

Priročnik za usposabljanje strokovnjakov

**Kako postati moderator prostega
časa**



Erasmus+

ACCESS to Leisure

Izobraževanje odraslih o načinih krepitev zmogljivosti za vključevanje in podpora osebam s posebnimi potrebami na področju prostega časa

2021-1-hu01-ka220-adu-000033395

Sofinanciran iz programa Evropske unije Erasmus+.

Trajanje projekta: od februarja 2022 do julija 2024

© – 2024 – Fundacija Hand in Hand. Vse pravice pridržane. Odobreno za Evropsko unijo pod pogoji.

Partnerstvo uporablja odprto licenco in dovoljuje uporabo, prilagajanje in distribucijo gradiva.

<https://kezenfogva.hu>

www.atempo-verein.at

www.facebook.com/CenterVAL

www.hubbie.brussels/nl

<https://tukena.fi/>



Projekt je financiran s strani Evropske komisije. Ta publikacija odraža izključno stališča avtorja in Komisija ne more biti odgovorna za kakršno koli uporabo informacij, ki jih vsebuje.

Kazalo vsebine

Kako postati moderator prostega časa	0
Uvod	4
Cilj priročnika za usposabljanje.....	4
<i>Kdo je oseba s posebnimi potrebami (OPP)?.....</i>	<i>5</i>
<i>O ciljnih skupinah: strokovnjaki kot so moderatorji</i>	<i>7</i>
<i>Povzetek elementov usposabljanja</i>	<i>7</i>
MODUL 1: Podpora avtonomiji OPP pri prostočasnih dejavnostih	8
<i>VADBENI SKLOP 1.1 - Pregled teoretičnega ozadja priročnika o samoodločanju v prostem času OPP</i>	<i>9</i>
<i>Prosti čas kot človekova pravica</i>	<i>9</i>
<i>Koncept izobraževanja za prosti čas</i>	<i>10</i>
<i>Kaj je aktivna podpora, osredotočena na osebo?</i>	<i>13</i>
<i>Posebnosti učnega procesa oseb z učnimi težavami</i>	<i>15</i>
<i>VADBENI SKLOP 1.2 - Podpiranje razumevanja prostega časa za OPP.....</i>	<i>20</i>
<i>1.2.1. Razvrščanje trenutnih prostočasnih dejavnosti glede na dve vrsti prostega časa.....</i>	<i>21</i>
<i>1.2.2. Raziskovanje prednosti, talentov in potreb OPP v povezavi s prostim časom.....</i>	<i>24</i>
<i>VADBENI SKLOP 1.3 - Podprto odločanje kot orodje za ustvarjanje lastnega prostega časa.....</i>	<i>25</i>
MODUL 2 – Podpora socialnim interakcijam OPP v zvezi s prostim časom	34
<i>SKLOP USPOSABLJANJA 2.1 - Podpiranje razumevanja socialne interakcije v zvezi s prostim časom OPP</i>	<i>34</i>
<i>IZOBRAŽEVALNI SKLOP 2.2 – Podporne vloge in partnerstva</i>	<i>37</i>
<i>VADBENI SKLOP 2.3 - Družabni stiki in prosti čas.....</i>	<i>39</i>
<i>VADBENI SKLOP 2.4 - Podpora širitvi stikov za OPP</i>	<i>43</i>
MODUL 3 – Uporaba virov za prosti čas (s posebnim poudarkom na digitalnih priložnostih).....	46
<i>IZOBRAŽEVALNI SKLOP 3.1 - Kako podpreti OPP pri iskanju virov skupnosti brez povezave z prostim časom?</i>	<i>46</i>
<i>VADBENI SKLOP 3.2 Kako podpreti OPP pri iskanju spletnih virov skupnosti za prosti čas?.....</i>	<i>50</i>
Povzetek.....	52
Viri	54

Uvod

Cilj priročnika za usposabljanje

Projekt ACCESS to Leisure prispeva k pomoči osebam z učnimi težavami kot moderatorjem za prosti čas pri organizaciji prostočasnih dejavnosti – v praktičnem sodelovanju s strokovnjaki in lokalnimi podporniki kot somoderatorji. Osebe z učnimi težavami imajo ključno vlogo pri organizaciji prostega časa. Zato jim strokovnjaki in lokalni neformalni podporniki kot so moderatorji pomagajo, da čim bolj učinkovito opravljajo svojo vlogo organizatorjev.



Ta priročnik je namenjen strokovnjakom, ki se ukvarjajo z osebami z učnimi težavami (v nadaljevanju OPP, osebe s posebnimi potrebami) pri razvoju prostočasnih dejavnosti. Priročnik za usposabljanje strokovnjakov omogoča OPP, da podprejo dostop do prostočasnih dejavnosti, ki temeljijo na partnerskih in na osebo osredotočenih aktivnih podpornih metodah. Poleg tega metode v tem priročniku strokovnjakom zagotavljajo praktična orodja za podporo OPP, da postanejo pomočniki pri koriščenju prostega časa.

To praktično usmerjeno usposabljanje je namenjeno strokovnjakom, ki lahko OPP pomagajo najti ustrezne prostočasne dejavnosti in si učinkoviteje organizirati svoj prosti čas in prosti čas svojih vrstnikov. Med drugim se bodo seznanili z inovativnimi digitalnimi orodji, ki bodo OPP pomagala varno koristiti prosti čas.

Projekt ACCESS to Leisure to podpira na tri načine:

Usposabljanje strokovnjakov z aktivnimi, osebnimi podpornimi metodami z uporabo orodij podprtega odločanja bo OPP kot moderatorjem prostega časa pomagalo izboljšati lastno organizacijo in organizacijo prostega časa svojih vrstnikov.

Usposabljanje lokalnih neformalnih podpornikov kot so-moderatorjev pomaga razviti povezovalno vlogo med strokovnjaki in OPP, ki temelji na konceptu prijateljstva pri razvoju te povezave.

Priročnik za usposabljanje OPP na lahko razumljiv način zagotavlja nabor povezanih orodij. Hkrati strokovnjaki in lokalni neformalni podporniki pomagajo pri tem procesu kot so-moderatorji.

V zvezi s temi tremi cilji so bili pripravljeni trije priročniki projekta *ACCESS to Leisure*, katerih vsebina je tesno povezana in se dopolnjuje. Zato je namen teh treh priročnikov OPP omogočiti, da v praktičnem sodelovanju s strokovnjaki in lokalnimi podporniki postanejo aktivni pri organizaciji prostega časa in podpori vrstnikom. Del teh treh priročnikov, ki so povezani, je ta, da strokovnjake pripravlja na vlogo so moderatorja v prostem času. Če ste torej kot strokovnjak zainteresirani za podporo OPP na način, ki jim omogoča, da postanejo organizatorji prostega časa in pomagajo svojim vrstnikom, je ta priročnik za usposabljanje namenjen vam.

Kaj boste dosegli z uporabo tega priročnika?

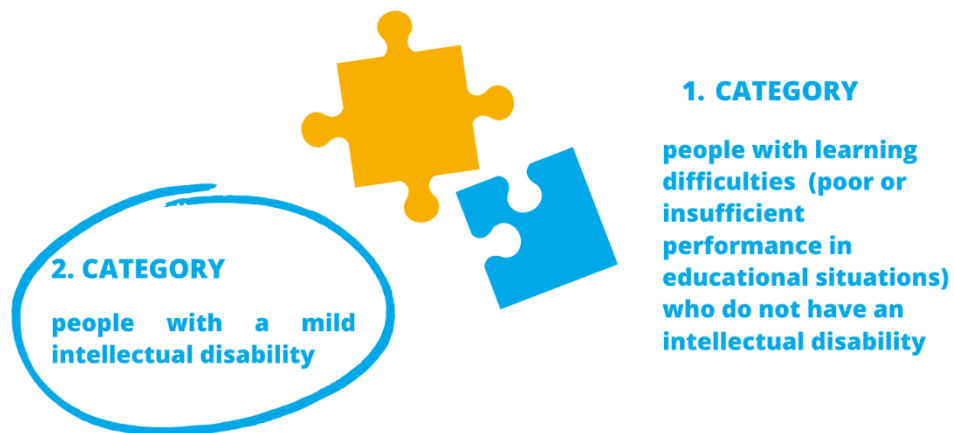
Usposabljanje strokovnjakov z uporabo aktivnih podpornih metod, osredotočenih na posameznika, bo prispevalo k pomoči OPP kot moderatorjem prostega časa, da svoj prosti čas in prosti čas svojih vrstnikov preživijo bolj zavestno in organizirano. Med glavnimi prednostnimi nalogami tega priročnika so opolnomočenje OPP, omogočanje samostojne organizacije prostega časa in uveljavljanje pravic, kot so opisane v Konvenciji Združenih narodov o pravicah OPP (UNCRC, 2006). Na podlagi člena 30 Konvencije OZN želimo OPP omogočiti, da polno sodelujejo v kulturnem življenju, rekreaciji, prostem času in športu. V tem procesu pripisujemo ključno vlogo orodjem informacijske in komunikacijske tehnologije (IKT) (Datillo, 2008). Zato je bistveno spodbujati inovativne načine spodbujanja OPP, da svoj prosti čas preživijo v lokalnih skupnostih z uporabo spletnih in drugih virov.

Kdo je oseba s posebnimi potrebami (OPP)?

Čeprav so učne težave splošen izraz, ki se uporablja po vsem svetu in je povezan z učnimi neuspehi, je v različni literaturi pogosto opisano drugače. Grünke in Canvedich pojasnjujeta ta pojav v študiji, objavljeni leta 2016. Avtorja pojasnjujeta, zakaj se izraz ne uporablja nenehno, po eni strani s sledenjem različnim kulturnim in družbenim paradigmam, normnim sistemom, zgodovinskim zapuščinam in političnim okoljem, ki so vplivale ne le na vzgojno zasnovo, temveč tudi na konceptualizacijo učnega neuspeha, in to počnejo še danes. Prav tako je vplivalo na to, kako je bil in je še vedno opredeljen koncept učnih težav.

Torej je obseg učnih težav obsežen, vendar se v tem priročniku sklicujemo na ljudi z učnimi težavami glede na naslednje kategorije, ki temeljijo na definiciji Szekeres (2011):

Categories of LEARNING DISABILITY (Szekeres, 2011)



- *Skupina 1: ljudje, ki imajo resen, vztrajen in razširjen problem pri izobraževanju*

Po eni strani skupina učnih težav vključuje ljudi, ki se soočajo s hudim, vztrajnim in razširjenim problemom v izobraževalnih razmerah, ki resno ovirajo njihovo učenje (slaba ali nezadostna uspešnost v izobraževalnih primerih).

- *Skupina 2: osebe z blago motnjo v duševnem razvoju*

Po drugi strani pa v kategorijo učnih težav spadajo tudi osebe z blago motnjo v duševnem razvoju, ki jim onemogoča učinkovito učenje s tradicionalnimi pedagoškimi metodami (Szekeres 2011, Gaál, 2000).

V naslednjem poglavju bomo podrobneje predstavili posebnosti ciljne skupine, pri čemer se bomo osredotočili na težave pri organizaciji prostega časa.

O ciljnih skupinah: strokovnjaki kot so moderatorji

Priročnik je namenjen strokovnjakom (npr. socialnim delavcem, učiteljem specialnega izobraževanja ali terapevtom oseb s posebnimi potrebami), ki so seznanjeni z delom z osebami z učnimi težavami in so zavezani k spodbujanju in razvoju prostega časa z aktivnimi podpornimi metodami.

Moderatorska vloga pri organizaciji prostega časa pomeni, da so OPP (kot moderatorji prostega časa) **aktivni akterji**, strokovnjaki pa so **moderatorji procesa**, na primer s prispevanjem na načine, ki ustrezajo potrebam OPP:

- razvojem spretnosti in kompetenc,
- lažjim dostopom do orodij in lokalnih virov,
- podporo pri odločanju,
- uporabo načinov opolnomočenja.

Povzetek elementov usposabljanja

Tako kot druga dva priročnika bomo opisali učne rezultate, ki jih soustvarjalci prostega časa potrebujejo za izpolnitev te podporne vloge. Priročnik za strokovnjake (glej sliko 1) je razdeljen na tri dele, ki temeljijo na konceptu teoretika prostega časa Datillo (2008):

Kako pomaga prvi modul priročnika?

Podpiranje avtonomije OPP pri prostočasnih dejavnostih - pri podpiranju samoodločbe imamo dvojni poudarek; po eni strani se osredotočamo na pomoč pri samozavedanju OPP, povezanih s prostim časom, po drugi strani pa izpostavimo pomen podprtih metod odločanja.

Kako pomaga drugi modul priročnika?

Podpora socialnim interakcijam OPP v prostem času - v naslednjem poglavju se osredotočamo na razvoj veščin socialne interakcije. Poleg tega opisujemo vlogo trojnega moderatorja v središču priročnika in sodelovanje med njima: moderatorja za prosti čas (OPP), somoderatorja kot profesionalca in drugo vlogo lokalnega moderatorja (kot povezovalno vlogo).

Kako pomaga tretji modul priročnika?

Uporaba prostočasnih virov (s posebnim poudarkom na digitalnih priložnostih) - v tem razdelku so predstavljeni načini, kako lahko strokovnjaki učinkovito podpirajo OPP pri uspešnem odkrivanju in načrtovanju prostočasnih dejavnosti v spletnem prostoru.

Kot glavni cilj projekta ACCESS to Leisure bodo ta tri poglavja priročnika prispevala k opolnomočenju OPP, da postanejo moderatorji prostega časa v svojem življenju in življenju svojih vrstnikov z aktivno podporo, osredotočeno na posameznika. V ta namen želimo v tem procesu opolnomočenja podpirati strokovnjake kot sodelavce za prosti čas.

MODUL 1: Podpora avtonomiji OPP pri prostočasnih dejavnostih

Cilj tega modula

Predpogoj za organizacijo prostega časa je, da imajo OPP dovolj informacij o svojih prostočasnih navadah in usmeritvah. Poleg tega bi jih bilo treba opolnomočiti in podpreti pri odločanju. Zato je glavni cilj tega poglavja strokovnjakom zagotoviti metode za pomoč OPP pri razvoju njihovih veščin samoodločanja v prostočasnih dejavnostih.

V tem poglavju želimo pomagati strokovnjakom skozi tri sklope usposabljanja:

VADBENI SKLOP 1.1 - Zagotavljanje teoretične osnove za učinkovit razvoj samoodločanja OPP

VADBENI SKLOP 1.2 - Izmenjava načinov, kako OPP pomagati bolje razumeti njihove prostočasne navade, potrebe in najljubše prostočasne dejavnosti

IZOBRAŽEVALNI SKLOP 1.3 - Zagotavljanje uvoda v metode asistiranega odločanja, da jih lahko strokovnjaki uporabijo pri podpiranju OPP pri sprejemanju učinkovitejših odločitev pri organizaciji prostega časa.

V tem poglavju gradimo usposabljanje po naslednjih načelih (Atherton & Crickmore, 2012):

- Z uresničevanjem načel vključevanja v praksi se morata oseba in njeno neposredno okolje spoznati in na tem graditi, da bi sodelovala v duhu sprejemanja.
- Ustvariti sodelovalno okolje, v katerem so lahko OPP aktivni partnerji v medsebojnem in spoštljivem odnosu, ne glede na njihove sposobnosti.
- Ustvariti priložnosti za OPP, da se učijo iz svojih izkušenj ter gradijo na svojih spretnostih in prednostih.

Skratka, strokovnjakom pomagamo, da odigrajo svojo vlogo so moderatorjev prostega časa. Zato najprej opišemo koristne teoretične in praktične značilnosti aktivne, na osebo osredotočene podpore in olajšanja prostega časa.

VADBENI SKLOP 1.1 - Pregled teoretičnega ozadja priročnika o samoodločanju v prostem času OPP



Pred opisom elementov prvega dela je nujno pojasniti nekatere temeljne koncepte v zvezi s prostočasnim izobraževanjem. Ti koncepti so vključeni v prvo poglavje priročnika za usposabljanje, ker so osnova za nadaljnje vaje.

Kakšne koncepte uporabljamo v tem priročniku?

V tem poglavju so predstavljene teorije, povezane s prostim časom v pravo, izobraževanjem za prosti čas in podprtim odločanjem z vidika OPP.

Prosti čas kot človekova pravica

Prosti čas, ki temelji na individualni izbiri, je bistven del našega življenja in pravica do njega je neodtujljiva za vse, vključno z OPP (Datillo, 2013). Poleg tega dva člena Splošne deklaracije o človekovih pravicah razglasa pomen človekove pravice do prostega časa:

24. člen

"Vsakdo ima pravico do počitka in prostega časa, vključno z razumno omejitvijo delovnega časa in občasnim plačanim dopustom."

27. člen

"Vsakdo ima pravico svobodno sodelovati v kulturnem življenju skupnosti, uživati umetnost ter sodelovati pri znanstvenem napredku in njegovih koristih." (Združeni narodi, 1948)

V zvezi s tem člen 30 Konvencije o pravicah OPP (2006), ki je bila ratificirana po vsej Evropi, potrjuje pravico do prostega časa na naslednje načine:

"5. Da bi OPP omogočile enakopravno sodelovanje pri rekreacijskih, prostočasnih in športnih dejavnostih, države pogodbenice sprejmejo ustrezne ukrepe:

a) v največji možni meri morajo spodbujati in pospeševati udeležbo OPP v rednih športnih dejavnostih na vseh ravneh;

b) OPP zagotoviti možnost organiziranja, razvijanja in sodelovanja v športnih in rekreativnih dejavnostih, značilnih za OPP in v ta namen

spodbujati, da se enako kot drugim zagotovi ustrezno izobraževanje, usposabljanje in sredstva;

c) OPP zagotoviti dostop do športnih, rekreacijskih in turističnih objektov;

d) OPP zagotoviti enak dostop do sodelovanja v igri, rekreaciji, prostem času in športnih dejavnostih kot drugim otrokom, vključno z dejavnostmi v šolskem sistemu;

e) OPP zagotoviti dostop do storitev tistih, ki se ukvarjajo z organizacijo rekreacijskih, turističnih, prostočasnih in športnih dejavnosti."

Vendar so te pravice pogosto marginalizirane zaradi pomanjkanja virov, institucionalnega ali lokalnega okolja ali potrebe po ustreznih metodah podpore. Čeprav lahko k prvima dvema prispevamo le posredno, v tem poglavju pomagamo zagotoviti, da so na voljo ustrezne podporne metode za podporo temeljni pravici dostopa do prostega časa.

Koncept izobraževanja za prosti čas



Da bi te pravice čim bolj učinkovito izpolnjevali, se morajo strokovnjaki kot so moderatorji koriščenja prostega časa seznaniti s konceptom prostočasnega izobraževanja.

V središču prostočasne vzgoje je pravilno razumevanje prostega časa, ki nam kot strokovnjakom pomaga, da to področje zavestno razvijamo v življenju OPP. Zato je bistveno, da se koncept uvede z razlikovanjem.

Sprva je prosti čas pogosto povezan s pojmi rekreacije in prostega časa (Dattilo, 2008).

Vendar pa je Datillo (2008) poudaril odnos in možne razlike med temi izrazi, kar je pomagalo pojasniti koncept prostega časa, ki se uporablja pri projektu ACCESS to Leisure.

Izhodišče za to primerjavo je opredelitev rekreacije kot dejavnosti. Neposredno je povezana z dejavnostmi za prosti čas (Kelly, 1990, na katero se sklicuje Datillo, 2008, str. 4): "Pojem rekreacije se neposredno nanaša na dejavnost. To je odvisno od občutkov in izkušenj posameznih udeležencev. (...) Čeprav se dejavnosti, ki jih ljudje opravljajo, zelo razlikujejo, se izraz rekreacija na splošno nanaša na nekatere organizirane dejavnosti, namenjene socialnim ciljem". [1][2] Avtor uporablja koncept prostega časa v kontekstu, kjer smo osvobojeni vsakodnevnih opravil in nimamo vnaprej načrtovanih obveznosti

(npr. delo, opravki). Vendar se to nanaša na dobro porabljen čas in ko nam je dolgčas in ne vemo, kako smiselno preživeti prosti čas. Zato avtor, citat Csíkszentmihályi (1997), trdi, da ima prosti čas pozitivne in negativne konotacije.

Čeprav vključuje elemente rekreacije in prostega časa, je naša opredelitev prostega časa celovitejša od teh. Na podlagi opisa Russella (1996) "prostočasne izkušnje ponujajo priložnosti za ohranjanje osebne avtonomije, samoopredelitve in izbire" (Dattilo, 2008, str. 6).

Prostočasna izkušnja ima pozitivne učinke, ki jih lahko opazimo na subjektivnem stanju duha, identiteti in samoopredelitvi (Dattilo, Kleiber, & Williams, 1998, Dattilo, 2013)." V prostočasni dejavnosti:

- izrazite talente,
- prikažete zmogljivosti,
- uresničujete svoj potencial.

Doživite različna pozitivna čustva med sodelovanjem v prijetnih in smiselnih dejavnostih« (Datillo, 2013, str. 77.) Priložnost preživljanja prostega časa, uresničevanje same izkušnje, gre z roko v roki z okrepljenim občutkom, da imajo ali bodo ljudje imeli (če gre za učenje) znanje in spretnosti, potrebne za to prostočasno dejavnost. To pa jih opolnomoča in prispeva k občutku samoodločbe (McGuire & McDonnell, 2008; Datillo, 2013).

Na podlagi koncepta Southbyja (2019), ki se nanaša na Stebbin (2012), uporabljamo dve vrsti prostega časa.



Slika 2. Vrste prostega časa (Southby, 2019, sklicevanje na Stebbin, 2012)

- *Priložnostna, enkratna prostočasna dejavnost*

"Občasna", enkratna prostočasna dejavnost je kratkotrajna prostočasna dejavnost, ki ne zahteva znatnega usposabljanja, spretnosti ali kvalifikacij.

PRIMER: Katin lokalni podpornik sem že eno leto. Prejšnji teden sem poklical Katjo, da bi jo vprašal, če bi ta konec tedna želela iti v kino. Oba obožujeta kino. Katja je pritrdila. Šla sva gledat film Vojna zvezd 7: Sila se prebuja. Ker se ponovno predvaja v kinu in nama je ta film všeč. S Katjo sva soseda, tako sva šla v bližnji kino v nakupovalnem središču. Sobota zvečer, film se je začel ob 18. uri. Kupila sva kokice in pijačo. Imela sva se super in uživala v večernem izletu. Potem sva se veliko pogovarjala o filmu.

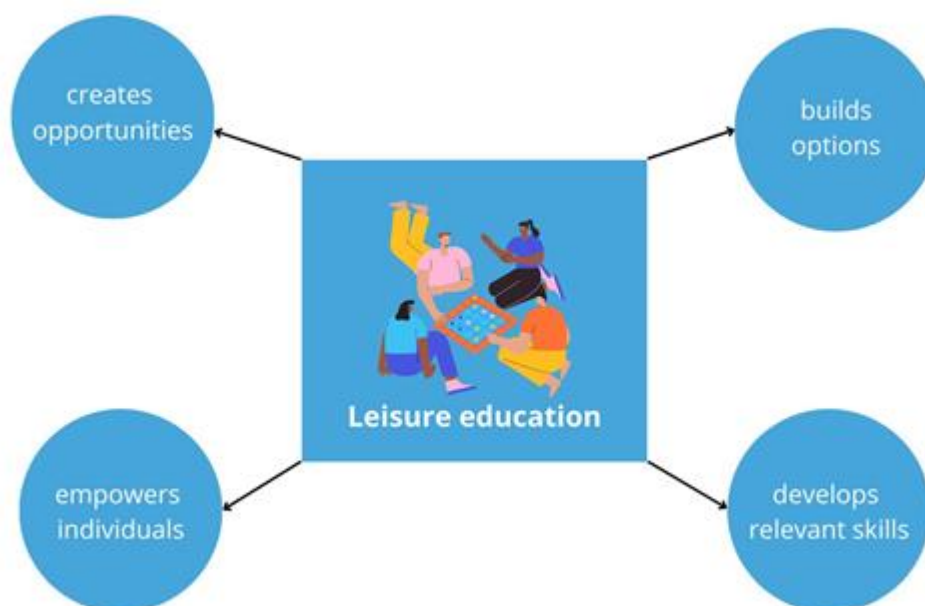
- *"Resna", redna prostočasna dejavnost*

"Resna", redna prostočasna dejavnost je pomembno področje zanimanja za prosti čas, ki zahteva visoko raven čustvenega, fizičnega in intelektualnega vlaganja energije (lahko se imenuje tudi hobi).

PRIMER: Jože rad igra košarko. V šoli se je naučil igrati košarko. Košarko redno igra že osem let. Pred kratkim je zamenjal ekipo. Sara mu je pomagala najti pravo: takšno, ki je blizu njegovega doma in bi lahko plačal članarino iz svojega zaslužka. Rad igra v ekipi. Ob vikendih hodi v bližnji park igrati košarko s prijatelji. Včasih gre tudi sam na košarkarsko igrišče vaditi metanje na koš. V zadnjih letih je zelo napredoval. S prijatelji gre tudi na košarkarske tekme.

Obe vrsti prostega časa vključujeta različne dejavnosti in različno vplivata na življenje ljudi (Stebbins, 2012; Southby 2019). Vsaka oblika prostočasne dejavnosti zahteva različne organizacijske naloge na področju prostega časa, zato je nujno razlikovati med njima.

V bistvu prostočasno izobraževanje ustvarja nove priložnosti za OPP, da si izboljšajo trenutno preživljanje prostega časa in na podlagi tega pomagajo tudi svojim vrstnikom. Zato je prostočasno izobraževanje proces opolnomočenja, v katerem strokovnjaki razvijajo sposobnosti in spretnosti, povezane z OPP (Datillo, 2008), ki podpirajo povezavo med lokalnim podpornikom in OPP. Naslednji diagram povzema razvoj smeri:



Slika 2. Področja ukrepanja v izobraževanju za prosti čas (na podlagi: Datillo, 2008)

Eden glavnih ciljev projekta *ACCESS to Leisure* (glej sliko 2) je razviti spretnosti OPP (kot pospeševalcev koriščenja prostega časa) in njihovih sodelujočih partnerjev za prosti čas (strokovnjakov in lokalnih neformalnih podpornikov kot so moderatorjev), da bi ustvarili razmere, ki temeljijo na partnerstvu. OPP lahko s pomočjo spletnih orodij čim bolj odkrivajo lokalne možnosti za preživljanje prostega časa in lahko izbirajo med njimi. Poleg tega lahko z usposabljanjem za prostočasno izobraževanje izkusijo tudi pomembne prostočasne dejavnosti v obeh zgoraj omenjenih vrstah prostega časa. Posledično se izboljša njihova kakovost življenja in lahko se razvijejo njihove socialne povezave. Prostočasna vzgoja je torej vključujoč pristop, ki spodbuja aktivno vlogo pri razvoju prostega časa z aktivno podporo, osredotočeno na posameznika.

Kaj je aktivna podpora, osredotočena na osebo?

Da bi OPP postali moderatorji prostega časa, je ključnega pomena, da strokovnjaki delajo v skladu z načeli in metodami aktivne podpore, osredotočene na osebo, v vlogi so mentorja.

To je oblika podpore, v kateri lahko vsakdo (ne glede na sposobnosti) odloča o svojem življenju in se ukvarja s pomembnimi, v tem primeru prostočasnimi dejavnostmi v zaupanja vrednem družbenem okolju. Več informacij o tem je na primer na voljo na naslednji povezavi:



Na podlagi koncepta univerze Latrobe (glej zgornjo povezavo) ima pojem aktivne podpore naslednje glavne značilnosti:

1. Tabela: Glavne značilnosti metode aktivne podpore (avtor Latrobe Univerziteti)[1]

Osebe	pogosto ponujajo priložnosti za ljudi, da se vključijo v vrsto dejavnosti
	zagotoviti pravo podporo za vsako osebo, ki jo je treba angažirati ponuditi izbiro vsaki osebi
	so pozorni, poslušajo in se odzivajo na komunikacijo vsake osebe
Osebe v skupinskih domovih	se čez dan pogosto ukvarjajo z različnimi dejavnostmi
	so vključeni v gospodinjstva opravila
	pogosto komunicirajo z osebjem in so podprti

Osebe spodbuja sodelovanje in dela z vsako osebo	
Ljudje sodelujejo pri načrtovanju in izbiri, kaj se zgodi in kdaj	
Dobra storitev je, kadar:	ljudje imajo dobro kakovost življenja
	vsaka oseba izkusi, izbira, sodeluje, je vključena in se dobro počuti
	odnosi so cenjeni
	osebna nega je odzivna

[1] Vir preglednice 1: <https://www.everymomenthaspotential.com.au/module-1>

Metode aktivne podpore, osredotočene na osebo, ustvarjajo učinkovito okolje samoodločbe OPP.

Posebnosti učnega procesa oseb z učnimi težavami

Za ljudi z učnimi težavami je »značilna znatna motnja kognitivne dejavnosti, ki se kaže v motnjah zaznavanja, spomina in pozornosti ter v miselnih funkcijah« (Rottmayer, 2006, str. 7).

Splošne učne značilnosti oseb z učnimi težavami (Czibere in Kisvári, 2006; Hallahan, Kauffman in Lloyd, 1999, navedeno v Gaálu, 2000; Jaksa, 2006; Papházy, 2006; Rottmayer, 2006; Vaughn,	celovita okvara duševnih funkcij, ki se razlikujejo po stopnji in kakovosti od posameznika do posameznika
	težave povzroča, če psihološka aktivnost zahteva od osebe povečano aktivnost osebnosti

Bos in Schumm, 1997, citirano v Gaálu, 2000; Uredba EMMI št. 32/2012 (X. 8.):	osebnostni razvoj, socializacijske težave in problemi, ki jih bomo obravnavali v naslednji tematski enoti
	izogibamo se napornim nalogam in dejavnostim, ki preprečujejo pravilno izvajanje psihičnih funkcij
	razumevanje navodil je kompleksno, kar vpliva tudi na izvajanje
	na splošno obstajajo razlike v razvoju prostorske orientacije, finih motoričnih sposobnosti, koncentracije pozornosti, komunikacije, miselnih procesov na višji ravni in socialne prilagoditve, ki vplivajo na učne rezultate
	kažejo se tudi razlike na več področjih metakognicije (metaspomin, metakognicija, metakognicija)
	potrebujejo pomoč pri upravljanju svojega časa in organizaciji dela
	zaradi različnega razvoja kognitivnih funkcij potrebujejo tudi pomoč, podporo in usmerjanje pri učenju učnih tehnik, potrebnih za uspešno učenje in pridobivanje znanja, poleg oblikovanja njihovega odnosa in motivacije za učenje
	slabo zavedanje o nalogah, slabo zadrževanje nalog, težave pri razumevanju nalog, počasnejši tempo dela
Značilnosti zaznavanja (na podlagi Czibereja in Kisvárija, 2006; Gaál, 2000; Papházy, 2006):	slušna pozornost, usmerjen sluh, slušna diferenciacija, zaznavanje slušne oblike-ozadja, slušni serijski diferencial, nerazvitost
	vizualna diferenciacija, vizualna percepcija oblike-ozadja, zaznavanje oblike, prostorska percepcija, motnje

	vizualne serijske serialnosti, pod organizacija
	drugačen razvoj taktilno-kinestetične percepcije: vidno izogibanje ali pretirano iskanje dotika, božanje
	težave z zaznavanjem ravnotežja in zaznavanjem, nezadostno (nezadostno ali pretirano) zaznavanje občutkov ravnotežja in negotovost pri zaznavanju gravitacije
Značilnosti pozornosti (Žerjav, 2002; Czibere in Kisvári, 2006; Gaál, 2000; Rottmayer, 2006):	vztrajna šibkost pozornost
	pozornost se zlahka moti
	težavnost ali zmedenost pri usmerjanju pozornosti (težave pri razlikovanju med pomembnimi in nepomembnimi dražljaji)
Značilnosti pomnilniških funkcij (Crane, 2002; Czibere in Kisvári, 2006; Gaál, 2000; Lányiné, 2009; Rottmayer, 2006):	oslABLJena zmogljivost pomnilnika, zamik zmogljivosti delovnega pomnilnika
	večje težave pri pomnjenju daljših razlag in navodil, večinoma si zapomnijo le zadnje postavke
	slaba povezanost med delovnim spominom in dolgoročnim spominom, motnje tvorbe sledi spomina (manjša ojačitev sledi spomina s ponavljanjem)
	težak, problematičen, oviran priklic predhodno pridobljenega znanja iz dolgoročnega spomina
	na splošno so raziskave na to temo pokazale slabšo zmogljivost na vseh področjih spomina za ljudi z motnjami v duševnem razvoju
Značilnosti mišljenja (Czibere in Kisvári, 2006; Gaál, 2000; Papházy, 2006; Rottmayer, 2006)	njihove funkcije verbalnološkega sklepanja, kombinativne in asociativne sposobnosti so na splošno manj organizirane, njihovo praktično sklepanje

	pa je na teh področjih naprednejše (celo boljše)
	težave pri uporabi znakovnih sistemov in kod
	logične operacije, reševanje problemov so bolj zapleteni, kar vodi do napak
	lahko kažejo večje težave pri abstraktnem sklepanju in posploševanju nalog
	za njihovo konceptualizacijo je značilen poudarek na konkretnih, zaznavnih, funkcionalnih značilnostih, pri čemer je osnovna težnja po razumevanju pomembnih značilnosti (namesto bistvenih značilnosti)
	omejena presoja, sposobnost oblikovanja ustrezne kritike
	vztrajnost in togost misli
Značilnosti izvedbe in izvajanja (na podlagi Czibere in Kisvári, 2006; Gaál, 2000; Papházy, 2006):	velike gibalne nepravilnosti (drža, ravnotežne reakcije, gibalna kohezija, mišični tonus)
	težave in motnje pri finih gibih: nenormalni gibi rok in prstov, težave pri prijemanju in uporabi orodij, nepravilnosti v delovanju mišic ust in orbite očesa
Socialno-čustvene značilnosti (na podlagi Gaála, 2000):	splošne težave z duševnim zdravjem (npr. letargija, tesnoba, pomanjkanje nadzora)
	težave na področju nagona (npr. apatija, pasivnost, hiperaktivnost)
	razlike v motivacijskem razvoju (npr. zelo nizka motivacija, nedostopnost)
	razlike v delovni uspešnosti (npr. hitra utrujenost, neenakomeren tempo, impulzivnost pri odzivanju);

	težave s samoupravljanjem (npr. reakcije, ki jih poganjajo čustva, nestabilnost, togost)
	težave s samospoštovanjem, motnje (npr. nepopolna samopodoba, nerealna samopodoba, egocentrizem, občutek manjvrednosti)

2.. Tabela: Posebnosti učnega procesa oseb z učnimi težavami¹ (JGYPK)

Seveda je to le splošen povzetek možnih značilnosti, ki se lahko razlikujejo od osebe do osebe, zato je izjemno pomembno imeti kompleksno znanje zadevne osebe s posebnega izobraževalnega vidika. Za kompleksno razumevanje priporočamo individualno raziskovanje značilnosti teh vidikov (glavnih kategorij). Z razumevanjem individualnih značilnosti lahko razvijemo prilagojeno podporo.

V tem projektu zagovarjamo podporo, ki temelji na prednostih, in poudarjamo, da te težave le olajšujejo praktično podporo, vendar je mogoče način zagotavljanja podpore razviti na podlagi prednosti.

Kaj mislimo s samoodločanjem OPP glede prostega časa?

Svobodna izbira in samoodločba je lahko bistvena značilnost prostega časa. V tej povezavi se prosti čas uporablja v dveh pomenih: na eni strani se prosti čas nanaša na svobodo pred prisilo in vmešavanjem, medtem ko svoboda pomeni prostovoljno izbiro in delovanje posameznika (Sylvester, 1985, Dattilo, 2008). To nakazuje latinski izvor "prostega časa", saj izhaja iz besede "licere", kar pomeni biti svoboden (Welton, 1979). Po drugi strani pa izbira svobode prispeva k razcvetu samoodločbe. Zato je izvajanje metodologije podprtega odločanja ključnega pomena, da se OPP omogoči sprejemanje učinkovitejših in svobodnih odločitev.

Podprto odločanje temelji na Konvenciji Združenih narodov o pravicah OPP. V skladu s členom 12 imajo OPP na vseh področjih življenja pravno in poslovno sposobnost enako kot drugi. Ideologija podprtega odločanja je, da ima vsak svojo voljo in lahko sprejema

¹ Vir:

http://www.jgypk.hu/mentorhalo/tananyag/A_tanulasban_akadalyozottak/55_a_tanulsban_akadalyozott_gyermekek_tanulk_ismeretelsajttsi_folyamatnak_specifikus_jellemzi.h

odločitve. Včasih je treba ljudi podpreti, da sprejemajo odločitve in ugotovijo svojo izbiro, vendar ima vsakdo pravico odločati.

Ko govorimo o prostočasnih dejavnostih, obstaja veliko situacij, v katerih je potrebno podprto odločanje.

Izraz podprto odločanje se lahko uporablja različno, odvisno od konteksta in ljudi, ki ga uporabljajo. V tem priročniku se sklicujemo na podprto odločanje, kot ga Jill Stavert opredeljuje v svojem vodniku po dobrih praksah - "proces, v katerem posamezniku zagotovimo toliko podpore, kot jo potrebuje, da bi lahko 1) sprejeli odločitev zase in/ali 2) izrazili svojo voljo in želje v okviru nadomestnega odločanja" (Stavert 2016, str. 4).

Bistvo podprtega odločanja je zagotavljanje, da se pri odločitvah, ki upoštevajo njega in njegovo življenje, spoštujejo volja in želje posameznika.

V prostem času lahko podprto odločanje pomeni, na primer, da oseba izbere, kaj želi početi v prostem času, s kom in kje želi to storiti.

VADBENI SKLOP 1.2 - Podpiranje razumevanja prostega časa za OPP

Razumevanje in ozaveščanje o prostočasnih navadah je osnova za doseganje samoodločbe o prostem času OPPov (Datillo, 2008). Zato bomo v drugem sklopu usposabljanja zagotovili metodološko pomoč strokovnjakom, da podprejo ta proces razumevanja kot so moderatorji.

Razvojni cilji:

1. raziskovanje OPP interesov za prosti čas in poglobljanje znanja o osebnem uspehu v prostočasnih dejavnostih med OPP (1.2.1);
2. raziskovanje prednosti, talentov in potreb OPP v zvezi s prostim časom (1.2.2.)

V nadaljevanju, povezanem s temi razvojnimi cilji, opisujemo metode in orodja, ki bodo OPP pomagala bolje razumeti njihove prostočasne navade.

Kar zadeva prosti čas, se mu lahko približamo iz različnih zornih kotov. Raziskujemo ga lahko na primer z izbiro aktivnega ali pasivnega pristopa za prosti čas in si ga predstavljamo kot družabno ali individualno dejavnost. Zato v tem učnem načrtu podpiramo razumevanje OPP v zvezi s prostim časom v skladu z zgoraj omenjeno dvojno delitvijo prostega časa.

Znotraj te delitve se lahko vrste še bolj razlikujejo (na primer aktivno-pasivne ali skupne in samotne). Pomen prostega časa za OPP je razdvajajoč, ker se porabi predvsem za družbo ali samostojno. Navsezadnje nekateri ljudje ugotovijo, da jim prosti čas omogoča, da spoznajo svoje vrstnike in se prek njih celo povežejo z novimi ljudmi in izkušnjami. Nasprotno pa drugi ugotovijo, da večino časa preživijo sami, kar še povečuje njihovo osamljenost. V tem delu učnega načrta OPP pomagamo razumeti te navade in podpiramo oblikovanje novih potreb ali želja.

1.2.1. Razvrščanje trenutnih prostočasnih dejavnosti glede na dve vrsti prostega časa

Učni izidi:

Prvi korak je pomagati OPP, da se seznani s svojimi prostočasnimi navadami. Pri obeh vrstah prostega časa jim pomagamo, da se zavedajo, kako preživljajo prosti čas v teh dneh:

- Katere vrste prostočasnih dejavnosti imajo?
- S kom običajno preživljajo čas (ločeni z obema vrstama prostega časa)?
- Kakšno pomoč potrebujejo pri teh dejavnostih?

Različne vaje lahko olajšajo proces razvrščanja, katerega prvi korak je predlagati metodo foto zgodbe. Vizualna reprezentacija, fotografija je zelo podporni medij in ker je za OPP pogosto težko artikulirati ali celo opaziti preference, ki so značilne za njihov prosti čas.

Sorodne vaje:

Naloga 1. Zbiranje zgodb o prostem času s fotografijami

Ta naloga nam omogoča, da usmerjamo in usmerjamo pozornost na preživljanje prostega časa med tednom. Za OPP je lahko izziv razmišljati o prostem času na splošno, zato jim ta naloga pomaga, da se zavedajo svojih prostočasnih navad v vsakdanjem življenju. Opravljeno v skupnosti, v skupinski situaciji, prispeva k dejstvu, da lahko svoje prakse povedo svojim vrstnikom, spoznajo značilnosti svojih vrstnikov (s širjenjem njihove perspektive) in pomagajo začeti proces pomoči vrstnikom.

Faza priprave:

Organizirajte predhodni sestanek (individualno ali skupinsko sejo) za pripravo OPP, na katerem menimo, da so potrebni naslednji koraki. Opomba: Vaja se lahko uporablja v individualnih in skupinskih razvojnih situacijah, vendar priporočamo skupinsko nastavitev.

Korak 1 - motivacija za razvoj prostega časa skupaj

Korak 2 - ko je motivacija za skupno delo vzpostavljena, predlagamo, da načrtujete postopek skupnega fotografiranja (kako bo to storjeno?)

Faza izvajanja:

V tej fazi bodo udeleženci vodeni k doslednemu fotografiranju skozi ves teden, vsak dan.

Primer izvajanja: udeleženci en ali dva tedna vsak dan fotografirajo svoj prosti čas in ga vsak dan delijo z drugimi v skupno ustvarjeni spletni skupini (npr. primerna je lahko zaprta skupina na Facebooku).

Faza razprave:

Ko je določeno obdobje končano, delijo fotografije na enem ali dveh skupinskih sestankih, izberejo najboljšega za vsak dan in napišejo kratko zgodbo s 4-5 stavki, da si jih zapomnijo kasneje.

Prosimo jih, naj pokažejo slike in povedo o njih:

- Kje in kdaj so posneli fotografije?
- Zakaj so posneli te fotografije?
- Zakaj je to za njih bistveno?
- Kako izboljšati prostočasne navade? Kakšno pomoč potrebujejo?

Primer foto zgodbe

"Doma sem igral na konzoli Playstation 4. Tako lahko pridem v lik Spider-mana. Igra je postavljena v New York; Spider-man je superjunak, ki rešuje težavne. Ne glede na to, kakšen zločin se dogaja, je tam v trenutku.

Imam veliko stripov. Lahko se vživim v takšne zgodbe. Spider-man ima to preobleko in se ne more prikriti. Zato je tako neroden. Všeč mi je, da pomaga ljudem v težavah.

V tej igri ga vodim, medtem ko opravljam misijo, ki je v zgodbi. Medtem pa mesto brenči od življenja, ljudi, ki hodijo po ulicah, in je ogromno prometnih zastojev.

Danes igram le malo. Nabral sem veliko iger. Običajno kupujem rabljeno. Zdaj imam manj prostega časa. Morda je to zaradi vročine, vendar se mi danes ne zdi, da bi kaj počel. In zdaj sem se preselil nazaj k mami in imam računalnik.

Rad ga imenujem Spider-man. Spider-man je iz New Yorka. Sem iz Ljubljane, torej Spider-man. V Ljubljani moramo preprečiti kriminal in pomagati ljudem v težavah,

vendar tukaj ne more biti Spider-mana, ker je New York. To sem se domislil, ko sem se pripravljaj na MondoCon. To bo julija, in obstajajo japonski kulturni programi, lahko poskusite igre, okusite hrano in kupite vse japonsko. Razen tega, kostumski program. Lahko spoznaš druge ljudi in poleg mene so še drugi, ki se oblačijo kot superjunaki ali liki njihovega izumljanja, kot jaz rad mešam. To bo konec julija in vozovnico sem že kupil. Tokrat se bom oblekel v Dead Pool, postal pa bom tudi zvezdni borec." (HiH-jeva zgodba uporabnika)

Če obstaja vir, lahko nastale slike natisnete in uporabite za ustvarjanje dnevnika ali plakata, ki prikazuje posameznikove prostočasne značilnosti. Ta proces bo pripomogel tudi k ozaveščanju in nadgradnji tega; opredelijo lahko področja, ki jih je treba izboljšati: kako želijo izboljšati svoj položaj v prostem času.

Naloga 2. Združevanje, izbira prostočasnih dejavnosti

Namen te vaje je ozaveščati o različnih vrstah prostočasnih dejavnosti in opredeliti nove priložnosti za prosti čas, ki bi lahko zanimale udeležence.

Na podlagi fotografij v skupni rabi (priporočamo uporabo vnaprej natisnjenih slik) združite skupne prostočasne dejavnosti glede na dve vrsti prostega časa.

What types of leisure time do we know?

In this training manual
we use two types of leisure:

The one-off casual leisure activity,
and the regular leisure activity.

1.1.1 One-off casual leisure activity

The casual leisure activity
is a leisure activity of short duration.
The casual leisure activity is an occasional activity.
The enjoyment of casual leisure activity
does not require any major training, skills or qualifications.

Some examples are : going to the cinema, visiting a museum, go
for a hike with friends, cook together with friends,

Mike shares Kate's story with you:

I have been Kate's local supporter
for a year.
Last week I called Kate to see
if she wanted to go to the cinema
this weekend.
We both love the cinema.



Če nadaljujete ločeno glede na obe vrsti prostega časa, izbirajte med obema skupinama, katere prostočasne dejavnosti običajno opravljata. Povejte kratko zgodbo o vsakem od njih.

V priročniku za OPP boste našli številne sorodne naloge v lahko razumljivi obliki. Razmislite, kako bi lahko te naloge prilagodili svoji ciljni skupini.

1.2.2. Raziskovanje prednosti, talentov in potreb OPP v povezavi s prostim časom

Učni izidi:

Razumevanje individualnih prednosti nam pomaga, da jih nadgradimo in podpiramo samoodločanje pri učinkovitejšem organiziranju prostega časa. Zato je bistveno, da temu delu posvetimo dovolj časa in se osredotočimo na prednosti (spretnosti, vire itd.) kot ponavljajoči se razvojni element.

Sorodne vaje:

Naloga 1. Razprava o prostočasnih okoliščinah

Prosimo jih, naj opišejo razvrščene prostočasne dejavnosti v skladu z naslednjimi vidiki:

- Povejte nam, kako ste začeli s to prostočasno dejavnostjo.
- Kako redno to počnete?
- Povejte nam za priložnost, kako izgleda. (Če je bila samo ena priložnost, potem ta priložnost?)
- Vam je kdo pomagal organizirati prostočasne dejavnosti? Če da, kdo in kaj pomaga?
- Imate pri tem partnerje? Ali lahko delite svoje izkušnje?
- Kako ste se počutili v tej situaciji?

V Priročniku 2 boste našli številne strani za pomoč, ki jih lahko uporabite za prepoznavanje prednosti. Poleg obstoječih prostočasnih dejavnosti je zelo pomembno

predeliti prednosti in potencialna področja za razvoj. Če želite skupaj prikazati trenutne prostočasne navade, priporočamo uporabo delovnih listov od strani 36 do strani 39.



Primeri vključujejo delovni list »Moj načrt podpore prijateljstvu« na strani 45 in

Naloga 2. Poiščite svoje prednosti

Vnaprej zberemo različne pozitivne lastnosti, iz katerih morate izbrati, katere so značilne za vas. V zvezi s temi lastnostmi zberimo situacije, ki so pomagale preživeti prosti čas.

delovni list "Kakšen bi bil kot moderator prostega časa" na strani 43.

Priporočamo, da to nalogo sestavite v skladu s fotografskimi zgodbami - preglejte fotografirani teden in izberite, katere dobre lastnosti so jih pomagale doseči. Pogovorite se več o tem. Nato skupaj naredite sliko moči (kolaž).

VADBENI SKLOP 1.3 - Podprto odločanje kot orodje za ustvarjanje lastnega prostega časa

Kot smo že povedali, je v mnogih primerih pri razpravi o prostočasnih dejavnostih potrebno podprto odločanje. Z metodo podprtega odločanja smo lahko prepričani, da lahko oseba s potrebami po podpori sprejema individualne odločitve in uživa v prostem času, ki si ga želi.

Podprto odločanje je treba sprejeti zelo previdno, da se zagotovi spoštovanje lastnega mnenja. Na začetku podprtega postopka odločanja je skrb za nekaj načel bistvenega

pomena. V vodniku, ki so ga pripravile individualizirane storitve Zahodne Avstralije (2018, str. 33-34), se faze podprtega odločanja razlikujejo na naslednji način:

1. Kakšna je odločitev?
2. Kdo so pravi ljudje za podporo?
3. Kdaj je pravi čas za podporo?
4. Kako naj komuniciramo o tej odločitvi?
5. Katere so prave informacije?
6. Kako vas lahko podpremo pri tehtanju odločitve?
7. Kako slišimo vašo odločitev?
8. Podpora pri ukrepanju v povezavi s sklepom

Preden sprejmemo odločitev, moramo najprej opredeliti, kakšna je obravnavana odločitev. Priporočljivo je, da se odločite za eno odločitev naenkrat, da se izognete zmedi. Zato je jasno določanje odločitve zelo pomembno.

Pri izbiri ljudi, ki pomagajo pri odločanju, je treba upoštevati naslednje dejavnike: ali je oseba prava za sprejeto odločitev, kdo je na voljo, ali lahko ustrezno oceni tveganja odločitve ter prednosti in sposobnosti osebe, na katero se nanaša odločitev.

Čas za sprejetje odločitve bi moral biti organiziran glede na želje osebe. Bistveno je, da se v prostoru odločanja počutijo varno in udobno, da se izognete motnjam, ki lahko vplivajo na proces odločanja. Zato je treba najprej razmisliti, kaj je osebi všeč, kaj ji ni všeč in kaj najbolj deluje nanje.

Četrty korak pri podprtem odločanju je komunikacija. Najprej moramo razumeti, kako oseba komunicira, da bi osebi omogočila, da izrazi svoje mnenje. Svetujemo vizualne elemente, kot so slike ali videoposnetki, ali pa osebo odpeljemo na ogled stvari, povezanih z odločitvijo.

Nato moramo ugotoviti, katere informacije so najpomembnejše v zvezi z odločitvijo in katerih podatkov je preveč za obdelavo. Na primer, omejitev možnosti na dve namesto na štiri bi lahko olajšala odločitev. To omejitev bi bilo treba oceniti z zmožnostjo osebe sprejemati informacije.

Ko so sprejeti vsi zgornji koraki, moramo osebi pomagati pretehtati odločitev. Katere dobre stvari lahko pridejo iz tega? Kakšna so tveganja? To je mogoče storiti v preprosti

primerjavi prednosti, ki se izvede na kosu papirja ali samo s pogovorom, odvisno od potreb osebe.

Naprej je potrebno poslušati in spoštovati to za kar se oseba odloči. Pomembno si je zapomniti, da je to odločitev in mora biti njihova. Če poznajo in razumejo tveganja, povezana z odločitvijo, in jo še vedno želijo sprejeti, moramo to podpreti in spoštovati. Če ljudje ne smejo delati napak, kako se lahko učijo iz njih?

Ko je odločitev sprejeta, je zadnji korak podpora osebi pri ukrepanju v zvezi z odločitvijo. To lahko pomeni pomoč pri praktičnih dogovorih, kot so organizacija taksi izletov ali iskanje voznih redov avtobusov, rezervacija sedežev v kinodvorani, rezervacija osebnega pomočnika itd.

Kako podpreti odločanje o prostem času?

Kot je bilo že opisano, bi moral biti glavni cilj vsakega podprtega dogovora o odločanju zagotoviti, da se v celoti upoštevajo stališča posameznika, ki ima težave pri odločanju. V vsakem trenutku bodo posamezniki morda potrebovali drugačno podporo pri odločanju. Posameznik ne potrebuje pomoči pri odločitvah o določenih vidikih življenja, ampak jo potrebuje za druge (Stavert 2016, 14). Z vidika prostega časa posameznik potrebuje pomoč pri razumevanju finančnih potreb hobija, vendar lahko upravlja z drugimi odločitvami v zvezi z omenjenim hobijem.

Podprto odločanje se lahko zagotovi formalno ali neformalno in ima lahko različne oblike. V določenem času bi lahko bila koristna kombinacija različnih načinov za podporo odločanju (Stavert 2016, 24).

Načela odločanja

V knjigi Supported Decision-Making: Good Practice Guide (2016, 20-24) Jill Stavert navaja naslednje vidike, ki so ključnega pomena pri zagotavljanju podpore posamezniku pri odločanju:

- 1. Vzeti si čas**
- 2. Vzpostavljajte in razvijajte odnosov**
- 3. Izobraževanje in usposabljanje**
- 4. Izbira primerne časa in okolja**
- 5. Strokovno svetovanje in informacije**

Če si vzamete čas, to pomeni, da je podprto odločanje lahko proces, ki zahteva čas in potrpljenje. Kot strokovnjak je pomembno, da se tega zavedamo in zagotovimo dovolj časa.

Grajenje in razvijanje odnosov je povezano z dejstvom, da je podprto odločanje najučinkovitejše, če se izvaja v povezavi zaupanja vrednih odnosov. Takšni odnosi zahtevajo čas in potrpljenje, da se razvijejo.

Osebe, ki sodelujejo pri omogočanju ali podpiranju odločanja, bi morale biti usposobljene in obveščene o tem, kaj je podprto odločanje. Prav tako morajo razumeti, kje in v kakšnem kontekstu je podprto odločanje ustrezno. Človekove pravice bi morale biti vodilo pri njihovem usposabljanju.

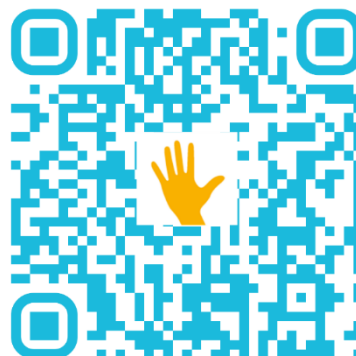
Pri izbiri ustreznega časa in okolja je treba uporabiti pristop, osredotočen na osebo, ki najbolje ustreza polni udeležbi podprtega posameznika v postopku odločanja. Na primer: oseba je lahko bolj zaskrbljena v pisarni ali v svojem domu. Lahko so tudi bolj dostopni zjutraj kot popoldne, na primer.

Peti vidik kaže, da je treba v nekaterih okoliščinah pridobiti nasvet specialista. Na primer: podprti posameznik ima lahko določeno OPP, ki na določen način prizadene podprtega posameznika, ki ga mora uspešno podprt proces odločanja upoštevati, če želi uspeti.

Tukaj smo zbrali majhno predstavitev koristnih vaj in orodij, ki se uporabljajo pri podprtem odločanju.

Našteta orodja so razvili sodelavci Helen Sanderson, podrobneje pa si jih lahko ogledate na njihovi spletni strani na <http://helensandersonassociates.co.uk/>.

Te smo spremenili v temo prostega časa.



Naloga 1. Dober dan/slab dan

To orodje za razmišljanje, osredotočeno na osebo, vam pomaga pri pogovorih o tem, kakšen je dober dan, od trenutka, ko se oseba zbudi, do takrat, ko gre v posteljo. Nato si lahko ogledate iste podrobne informacije za slab dan. To nam pomaga, da se naučimo, kaj je za osebo pomembno – kaj mora biti prisotno v njegovem dnevu in kaj se ne sme zgoditi. Po skupnem razumevanju najpomembnejših stvari v osebnih dneh je enostavno podpreti pri razmišljanju, kako bi rad preživel prosti čas.



GOOD DAY

BAD DAY



What will it take to have more good days and less bad days?

To orodje je eden od načinov učenja o tem, kaj je za osebo pomembno in kakšno podporo bodo morda potrebovali, da bi imeli dobre dni in se izognili slabim. To so informacije, ki jih potrebujemo od vseh, ki prejemajo podporo.

Naloga 2. Popoln dan in popoln teden

Orodja za popoln dan in popoln teden opisujejo idealen dan ali teden osebe, ki je praktičen in mogoč v okviru virov. To je podroben opis, kako človek želi živeti, ne pa nerealne sanje. Vključuje pomembna mesta, interese in ljudi, ki so pomembni za osebo. Uporaba orodja pomaga ljudem, da razmišljajo o tem, kako naj bi izgledalo njihovo življenje in kakšna je vloga prostočasnih dejavnosti v njihovem življenju. Je dovolj prostega časa? Ali se porabi, kot si človek želi? Je preveč dejavnosti ali pomanjkanje dejavnosti?

Perfect day		
Morning 	During the day 	Evening 

Perfect week		
Mornings 	During the day 	Evenings 
Mon		
Tues		
Wed		
Thurs		
Fri		
Sat		
Sun		

<http://helensandersonassociates.co.uk>

Naloga 3. Profil odločanja

Zgoraj opisana orodja ponujajo preprost okvir za zbiranje informacij o osebi, ki jo podpiramo. Da pa bi osebo podprli, potrebujemo tudi informacije o tem, kako želi biti podprta. Namen profila odločanja je zagotoviti jasno sliko o tem.

Postopek odločanja je razdeljen na pet delov:

1. Kako želim dobiti informacije o prostem času.
2. Kako so mi predstavljene izbire.
3. Načini, kako mi lahko pomagata razumeti
4. Kdaj je najboljši čas za sprejemanje odločitev.
5. Kdaj je napačen čas, da sprejemam odločitev.

Opisuje, kako se povezati z osebo na način, ki je zanjo smiselni. To lahko vključuje, kako želijo, da strukturirate svoj jezik, ne glede na to, ali razumejo napisane simbole, besede, slike ali morda zvočno obliko.

Decision making profile

How I like to get information	How to present choices to me	Ways you can help me understand	When is the best time for me to make decisions?	When is a bad time for me to make a decision?

MODUL 2 – Podpora socialnim interakcijam OPP v zvezi s prostim časom

Cilj tega modula

Prosti čas je prednostna naloga za razvoj socialne vključenosti (McConkey, 2011). Ponuja odlično priložnost za napredek pri širjenju naravnega podpornega okolja OPP in pomaga spoznati nove zanimive ljudi, s katerimi lahko ljudje ostanejo v stiku pozneje v življenju, tudi na drugih področjih.

Medtem ko so nam prejšnja poglavja pomagala pri iskanju interesov OPP, so nam pomagala tudi spoznati njihove prostočasne navade in navade njihovih vrstnikov. Pri tem pri svojem delu uporabljamo metodologijo podprtega odločanja. V tem poglavju želimo zagotoviti orodja za krepitev odnosa med naravnim podpornim okoljem in prostim časom. Pri tem priporočamo, kaj lahko kot strokovnjaki storimo za podporo OPP-jev. Kljub temu se sklicujemo tudi na to, kako lahko kot strokovnjaki pomagamo pri sodelovanju med lokalnimi neformalnimi podporniki in OPP-ji. Prav tako želimo pojasniti bistvo različnih vlog in kako sodelujejo, da bi učinkovito prispevale k podpiranju prostega časa: omogočiti OPP, da postanejo organizatorji prostega časa.

SKLOP USPOSABLJANJA 2.1 - Podpiranje razumevanja socialne interakcije v zvezi s prostim časom OPP

Za OPP je ena največjih ovir pomanjkanje stikov z lokalnimi skupnostmi, ki jim lahko pomagajo učinkoviteje dostopati do priložnosti lokalnih skupnosti na njihovem interesnem področju (Buttimer in Tierney, 2005; Singleton & Darcy, 2013), zlasti na področju prostega časa.

Southby (2013, 2019) poudarja, da za premagovanje ovir OPP v zvezi s socialnimi stiki potrebujejo pomoč pri zbiranju ustreznih informacij in podpiranju vključevanja v skupnost, kar običajno vključuje zanašanje predvsem na družinske ali poklicne storitve za organizacijo svojih prostočasnih izkušenj. Vendar, če lahko samo strokovnjaki pomagajo pri podpori za prosti čas, lahko sklepanje prijateljstev in razvijanje novih odnosov otežijo sklepanje prijateljstev in ustvarjanje novih odnosov. Na žalost je manj primerov, ko je na tem podpornem položaju prisoten neformalni pomočnik ali podpornik (celo prijatelj, sosed ali sodelavec) (Stancliffe et al., 2015).

Southby (2019) predlaga koncept prijateljstva kot nekakšen prehod med tako imenovano naravno podporo in strokovno podporo (Duggan & Linehan, 2013). Lokalni neformalni podpornik pomaga spodbujati vključevanje lokalne skupnosti skozi oči in vire

prebivalcev. Ta odnos je že bližje prijatelju (vloga "mostu"), kot bi ga sicer imeli s strokovnjakom.

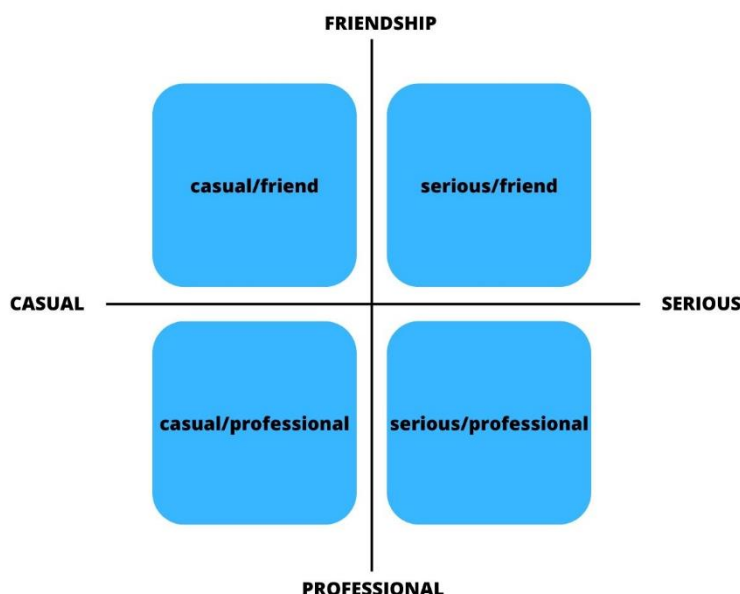
Kaj to pomeni v praksi?

Proces »prijateljstva« bistveno prispeva k učinkovitejši praksi izbrane prostočasne dejavnosti, ki gradi tudi nekakšno integracijo v celovitejšo socialno mrežo. Southby (2019) zelo dobro ponazarja, kako se poklicni odnos razlikuje od podpornika, ki lahko OPP-jem bolj neposredno pomaga pri sklepanju prijateljstev. V tem procesu opisuje podporne odnose, ki temeljijo na procesu "prijateljstva" na spektru. Na enem koncu tega spektra so odnosi, ki temeljijo na prijateljstvu in za katere je značilno predvsem pomanjkanje strukture, vzajemnosti, enakosti, partnerstva in nadzora. Sredi spektra se prostovoljni odnosi pojavljajo kot posredniki, prostovoljci pa imajo vidnejšo vlogo pri usklajevanju prostočasnih dejavnosti in srečanj. Medtem ko so na drugem koncu spektra tako imenovani formalni ("profesionalni") prijatelji, ki so bolj v vlogi skrbnika, bolj profesionalni v tem podpornem odnosu in strukturirajo obliko podpore v celoti, čeprav temelji na potrebah zadevne osebe, vendar enako temelji na osebnih preferencah. Proces "prijateljstva" je temeljnega pomena za učinkovitejše izvajanje izbire prostočasne dejavnosti, ki prav tako gradi nekakšno integracijo v celovitejšo socialno mrežo. Pri prijateljskih odnosih izkušnje kažejo, da je najbolje, če odnos temelji na vsakodnevni dejavnosti ali zanimanju (npr. prostor za prosti čas), s čimer se okrepi prirojena narava odnosa (Southby, 2019).

Obstajajo prekrivajoči se kontinuumi, v katerih je mogoče odnos, ustvarjen s prijateljstvom, organizirati glede na naslednjo delitev:

- občasno-pogosti (priložnostno-resni)
- prijateljski strokovnjak

Spodnja slika, ki jo je avtor razvil za ponazoritev tega (Southby, 2019, glej sliko 1):



1. Slika: Taksonomija prijateljstva – prostočasna udeležba odraslih z učnimi težavami (ustvaril Southby, 2019)

Prijateljstva odraslih z učnimi težavami avtorica tako razvršča v štiri prekrivajoče se skupine:

1. priložnostni/prijatelji
2. resni/prijatelji
3. resni/poklicni
4. priložnostno/poklicno (glej sliko 1.)

Te štiri vrste odnosov se lahko oblikujejo med procesom prijateljstva in za vsakega je značilen specifičen vedenjski mehanizem, kot ga je opisal avtor. V svoji študiji jih je opisal kot:

Naključna / prijateljstva so odnosi, ki so odprti, vzajemni in enaki in se ne spremljajo nenehno. Rekreativne dejavnosti trajajo razmeroma kratek čas in zahtevajo malo ali nič posebnega izobraževanja, usposabljanja ali spretnosti za uživanje. V različnem obsegu tukaj obravnavani primeri večinoma spadajo v ta kvadrant.

Resna / prijateljstva so podobno odprta in vzajemna, vendar temeljijo na dejavnosti, ki zahteva posebne spretnosti/znanja in za katero imata interes obe strani. V okviru priložnostnega/prijateljskega in resnega/prijateljskega prijateljstva se bodo prijatelji verjetno dogovorili o dejavnostih in so enako zanimive za obe strani.

Resna / poklicna prijateljstva vključujejo tudi sodelovanje v "resnih" prostočasnih dejavnostih, vendar odnos formalizira in aktivno upravlja zunanja organizacija. Odnos je

podoben mentorstvu, namen pa je olajšati doseganje osebnih ciljev s strukturirano, osebno podporo. Prijatelj je še en član negovalne ekipe in ne izvajalec nečesa drugega.

Nazadnje, **priložnostno / poklicno** prijateljstvo je formalno razmerje, podobno resnemu/poklicnemu, vendar se skupaj ukvarjata z neformalnimi prostočasnimi dejavnostmi. Ali je moč namerno dodeljena izključno prijateljem, da se olajša opolnomočenje, ali pa se vključijo tretje osebe (npr. skrbniki), da organizirajo dejavnosti za vnaprej določene cilje ali cilje.

Teorija prijateljstva ponuja priložnost za ločitev naravne podporne vloge, kot so prijatelji in družina, od plačanega poklicnega odnosa.

IZOBRAŽEVALNI SKLOP 2.2 – Podporne vloge in partnerstva

Prijateljski odnos, ki razvija vmesno povezovalno vlogo, pomaga OPP-jem, da izkusijo prostočasne dejavnosti, v katerih lahko razvijejo nova prijateljstva.

Za razvoj prostočasnih prijateljstev je značilno napredovanje iz »poklicnih« odnosov v »prijateljsko« usmerjenost, kar se ne odraža nujno v spremembi ene osebe, temveč v vrstah odnosov. To prispeva k razvoju zavezanosti bolj zavzetemu prostočasnemu delovanju ali hobiju v skladu z občasnimi prostočasnimi dejavnostmi.

V projektu ACCESS to Leisure so v procesu prijateljstva, povezanega s prostim časom, trije možni akterji, ki so zastopani v vseh treh kurikularnih enotah.

Na podlagi načel, osredotočenih na posameznika, je OPP glavni organizator prostega časa in je ob ustrezni podpori pooblaščen za sprejemanje odločitev z uporabo podprtega odločanja in metod aktivnega olajševanja. Na ta način lahko OPP igra osrednjo vlogo pri oblikovanju njihovega prostega časa.

Prepoznavamo naslednje podporne vloge za razvoj prostega časa:

Strokovno

- predvsem v vlogi ozadja
- posreduje in pomaga pri povezovanju OPP z morebitnim lokalnim neformalnim podpornikom
- strokovno pomaga pri procesu prijateljstva,
- zagotavlja občutek varnosti v ozadju v primeru kakršnega koli zastoja



Lokalni neformalni podpornik

- predvsem kot most med profesionalci in bodočimi prijatelji
- deluje kot priložnostni strokovnjak v terminologiji procesa prijateljstva
- razvija partnerstvo z OPP, pri čemer upošteva načela aktivne podpore in podprtega odločanja
- ima skupne interese z OPP
- pozna lokalne prostočasne dejavnosti in vire
- zna to znanje prenesti na OPP

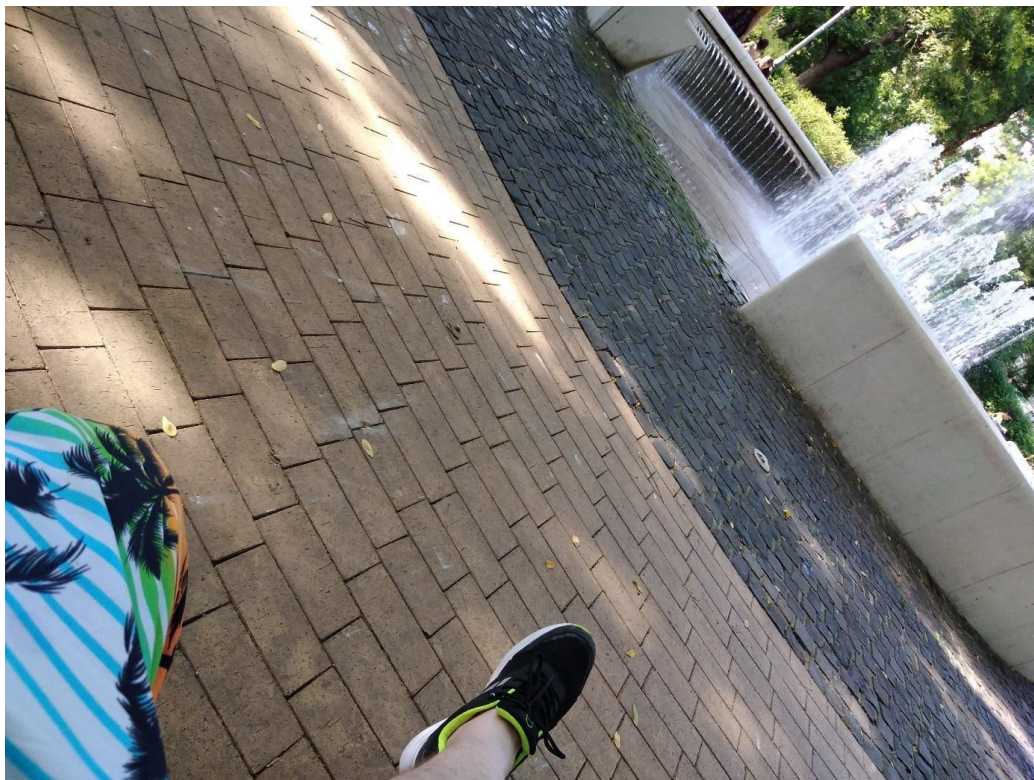


Izkušnje so pokazale, da je proces prijateljstva najuspešnejši, ko je vmesno vlogo mogoče razumeti kot nekakšno podporno vlogo partnerja. V aktivnostih, organiziranih okoli skupnih interesov, v katerih so prijatelji dobro obveščeni o učnih težavah, se zavedajo svoje vloge povezovalca in usposobljenosti za tehnike medosebne komunikacije. V tem procesu lahko strokovnjaki lokalnemu neformalnemu podporniku in OPP zagotovijo ustrezno strokovno ozadje, da ustrezno podprejo obe strani v skladu z njihovimi pričakovanji in potrebami (Bigby et al., 2014, Wistow, Perkins, Knapp, Bauer in Bonin, 2016).

VADBENI SKLOP 2.3 - Družabni stiki in prosti čas

Prostočasne dejavnosti, organizirane na podlagi skupnega interesa, so možen način za razvoj pozitivnega odnosa do prostega časa in s tem razširitev neformalne mreže stikov. Toda kako podpiramo OPP v tem procesu, je zelo pomembno. Zato so aktivna podpora, osredotočena na posameznika, ter načela in metodologija podprtega odločanja ključnega pomena v procesu prijateljstva. Poleg tega lahko OPP in lokalnemu neformalnemu moderatorju zagotovimo metode za podporo učinkovitemu sodelovanju. Preden pa se lotimo strategij, bi radi podali razvoj prijateljskega podpornega procesa z nekaterimi izbranimi zgodbami iz fotografske zgodbe OPP.

V projektu fotografska zgodba je bilo tudi poudarjeno, da je eden ključnih sprožilcev za podporo procesu prijateljstva ta, da so OPP pogosto osamljeni v prostem času, ne morejo vzpostaviti novih odnosov ali pa jih definirajo njihovi starši. Naslednja kratka zgodba odraža to situacijo.



1. foto: Vodnjak

"Na trgu Hunyadi je majhen park z igriščem in to fontano.

Včasih sem z mamo veliko prihajala sem na trg. Park je takrat izgledal drugače.

V torek smo šli po nakupih, se usedli sem na trg. Zdaj smo sedeli tukaj, ker smo imeli kaj početi. Včasih smo šli na trg Klauzala, da bi dobili svež zrak. Tokrat sem lahko občudovala,

kako lep je postal ta park. Tega še nisem videla, zato sem predlagala, da se usedemo. Moje noge so me začele malo boleti.

To je lepše od drugega parka, ima lep vodnjak. Ta mi je bolj všeč, rada bi šla še enkrat. Če bi kdo šel ven z mano, bi bilo lepo. Ampak težko je spraviti mamo ven. Prav tako bi rada šla na otok Margit, če bi lahko šla z nekom. Toda, ko si želim to, ona ne, ali obratno, to je čudno." - uporabnica storitev iz Madžarske

Kot strokovnjak upoštevajte ta povezana vprašanja:

- 1 - Imate podobne osebe? Če da, na kakšen način ste jih poskušali podpreti pri razvoju novih odnosov? Kaj je pomagalo? Na katere ovire ste naleteli?
- 2 - Povzemite metode podpore, ki ste jih uporabili in kakšen vpliv so imeli.
- 3 - Navedite druge možne razloge, situacije, ki potrjujejo potrebo po procesu prijateljstva v podpori za prosti čas OPP.

Obstaja vmesna faza v procesu prijateljstva, ko se v vsakdanjem okolju strokovnjak pojavi kot podpornik v prvi fazi in neformalni lokalni pomočnik v naslednjem koraku.



2. foto: Rojstnodnevne poslastice

"Lissa je moja skrbnica in vsako leto na moj rojstni dan me razvaja s sladoledom in kavo ali kakšno pito ... Veselim se tega trenutka. Veliko grem v restavracijo "Eki". Ne morem iti tja, ne da bi vstopila. Tja grem vsak dan; poznajo me in vedo kaj rada pijem. Včasih pojem tudi pito." - uporabnica storitve iz Belgije.

Kot strokovnjak upoštevajte ta povezana vprašanja:

- 1 - Kakšna je razlika med vlogo resnega strokovnjaka in priložnostnega strokovnjaka v življenju OPP?
- 2 - V katero kategorijo po vašem mnenju spada lokalni neformalni podpornik?
- 3 - Navedite nekatere značilnosti, ki bi lahko bile značilne za delo priložnostnega strokovnjaka.

V procesu prijateljstva je »prijateljstvo« neformalni lokalni podpornik, ki je metodološko kategoriziran kot priložnostni profesionallec.

Naslednja zgodba ponazarja vlogo neformalnega lokalnega moderatorja.



3. foto: Sobota: Na Schöcklu (gora poleg Gradca) z mojim prijateljem

"V soboto sem se s prijateljem sprehodil do križa. Brez gondole, res peš! Na vrhu sva uživala v malici, ki sva si jo res zaslužila. In uživali smo ob pogledu na čudovito panoramo. Pogled na gore, hišice v dolini - vse je izgledalo res lepo" - uporabnik iz Avstrije.

Proces prijateljstva je prilagojen potrebam, opredeljenim v naši raziskavi. Dejansko je raziskava Southbyja (2019), ki temelji na dokazih in meri vpliv procesa prijateljstva, potrdila njegovo učinkovitost. Na primer, v izvedeni študiji je bil poudarjen pomen priložnostne poklicne vloge kot mostne vloge v prostem času OPP.

Kot rezultat procesa prijateljstva so udeleženci poročali o povečanju neodvisnosti od družine in storitev, krepitvi samozavesti in izboljšanju komunikacije s prijatelji. V prijateljskem položaju so poudarili, kako pomembno je biti edina vpletena oseba, zato je aktivna podpora, osredotočena na osebo, bolj verjetno delovala v tem okolju storitev za dve osebi. Kljub priložnostnemu profesionalnemu odnosu z rezervno organizacijo so svetovalci, ki pomagajo pri tem procesu, običajno plačani za svoje delo. Kljub temu so posamezne OPP to razmerje opisale kot prijateljska zaradi njihove neformalne narave. Neformalni lokalni podpornik je v tem odnosu v povezovalni vlogi, ki lahko postane zaupna, tako lahko deli svoje misli in občutke. Primeri vprašanj podpore, ki se lahko pogosto pojavijo v tem odnosu, vključujejo upravljanje denarja, pomoč pri prevozu in načrtovanje programa za prosti čas.

Na splošno proces prijateljstva zmanjšuje pritisk na storitve, zmanjšuje ranljivost in odvisnost OPP od storitev ter učinkovito pomaga OPP razviti lokalne odnose, zaradi katerih je njihov prosti čas bolj barvit in družaben (Southby, 2019).

Strokovnjak ima tudi pomembno vlogo v ozadju v procesu prijateljstva. Pomagajo neformalnemu pomočniku in osebi OPP, da dobro deluje v svojih vlogah.

VADBENI SKLOP 2.4 - Podpora širitvi stikov za OPP

Učni izidi

Pomemben končni cilj projekta ACCESS to Leisure je, da lahko OPP z ustrezno podporo sami postanejo organizatorji prostega časa in kot izkušeni strokovnjaki pomagajo svojim vrstnikom, da to postanejo. Naslednje situacijske vaje vam bodo pomagale zagotoviti pravo podporo.

Sorodne vaje

Ta del kurikuluma je tesno povezan s priročnikom za OPP (strani: 27-47). Oglejte si te naloge in načrtujte njihovo morebitno prilagoditev.

Naloga 1. Podpora neformalnemu lokalnemu podporniku v procesu prijateljstva

Kakšne so podpirne potrebe lokalnega neformalnega podpornika pri širjenju mreže stikov?

V pogovoru z neformalnim lokalnim podpornikom skupaj raziščite, kakšno podporo potrebuje za izpolnjevanje te vloge.

Naloga 2. Podpora OPP v procesu prijateljstva

Med vsako prostočasno dejavnostjo določite, katere stike imate in kako lahko sodelujete
- z lokalnim neformalnim moderatorjem - pri razvoju novih stikov.

V priložniku 2 so ustrezni sezname opravil naslednji:

Examples of one-off leisure activity	Who did you talk to about going with you?	Who is it that went with you to this leisure time event?
1.		
2.		
3.		
4.		

Tabela. Prijatelji za enkratne priložnostne prostočasne dejavnosti (priložnik 2, str. 36)

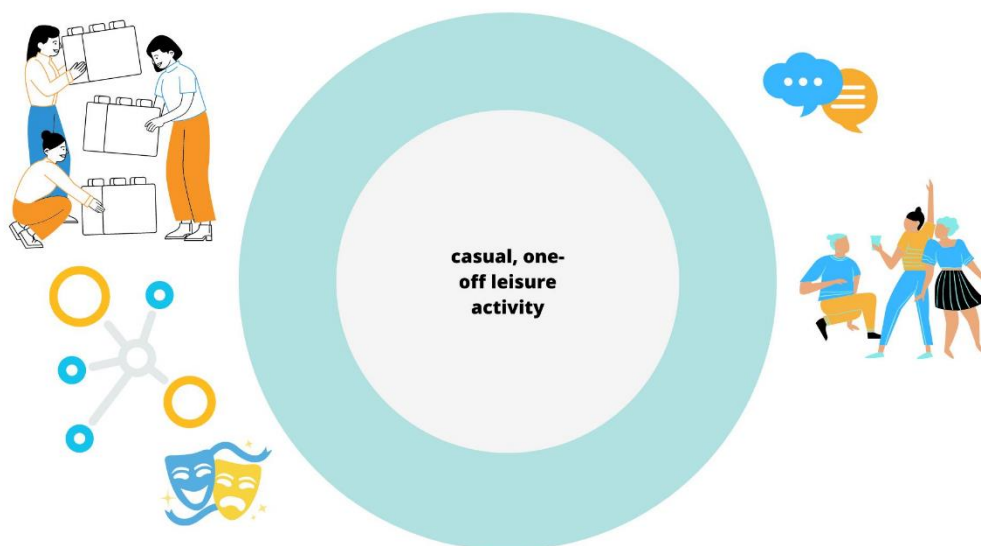


Tabela. Prijatelji za enkratne priložnostne prostočasne dejavnosti (priložnik 2, str. 37)




Examples of regular leisure activities	Who could go to a regular leisure event with you?	Who has already gone on a regular leisure activity with you?



Tabela. Prijatelji za redne prostorašne dejavnosti (priročnik 2, str. 38.)

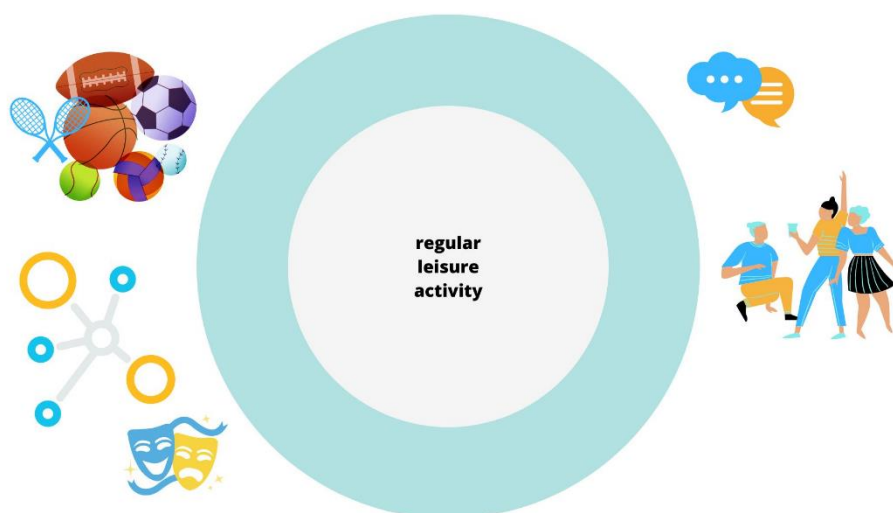


Tabela. Prijatelji za redne prostorašne dejavnosti (priročnik 2, str. 39.)

MODUL 3 – Uporaba virov za prosti čas (s posebnim poudarkom na digitalnih priložnostih)

Cilj tega modula

Medtem, ko so bile v prejšnjih poglavjih učinkovito razvite osebne moči, potrebne za organizacijo prostega časa, se je drugo poglavje osredotočilo na identifikacijo in možen razvoj obstoječih odnosov.

V tretjem poglavju vam pomagamo identificirati lokalne (spletne in nespletne) vire za izbrane prostočasne dejavnosti. Strokovnjak lahko zagotovi ustrezna orodja, cilje in didaktične nasvete, ki omogočajo postopen razvoj na področju organizacije prostega časa. V tem procesu ima lokalni neformalni podpornik bistveno vlogo: kako OPP pomagati pri učinkovitem iskanju in uporabi virov lokalnih skupnosti.

To poglavje bo zato strokovnjakom pomagalo pri podpiranju lokalnih neformalnih podpornikov in OPP pri uporabi virov za prosti čas. V tem poglavju so obravnavane naslednje teme:

V tem poglavju želimo pomagati strokovnjakom skozi tri sklope usposabljanja:

1. **VADBENI SKLOP 3.1** Kako podpreti OPP pri iskanju virov skupnosti brez povezave?
2. **VADBENI SKLOP 3.2** Kako podpreti OPP pri iskanju spletnih virov skupnosti za prosti čas?

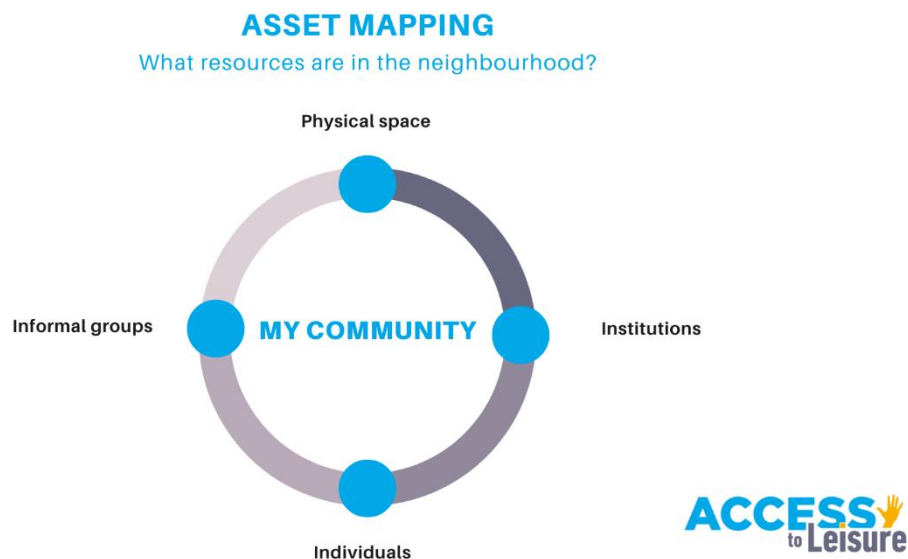
Z naslednjimi vajami želimo pomagati odkriti digitalna orodja, ki se uporabljajo na lahko razumljiv način.

IZOBRAŽEVALNI SKLOP 3.1 - Kako podpreti OPP pri iskanju virov skupnosti brez povezave z prostim časom?

Ključna vloga pri iskanju lokalnih virov zunaj spleta je olajšati sodelovanje z lokalnimi neformalnimi podporniki, katerih vloga je v skladu s konceptom dostopa do prostega časa pomagati OPP pri dostopu do pomembnih možnosti koriščenja prostega časa s čim učinkovitejšo organizacijo prostega časa.

Prvič, kaj mislimo z lokalnimi "offline" viri, ki igrajo pomembno vlogo pri organizaciji prostega časa?

Skupnostni viri (kot lokalni viri) je krovni izraz, ki se lahko uporablja za kartiranje lokalnih virov, ki so pomembni za pristočasne dejavnosti.

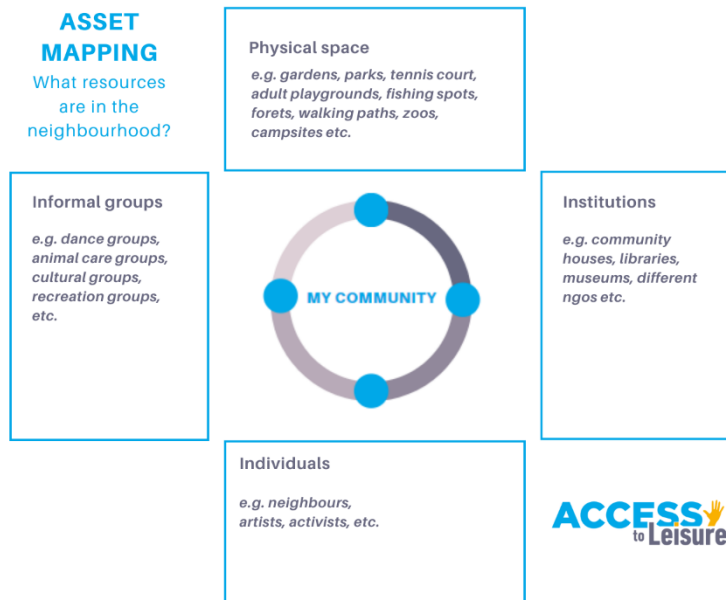


"Ko govorimo o skupnostni dobrini ali prostoru, mislimo na stavbe ali zemljišča, ki se uporabljajo za blaginjo ali družbene interese lokalne skupnosti. Ti lahko vključujejo parke in odprte zelene površine, knjižnice, kinematografe in druge kulturne prostore, bazene in druge objekte za prosti čas, skupnostne centre, mladinske centre, vrtce ali gostilne." - Opredelitev MyCommunity

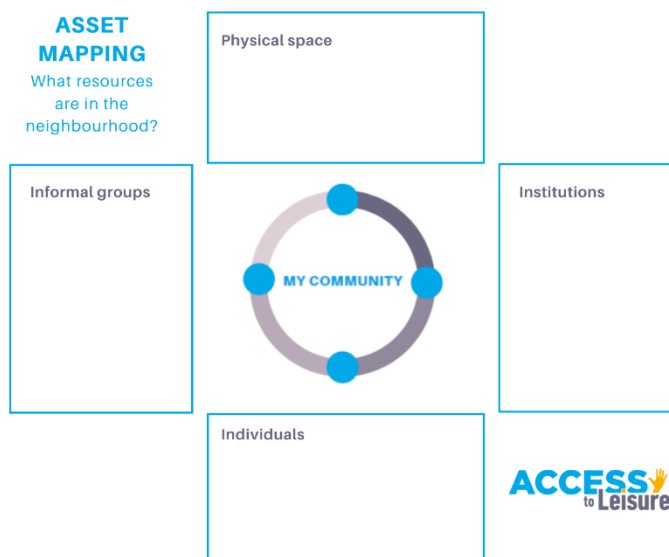
Naloga 1. Pomoč lokalnim neformalnim podpornikom pri kartiranju lokalnih sredstev

Glavni cilj v zvezi s tem je pomagati lokalnim neformalnim podpornikom, da učinkovito raziščejo lokalne vire z OPP. Tretje poglavje priročnika 4, natančneje strani 32–33, je pri tem v veliko pomoč.

Pri gradnji lokalne soseske predlagamo podporo skupnemu zbiranju na naslednjih območjih (na podlagi Duncana, 2013):



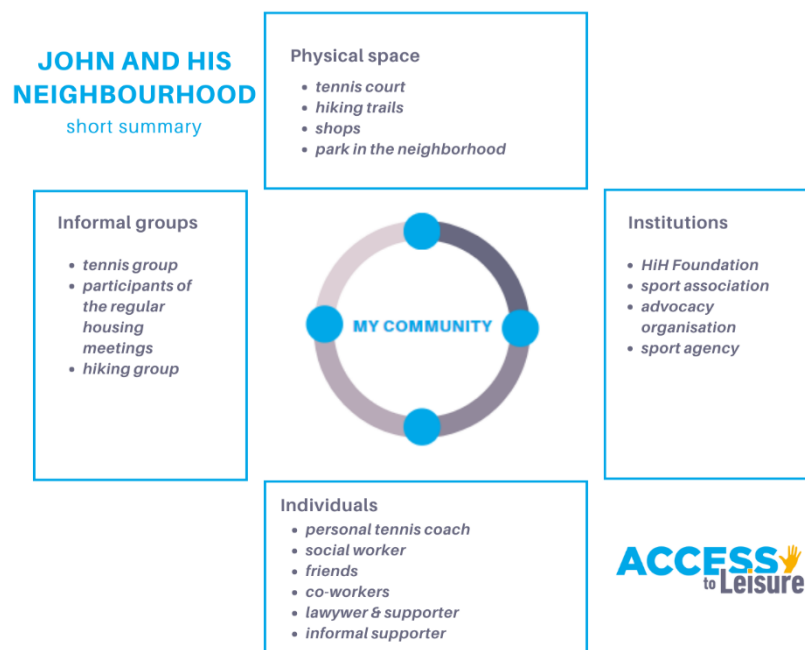
Naslednje orodje pomaga lokalnim neformalnim podpornikom kartirati lokalna sredstva skupaj z OPP. Pri tem priporočamo, da čim bolj natančno zberejo elemente, ki spadajo v vsako kategorijo (npr. specifična imena, naslovi krajev), zato se izogibajte posploševanju. Poleg tega je vredno zbrati določeno vsebino v tabelarični obliki, skupaj s kontaktnimi podatki.



Strokovnjaki bi morali imeti manjšo vlogo pri raziskovanju območja, kot sta priprava in načrtovanje postopka iskanja. Vendar bi bilo treba lokalno raziskovanje izvajati neformalno z OPP in lokalnimi neformalnimi podporniki.

Po tej vaji vam predlagamo, da razmislite, ali lahko lokalni neformalni podpornik pomaga OPP spoznati te pomembne rekreacijske vire. Priporočljivo je, da v zvezi s tem pripravite načrt odkrivanja. To lahko lokalnim neformalnim podpornikom in OPP pomaga pri razmisleku o tem, kako lahko razumevanje teh virov OPP pomaga pri organizaciji prostega časa.

Primer preslikave sredstev



Priporočljivo je, da se to pojasni veliko podrobneje, s posebnimi imeni (v skladu z vlogami), vključno s pogostostjo sestankov, prejšnjimi navadami in kontaktnimi podatki itd.

Za novo raziskana območja pa se prednostno razvrščanje izvaja skupaj z lokalnimi moderatorji in OPP.

VADBENI SKLOP 3.2 Kako podpreti OPP pri iskanju spletnih virov skupnosti za prosti čas?

Poleg osebnega "offline" raziskovanja je zelo pomembno vključiti tudi možnosti spletnega iskanja v proces organizacije prostega časa. Izpostavimo lahko pomen interneta in spletne komunikacije, ki prav tako igra bistveno vlogo pri organizaciji prostega časa. Zdaj je to široko uporabljeno orodje v življenju OPP.

V tem poglavju povzemamo pomembne vidike, povezane s spletnim iskanjem, ki lahko pomagajo lokalnim neformalnim podpornikom – pomagati OPP najti lokalne možnosti za porabo prostega časa na spletu ter pridobiti informacije in organizacijske naloge.

Zelo pomembno je, da se pomaga opredeliti, katere spletne platforme uporabljajo deležniki (vključno z iskalnimi platformami in drugimi družbenimi mediji), in jim pomagati pri uvajanju novih, uporabnih orodij. Po drugi strani pa je pomembno ozaveščati o njihovih obstoječih uporabniških navadah in ozaveščati o potrebi po zavestni in varni uporabi interneta.

Ključnega pomena je tudi personaliziran pristop k temu področju: opredeliti in raziskati obstoječe spletne navade in področja, ki jih je treba še izboljšati (na podlagi potreb, ki so jih izrazili deležniki) skupaj z OPP (Samuelson, 2018).

Da bi to naredili, je vredno ugotoviti, katere platforme so na voljo, ki delujejo v lahko razumljivem okolju in kako lahko podpremo uporabo platform, ki so že v uporabi, na lahko razumljiv način. Na ta način se lahko kot na veliko pomoč zanesemo na programsko opremo, ki jo je mogoče prilagoditi potrebam deležnikov.

Naloga 1. Iskanje v izbranem spletnem brskalniku (npr. Googlu)

Splošni cilj te naloge je pomagati lokalnim neformalnim podpornikom, da pomagajo OPP pri njihovem iskanju.

Neformalnemu lokalnemu podporniku pokažite, kako podrobno naj OPP pojasni uporabo Google. Naj navedemo konkreten primer tega.

Iskanje mesta

- Razložimo, za kaj je brskalnik (če še ni bil uporabljen).
- Pojdi na google.com stran
- Pomoč pri izbiri pravega iskalnega izraza: določena tema (npr. košarkarska skupina na vozičkih), lokacija (npr. prebivališče)
- Iz rezultatov jim pomagajmo izbrati, kateri rezultat bi lahko bil koristen
- Kliknite na izbrano spletno stran
- Pomoč pri iskanju koristnih informacij v zvezi z iskanjem na izbranem spletnem mestu

Strani 52-53 priročnika 2 vam bosta pomagali razmisliti, da je vredno pisati.

Mike want to share his own story with you,
how he searches for leisure activities online.

One day, I wanted to find a wheelchair basketball team
in my city.
I live in a town near London.
So I opened www.google.com
and entered the words
"Wheelchair basketball team London"
in the search bar.
Then I clicked on the enter button.
Now the search engine showed me
all the results found on the web.
I found the basketball club "London Titans".
It sounds really interesting.
I clicked on their website



and found all necessary informations there
to get in contact.

I have been attending basketball training for a few weeks now and it
enriches my leisure time.

If you want a more detailed tutorial on
how to search for something on the internet with search engines,
read in our toolkit chapter one.

Naslednji delovni listi vam lahko pomagajo pri organizaciji informacij:



LEISURE
Organizer

Leisure

Leisure description:

Objectives:

Action Plan:

- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓

What do you ask your local supporter for help with?

What do you ask the support professional for help with?

Povzetek

Skupaj z drugima dvema priročnikoma za usposabljanje in dvema zbirkama orodij ta učni načrt ponuja priložnost za pridobivanje spretnosti v prostočasni podpori kot strokovnjaki.

Prvi modul ponuja priložnost za podporo avtonomiji OPP pri prostočasnih dejavnostih. Kot vidite, imamo pri podpiranju samoodločbe dvojno osredotočenost; po eni strani se osredotočamo na pomoč pri samozavedanju OPP, povezano s prostim časom, po drugi strani pa izpostavljamo pomen podprtih metod odločanja.

V drugem modulu pomoči smo izpostavili pomen socialnih interakcij OPP z vidika prostega časa. Tako smo se v naslednjem poglavju osredotočili na razvoj veščin socialne interakcije. Poleg tega smo vlogo trojnega moderatorja opisali v središču priročnika in sodelovanje med njima: moderatorjem za prosti čas, so moderatorjem kot profesionalnim in drugo vlogo lokalnega moderatorja (kot povezovalno vlogo).

Tretji modul priročnika je pomagal odkriti potencialne virov skupnosti glede podpore za prosti čas OPP (s posebnim poudarkom na digitalnih priložnostih). V tem razdelku so predstavljeni načini, kako lahko strokovnjaki učinkovito podpirajo OPP pri uspešnem odkrivanju in načrtovanju prostočasnih dejavnosti v spletnem prostoru.

Kot glavni cilj projekta ACCESS to Leisure so ta tri poglavja priročnika prispevala k opolnomočenju OPP, da postanejo spodbujevalci koriščenja prostega časa v svojem življenju in življenju svojih vrstnikov z aktivno podporo, osredotočeno na posameznika. V ta namen želimo v tem procesu opolnomočenja podpirati strokovnjake kot sodelavce za prosti čas.

Viri

Atherton, H. & Crickmore, D. (2012). Učne težave: k vključevanju, 6. izdaja. *Libros de Medicina, Psicología Basica*.

Bigby, C., Frawley, P. & Ramcharan, P. (2014). Konceptualizacija vključujočih raziskav z ljudmi z motnjami v duševnem razvoju. Časopis za uporabne raziskave v motnjah v duševnem razvoju. [Letnik 27, številka 1. Posebna številka: Nove usmeritve v vključujočih raziskavah](#)

Buttimer, J. & Tierney, E. (2005). Vzorci sodelovanja v prostem času med mladostniki z blago motnjo v duševnem razvoju. [Časopis za motnje v duševnem razvoju](#) 9(1):25-42

Konvencija o pravicah invalidov (2006). Združeni narodi. <https://social.desa.un.org/issues/disability/crpd/convention-on-the-rights-of-persons-with-disabilities-crpd>

Csikszentmihályi, M. (1997). Flow – Az áramlat. *Akadémia Kiadó, Budimpešta*.

Datillo, J. (2008). Načrtovanje programov izobraževanja za prosti čas: sistematičen pristop. *Založništvo s tveganim kapitalom*.

Datillo, J. P., Rusch, F. R. (2012). Poučevanje reševanja problemov za spodbujanje samostojnega sodelovanja v prostem času. *Terapevtski rekreacijski časopis* 26(2):91-105.

Dattilo, J. P. (2013). Vključujoč prosti čas in posamezniki z motnjami v duševnem razvoju. *Vključitev* 1(1), 76-88.

Duggan, C. in Linehan, C. (2013). vloga "naravne podpore" pri spodbujanju neodvisnega življenja invalidov; pregled obstoječe literature. *Posebna številka: Motnja v duševnem razvoju in poklicna praksa v irskem kontekstu*, zvezek 41, številka 3, 199-207.

Gaál, É. (2000). A tanulásban akadályozott gyermekek az óvodában és az iskolában. V: Illyés Sándor (szerk.): Gyógypedagógiai alapismeretek. *Eötvös Loránd tudományegyetem bárczi gusztáv gyógypedagógiai főiskolai kar, Budimpešta*.

Rottmayer, J. (2006, szerk.). Inkluzív nevelés. Ajánlások tanulásban akadályozott gyermekek, tanulók kompetencia alapú fejlesztéséhez. Szövegértés-szövegalkotás. *SuliNova Közoktatás-fejlesztési és Pedagógus-továbbképzési Kht., Budimpešta*.

Singleton, J. & Darcy, S. (2013). "Kulturno življenje", invalidnost, vključenost in državljanstvo: ločevanje od prostega časa v izolaciji. *Anali raziskovanja prostega časa*. 2013. letnik 16. Št. 3. 183.

Southby, K. (2013). Socialna vključenost prek nogometnega fandoma: priložnosti za ljudi z motnjami v učenju. Letnik 16, 2013 - [Številka 10: Raznolikost, pravičnost in vključenost v šport in prosti čas](#).

Southby, K (2019). Raziskava in predlagana taksonomija prostega časa – prijateljstvo z odraslimi z učnimi težavami. *British Journal of Learning Disabilities*, letnik 47, številka 4., 223-232.

Stancliffe, R. J., Bigby, C., Balandin, S., Wilson, N. J., & Craig, D. (2015). Prehod v upokojevitost in sodelovanje v večinskih skupinah skupnosti z aktivnim mentorstvom: ocena izvedljivosti in rezultatov z ustrezno primerjalno skupino.

Stavert, J. (2016). Podprto odločanje: Vodnik po dobrih praksah. *Komisija za duševno varstvo na Škotskem*.

Stebbins, R. (2012). Zamisel o prostem času: prva načela. *New Brunswick: transakcija*.

Szekeres, Á. (2011). Enyhén értelmi fogyatékos gyermekek szociális integrációja az általános iskola 4. 5. és 6. osztályában. *Doktori disszertáció, ELTE Pedagógiai és Pszichológiai Kar, Pszichológiai Doktori Iskola, Budimpešta*.

Wistow, G, Perkins, M., Knapp, M., Bauer, A., & Bonin, E. (2016). Krogi podpore in personalizacije: raziskovanje gospodarskega primera. *J intelektualna invalidnost*. 2016 junij; 20(2):194-207.