do tej pory nauczyli i wsparcia, jakiego potrzebują w przyszłości. Ta część jest połączeniem ćwiczeń ogólnych, oceny i zakończenia sesji.

Instrukcje dla trenerów

Poproś uczestników, aby razem narysowali ilustrację. Daj im arkusz papieru oraz markery i pozwól wszystkim po kolei rysować to, co udało im się osiągnąć podczas kursu, z czego powstanie duży obraz.

Omów, co przedstawiają ilustracje i w jaki sposób obraz ilustruje ich osiągnięcia.

Zawieś nowy arkusz papieru na ścianie, podziel na cztery części i zatytułuj: „Co było dobre?”, „Co można poprawić?”, „Pomysł, który przyszedł mi do głowy”, „Jak mogę wykorzystać zdobytą wiedzę i umiejętności w przyszłości“.

Poproś uczestników, żeby zapisali lub narysowali odpowiedzi na te pytania na małych kartkach papieru i umieścili je na tablicy flip chart.

Przejrzyj odpowiedzi, omów i podsumuj informacje. Uczestnicy powinni wziąć udział w dyskusji na temat okoliczności, w jakich mogą wykorzystać swoje umiejętności, dla kogo mogą być wsparciem, do jakich lokalnych organizacji mogą się zgłaszać jako potencjalni pracownicy/wolontariusze, by mieć szansę zostania mediatorem rówieśniczym itp.

Rozdaj uczestnikom papierowe serca i agrałki. Poproś, aby przypięli serca agrałką na plecach.

Poproś uczestników, aby wzięli markery i zapisali życzenia na plecach drugiego uczestnika kursu... wszyscy uczestnicy powinni mieć coś zapisane na plecach.

Następnie każdy zdejmuje papierowe serce i czyta, czego inni mu życzą.

Dziękujemy za udział!



Ocena

Podsumowanie sesji szkoleniowej 6:

Podczas tej sesji uczestnicy dowiedzą się:

- więcej na temat skuteczniejszego włączania osób, które nie mówią;
- więcej na temat potrzeb tych osób;
- jak zadawać pytania;
- jak analizować i korzystać z informacji.

Program

Powitanie	
Zasady pracy	20 min.
„Dziennikarz”	40 min.
Badanie włączające	50 min.
Spójrz moimi oczami	30 min.
Ocena / dyskusja	40 min.

Literatura

Amina Donna Kruck, Pam Whitaker Lee, Apri I Reed and others, (2010), Peer Support, IL NET, Houston, Retrieved from: http://www.ilru.org/sites/default/files/Peer_Support.pdf

Christiane Purcal, Katherine Evans, Ariella Meltzer, Kelley Johnson, Karen R. Fisher, Sally Robinson, Ngila Bevan, Rosemary Kayess (2015). Peer support with children and young people with intellectual disability: Literature review (Online Resource). Sydney: Social Policy Research Centre, UNSW Australia. SPRC Online Resource Peer Support with Children and Young People with Intellectual Disability Literature review INAL. Retrieved from: https://www.sprc.unsw.edu.au/media/SPRCFile/SPRC_Online_Resource_Peer_Support_with_Children_and_Young_People_with_Intellectual_Disability_Literature_review_FINAL.pdf

Doyle, J. (2009): A Practical Guide. Focus groups a practical guide, National Federation of Voluntary Bodies, Ireland. Retrieved from: http://www.fedvol.ie/_fileupload/Research/focus%20groups%20a%20practical%20guide.pdf

Kevin, B., Janice C. and others, (2012). Peer Support, A guide to how people with a disability and carers can help each other to make the most of their disability supports, Department of Human Services State of Victoria, Australia. Retrieved from: http://www.dhs.vic.gov.au/__data/assets/pdf_file/0009/716463/peer-support-guide.pdf

Knox, G. (2008): 40 Icebreakers for Small groups. Insight, UK. Retrieved from: <http://insight.typepad.co.uk/insight/2008/05/40-icebreakers.html>

Natacia Cordle, M.S., Janice L. Goforth, M.S., C.R.C. (2007) Peer Mentor Training Guide, Center for Emerging Leadership San Diego State University Research Foundation. Retrieved from: <http://interwork.sdsu.edu/cel/documents/CELPeerMentorTrainingGuide.DOC>

Shifting the Power, University of North Carolina, Chapel Hill, (2002): Being Part of your Communities, Participants Workbook, Green Mountain Self-Advocates, Vermont. Retrieved from: <http://www.gmsavt.org/self-advocacy-workshops/>.