

Тренинг для волонтеров «Дети с ограниченными возможностями»

*Автор-составитель:
Камеш Ольга Дмитриевна,
педагог дополнительного образования*

Цель: информирование волонтеров о социально-психологических особенностях людей с ограниченными возможностями здоровья, обучение волонтеров правилам оказания помощи людям с ограниченными возможностями здоровья.

Задачи:

1. Раскрыть психологические особенности детей с ограниченными возможностями здоровья.
2. Познакомить потенциальных волонтеров с основными принципами волонтерской деятельности.
3. Расширить представления волонтеров о способах и правилах общения с детьми с ограниченными возможностями здоровья; снизить тревожные состояния при данных контактах.
4. Развивать у волонтеров навыки эмоциональной саморегуляции.

Ход тренинга

Миксер: *«Мы с тобой похожи...».*

- Мы так похожи и в то же время мы – разные. Но существует группа людей/детей, имеющая особенности развития и ограниченные возможности здоровья. Они живут рядом с нами. Но многие понятия не имеют, кто такие эти люди, какие у них потребности. Давайте поближе познакомимся с ними.

Участники образуют 2 круга – внутренний и внешний, лицом друг к другу. Участники внешнего круга говорят фразу – «мы с тобой похожи тем, что...». Участники внутреннего круга отвечают – «мы с тобой отличаемся тем, что...». По команде ведущего участники внутреннего круга перемещаются по часовой стрелке, меняя партнера. Повторяется до тех пор, пока каждый участник внутреннего круга не сможет повстречаться с каждым участником внешнего круга.

1 часть – вводная.

Тренер задает вопрос:

- Кто считается человеком с ограниченными возможностями здоровья?

1. Упражнение «Мозговой штурм».

- Люди плохо представляют себе кто такие люди с ограниченными возможностями здоровья, как они живут, какие у них потребности, о них складывается неправильное мнение. До сих пор многие думают, что это несчастный, убогий, всегда грустный, просящий человек... Обобщение: человек с ОПФР – это человек, имеющий недостатки в физическом и психологическом развитии.

2. Упражнение «Кластер».

- Существует несколько видов классификации людей с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ). Я предлагаю вам обобщенный вариант по Егоровой, в основе которой нарушения локализуются в той или иной области развития человека.



2 часть – информационная.

- Любое нарушение здоровья ставит человека в особые жизненные обстоятельства, создает барьеры... Предлагаю конкретно увидеть какие это барьеры.

1. Упражнение «Ленты».

Часть тела (завязывается лентами)	Символическое значение
Глаза	Сложно видеть жалость к себе, быть на виду
Рот	Страх рассказывать о трудностях и желаниях
Уши	Боязнь общественного осуждения
Руки	Чувство связанности, многое недоступно и руки опускаются
Сердце	Боль, болит душа, сердце разрывается
Живот	Область дыхания, центр жизненной силы человека... живет вполсилы
Ноги	Сложно идти дальше по жизни, боязнь шагать самостоятельно

- В такой изоляции, «коконе» оказывается человек с ограниченными возможностями здоровья. Он испытывает ложное чувство собственной неполноценности.

2. Упражнение «Жизнь в темноте».

- Давайте мы немного подвигаемся. Сейчас я попрошу вас встать, завязать повязкой глаза и представить себя в темной незнакомой комнате. А теперь будьте предельно внимательны и осторожны, выполняя команды. Не открывая глаз, ответьте, пожалуйста, где находитесь, куда вы пришли? А прийти вы должны были туда, откуда начали движение.

Откройте глаза. Получилось ли прийти в нужную точку? Что вы чувствовали, двигаясь с закрытыми глазами? Согласны ли вы, что с дружеской помощью вам было бы намного комфортнее?

Вот так чувствуют себя в нашей жизни люди с проблемами зрения.

Существует специальная азбука - азбука Брайля, чтобы эти люди тоже могли читать, обучаться, общаться. В основе ее стоит выпуклое шеститочие: комбинациями точек обозначаются и буквы, и цифры, и нотные знаки.

3. Упражнение «Подарок».

- Встаем в круг. Представим, что у нас нет речи... мы пришли на праздник и дарим подарки друг другу подарками. С помощью жестовых сигналов руками обозначаем действия. «Подарок» каждый придумывает сам и дарит рядом стоящему.

А как живут люди с проблемами слуха? Ведь на улице они не слышат гудков автомобилей, их не окликнешь, не предупредишь об опасности издали.

А они общаются жестами, это - жестовая речь. Поэтому таким людям необходимо видеть руки и лицо собеседника.

4. Упражнение «Снеговик» / Рассогласование тела и интеллекта/.

- Упражнение выполняется в положении альбом на голове, придерживать не ведущей рукой, взять фломастер и четко выполнять инструкции. Не разговаривать.

Начните с того, что:

Нарисуйте в верхней части планшета маленький ровный круг – это будет голова снеговика.

Теперь в нижней части планшета нарисуйте большой круг – основание снеговика.

Теперь вернитесь к голове снеговика и нарисуйте на ней черный цилиндр.

Между маленьким и большим кругами нарисуйте круг среднего размера – это будет туловище снеговика.

Теперь снова вернитесь к голове и в правой ее части нарисуйте глаз снеговика.

С левой стороны туловища нарисуйте ветку-руку снеговика, чтобы она заканчивалась в виде пальцев, держащих метлу.

Ровно в том месте, где соприкасаются маленький и средний круги, нарисуйте шарф, обмотанный вокруг шеи снеговика, чтобы концы развевались по ветру вправо.

С правой стороны туловища нарисуйте одну ветку-руку, так же нарисуйте ветку-руку с левой стороны снеговика

Теперь нарисуйте маленькую елочку, стоящую слева от снеговика. Прекратите рисовать.

Теперь можете взглянуть на свое художественное произведение.

Какие чувства, испытывали при работе? Что мешало? Примерно так чувствуют себя люди, имеющие интеллектуальные нарушения, они с трудом справляются с простыми для нас действиями.

Вывод:

Люди с ограниченными возможностями имеют:

1. Трудности в развитии эмоционально-волевой сферы (не может управлять эмоциями, не может управлять своим поведением, не может регулировать свою деятельность в соответствии с общими требованиями).

2. Интеллектуальные трудности – снижение познавательных процессов (память, внимание, речевые нарушения, мышление, восприятие).

3. Трудности в мотивационной сфере – осознание своего Я, нарушение отношения к себе и окружающим, снижение активности. Нарушения коммуникации. Сужение и ограничение круга общения. Чувство неполноценности.

3 часть – практическая.

1. Упражнение «Котенок».

Участники встают в круг. Тренер просит передавать по кругу газету. Затем представить, что на газете спит котенок... и теперь газету друг другу нужно передавать очень бережно, чтобы не разбудить котенка...

- Точно такое же бережное отношение важно сохранять для общения с особенными детьми.

2. Принципы волонтерской деятельности с категорией людей с ОВЗ:

Смотреть не на проблему, а в глаза человека. Не акцентировать внимание на его несовершенстве, принимать таким, какой есть.

Больше общаться в совместной деятельности. Общение на темы, близкие для них, о происходящих событиях.

Показывать свой мир, не бояться того, что ты – другой. Являться положительным примером. Говорить на своем языке, но дать понять человеку с ОПФР, что его слышат и понимают.

Быть искренним, не жалеть, проявлять теплоту и участие.

Помнить, что вы уйдете, а человек останется. На мероприятиях не выделять «любимчиков», не обещать, что часто будете приходить...

3. Упражнение «Рука помощи».

Участники делятся на 2 группы. Раздаются чистые листы бумаги и фломастеры.

Задание для 1 группы:

Обвести свою «руку помощи». На каждом из пальцев написать качества волонтера (внимательность, спокойствие, доброжелательность, компетентность и др.). Общее обсуждение. Прикрепить «руки помощи» на доску.

Задание для 2 группы:

Обвести свою «руку помощи». На каждом из пальчиков написать возможные направления помощи юных добровольцев (помощь по хозяйству, перевести через дорогу, проводить к месту назначения, провести экскурсию, помочь за столом, почитать книгу и др.).

Общее обсуждение.

4. Упражнение «Правила общения с людьми с ОВЗ»:

1. Поздороваться, приветливая улыбка. Прикоснуться при необходимости (чтобы человеку было понятно, что обращаются именно к нему).

2. Представиться (чтобы человек знал, как к вам обратиться).

3. Представить свои намерения (т.е. обозначить, какую помощь вы хотите предложить).

4. Помочь.

5. Попрощаться.

Вопрос участникам:

- А что делать, если человек отказался от помощи? (*Извиниться и попрощаться.*)

5. Упражнение «Цепочка».

Участники тренинга по очереди называют примеры в поведении человека с ограниченными возможностями, которые могут помешать им в общении с ним.

Рефлексия. Продолжите фразы:

Я узнал(а), кто такие ... (люди с ОВЗ).

Я узнал(а) о потребностях... (людей с ОВЗ).

Я научился(ась) ... (правилам общения и сопровождения)

Я принял(а) решение, что...