



**Zbirka orodij za
neformalne lokalne
podpornike**



Erasmus+

2021-1-HU01-KA220-ADU-000033395

ACCESS to Leisure

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

2021-1-HU01-KA220-ADU-000033395

Sofinancirano 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 dovoljenje za uporabo, prilagajanje in distribucijo gradiva.

<https://kezenfogva.hu>

<https://www.atempo.at/>

www.facebook.com/CenterVAL

www.hubbie.brussels/nl

<https://tukena.fi/>



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

UVOD	4
<i>Cilj priročnika za usposabljanje</i>	4
<i>Informacije, specifične za invalidnost</i>	5
<i>Izrazi, uporabljeni pri osebah s posebnimi potrebami</i>	8
<i>Enake pravice</i>	18
<i>Model invalidnosti, z upoštevanjem človekovih pravic</i>	19
<i>Opredelitve pojma diskriminacije</i>	20
<i>Izrazi povezani z invalidnostjo</i>	31
<i>Opis orodij v povezavi z dostopom do prostega časa</i>	33
<i>Podpiranje samostojnosti invalidov v prostočasnih dejavnostih</i>	33
<i>Postopek odločanja</i>	33
<i>Orodje 1</i>	34
<i>Orodje 2</i>	37
<i>Neodvisni zagovornik na področju duševnega zdravja (IMCA)</i>	39
<i>Pomembno je vedeti</i>	40
<i>Orodje 3</i>	41
<i>Orodje 4</i>	46
<i>Podpiranje socialnih interakcij invalidov v prostem času</i>	50
<i>Orodje 5</i>	50
<i>Orodje 6</i>	52
<i>Orodje 7</i>	56
<i>Orodje 8</i>	58
<i>Uporaba virov za prosti čas (s posebnim poudarkom na digitalnih priložnostih)</i>	60
<i>Orodje 9</i>	60
<i>Viri</i>	62

UVOD

Cilj priročnika za usposabljanje

Vsebina priročnika so **orodja in vodnik**, ki vključuje **dragocene informacije, ki jih je potrebno upoštevati** pri sodelovanju z osebami s posebnimi potrebami (v nadaljevanju OPP), kot tudi elemente, ki pomagajo OPP sodelovati v programih lokalne skupnosti: informacije specifične za invalidnost, izrazi, ki se uporabljajo pri OPP, enake pravice, izrazi pomembni za invalide.

Neformalni člani lokalne skupnosti so člani neformalne mreže v katero so vključeni tudi invalidi in so aktivni v lokalni skupnosti (npr. sosedje, nekdanji sošolci, prijatelji, znanci, sodelavci, sodelavci iz skupin). Zbirko orodij lahko prenesejo in dostopajo do nje vsi, ki jih zanima sodelovanje z OPP v pristočasnih dejavnostih. Orodja niso odvisna od priročnika za usposabljanje, zato jih je mogoče uporabljati samostojno in zagotavljajo praktično znanje. Uporabno je tudi za ljudi, ki ne želijo postati sovoditelji prostega časa.

Zbirka orodij in vodnik vključujeta metode, ki članom lokalne skupnosti pomagajo postati prostovoljni podporniki v smislu koriščenja prostega časa OPP. Zbirka orodij je uporabna sama po sebi, neodvisno od gradiva za usposabljanje, saj na praktičen način povzema ustrezne nasvete.

O ciljni skupini: neformalni lokalni podporniki

Neformalni lokalni podporniki so člani lokalne skupnosti so **del neformalne mreže** (z računalniškimi veščinami na ravni uporabnika). Iščemo domačine, ki bodo prispevali k naravni podpori OPP pri preživljanju prostega časa.

Informacije, specifične za invalidnost

Razlaga besed

Kaj je invalidnost?

Invalidnost ni lahko prepoznavna lastnost, kot so spol, starost itd., temveč je **zapletena in dinamična interakcija** med zdravstvenim stanjem osebe in fizičnim/socialnim okoljem. Izkazala se je za zelo težko merljivo.

Slika 1



Po podatkih Svetovne zdravstvene organizacije je invalidnost krovni izraz, ki vključuje **okvare in omejitve dejavnosti**.

Okvara je težava v funkciji ali strukturi telesa;

- **omejitev dejavnosti** je težava, s katero se posameznik srečuje pri opravljanju naloge ali dejanja;
- **omejitev udeležbe** je problem, ki ga posameznik doživlja med vključevanjem v različne življenjske situacije.

Invalidnost ni le zdravstveni problem, temveč kompleksen pojav, ki se odraža v interakciji **med značilnostmi človeškega telesa in značilnostmi družbe, v kateri živi**.

V skladu z Konvencijo o pravicah invalidov so invalidne osebe opredeljene kot **"tiste osebe z dolgotrajnimi telesnimi, intelektualnimi ali senzoričnimi okvarami, ki lahko v interakciji z različnimi ovirami ovirajo njihovo polno in učinkovito udeležbo na enak način kot preostali v družbi."**

Ta opredelitev je zelo pomembna, ker preusmerja poudarek z **"invalidnosti" na funkcionalno obremenitev**, ki jo doživljajo invalidi zaradi ovir, s katerimi se soočajo v svojem okolju.

IFC opredeljuje invalidnost kot:

- nezmožnost delovanja na številnih področjih življenja,

- izgubo vida, hoje, dela,
- obiskovanja šole, dostop do socialnih storitev in številna podobna področja, ki so vključena v to opredelitev.

Slika 2



<https://www.worlddownsyndromeday.org/what-is-down-syndrome>

Kot primer lahko posameznike vprašamo o okvarah, ki lahko vključujejo izgubo vida, sluha, duševne motnje, motnje govora in jecljanje, paraliza itd.

Ocene funkcionalnih omejitev **se osredotočajo na omejitve nekaterih telesnih funkcij**, kot so:

- vid,
- hoja,
- sluh,
- govor,
- gibanje po stopnicah,
- dvigovanje ali držanje uteži,

ne glede na to, ali ima posameznik poškodbo ali ne.

Skratka, ocene omejitev dejavnosti se osredotočajo **na omejitve pri opravljanju vsakodnevnih dejavnosti**, kot sta hranjenje ali oblačenje.

Omejitve dejavnosti lahko vključujejo tudi **omejitve udeležbe v** mnogih življenjskih dejavnostih, npr. odhod ven, delo ali gospodinjstva opravila (starejši) in šolanje ali igranje z otroki.

Invalidna oseba je vsaka oseba, ki ima dolgotrajne telesne, duševne, intelektualne ali senzorične motnje, ki ji lahko v povezavi z različnimi ovirami **preprečujejo enakopravno udeležbo** v družbi. Danes je na svetu okoli 700 milijonov invalidov, zato je to

»najštevilčnejša manjšina na svetu«, ki jo še posebej prizadene naraščajoča brezposelnost.

Izraze invalidov želimo približati, saj se kljub temu, da se pogosto uporabljajo le redko popolnoma razumejo.

Ključne besede:

- invalidnost,
- invalidi.

Invalidnost je fizična ali duševna pomanjkljivost, ki omejuje osebo v **eni ali več življenjskih dejavnostih**.

Po podatkih Svetovne zdravstvene organizacije (WHO) lahko invalidnost **povzroči težave**, povezane z:

- gibanjem,
- govorom,
- pridobivanjem znanja in učenjem,
- samostojnostjo,
- družabnostjo, itd.

Invalidnost zahteva strokovno zdravstveno oskrbo. Okoli leta 1960 so se v Združenih državah Amerike začele kampanje za večjo pomoč invalidom in se razširile po vsem svetu. V mnogih državah danes obstajajo združenja, ki pomagajo olajšati življenje invalidom in jih čim bolj vključiti v družbo. Prizadevajo si za uvedbo pripomočkov za kakovostnejše in lažje življenje.

Najbolj znani so invalidski vozički, ki obstajajo že od 17. stoletja, pa tudi **posebej prilagojeni avtomobili**, telefoni, računalniki in drugi predmeti v vsakdanji uporabi. Nekateri invalidi se ukvarjajo tudi s športom, najboljši pa sodelujejo na paraolimpijskih igrah.

Težko je ugotoviti, koliko invalidov je na svetu. Ocenjuje se, da je približno **700 milijonov ljudi**.

Slika 3



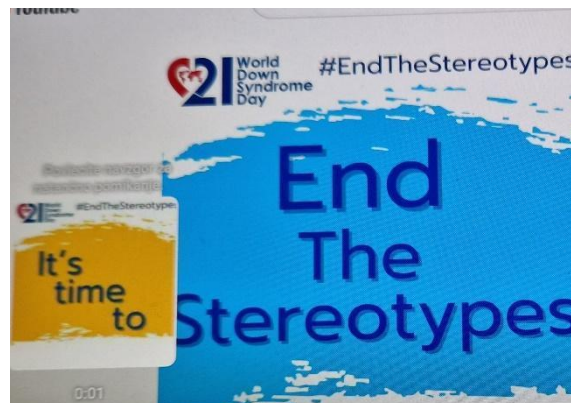
<https://www.youtube.com/watch?v=FN2UNmLzai8>

Ocenjuje se, da ima 6 milijonov britanskega prebivalstva **neko obliko invalidnosti**, vključno s paraplegiki, slepimi in slabovidnimi, ljudmi s cerebralno paralizo, gluhi in / ali nemimi ljudmi, osebami z avtizmom, s sladkorno boleznijo, multiplo sklerozo ali prirojeno napako.

Invalidnost se odraža v številnih **čustvenih, fizičnih ali duševnih težavah**:

- 5 % jih uporablja invalidski voziček,
- 55% je oseb s posebnimi potrebami,
- 20 % je senzoričnih okvar,
- 20% jih je mobilnih ali telesno prizadetih.

Slika 4



Nekateri **so se rodili** s pomankljivostmi, drugi **so jih pridobili v različnih življenjskih obdobjih**, za nekatere je stanje le **začasno**, za druge **trajno**.

Izrazi, uporabljeni pri osebah s posebnimi potrebami

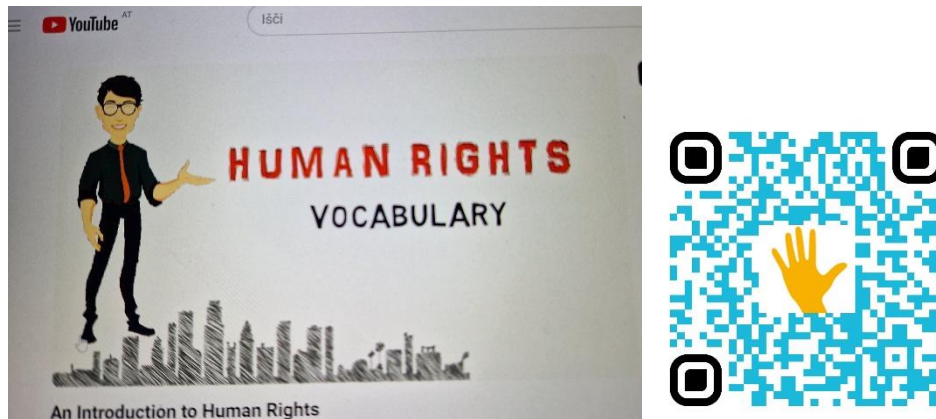
Konvencija ZN o pravicah invalidov

Za EU [je konvencija začela veljati](#) 22. januarja 2011. Vse države članice EU so podpisale in ratificirale konvencijo. Januarja 2019 je njegov izbirni protokol podpisalo in ratificiralo tudi 22 držav EU.

To pomeni, da mora vsaka država EU varovati pravice invalidov. 22 držav EU je podpisalo in ratificiralo tudi njegov izbirni protokol, ki vzpostavlja individualni pritožbeni mehanizem na Konvencijo. Evropska komisija usklajuje izvajanje Konvencije na ravni EU.

Strategija EU za pravice invalidov je narejena za obdobje 2021–2030 in zajema vsa področja Konvencije ZN.

Slika 5



https://www.youtube.com/watch?v=M_HsXzPpYCg

To je najmlajši dokument o človekovih pravicah, ki so ga **Združeni narodi sprejeli** v novem tisočletju, natančneje **leta 2006**. Kasneje so konvencijo **podpisale in ratificirale** posamezne države.

Vlade držav menijo, da je konvencija pomemben dokument pri **uresničevanju in zagotavljanju človekovih pravic invalidov**, hkrati pa močna spodbuda za vlado in družbo kot celoto, da čim prej omogoči konkretne ukrepe v skladu s svojimi gospodarskimi možnostmi:

- izobraževanje invalidov enakopravno in skupaj z drugimi državljani,
- zaposlitev,
- možnosti uveljavljanja pravice do samostojnega življenja v skupnosti,
- dostop do zdravstvenih, kulturnih in vseh drugih vsebin, če naštejemo le nekaj najpomembnejših.

Slika 6



Vključevanje invalidov

Invalidi so osebe, ki imajo **dolgotrajne** telesne, duševne, intelektualne ali senzorične motnje, ki jim lahko v interakciji z različnimi ovirami **preprečijo** polno in enakopravno udeležbo v družbi. (Konvencija o pravicah invalidov).

Z drugimi besedami, **družba je tista, ki** ustvarja invalidnost s svojo neprilagojenostjo, lahko **pa jo** tudi odstrani z

- tehničnimi prilagoditvami prostora,
- zagotavljanjem dodatkov,
- drugimi oblikami podpore.

Slika 7



Slika 8

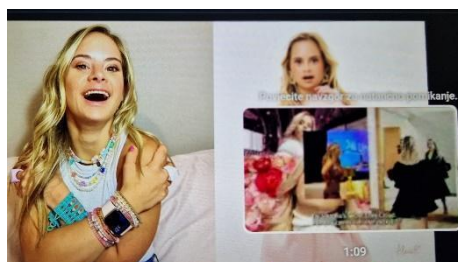


Pogosto se izraz invalid uporablja samo za ljudi s telesnimi in senzoričnimi okvarami.

Konvencija jasno navaja, da se osebe z motnjami v duševnem razvoju in osebe z duševnimi ali psihosocialnimi motnjami (osebe z duševnimi motnjami, duševnimi boleznimi ali težavami z duševnim zdravjem) štejejo za invalide.

Pred sprejetjem Konvencije o pravicah invalidov je bil splošni izraz za osebe z motnjami v duševnem razvoju oseba z duševno zaostalostjo, ki se še danes uporablja v znanstveni in strokovni literaturi. Ker ima beseda zaostanek izrazito slabšalen, ponižujoč pomen v vsakdanjem pogovoru, je vedno več zahtev, da se ta izraz nadomesti z izrazom, ki so ga ljudje sami sprejeli kot **nestigmatizirajoč** (npr. oktobra 2010 je ameriški senat sprejel zakon, ki določa, da se v vseh zveznih zakonih izraz duševna zaostalost in njeni derivati nadomestijo z izrazom motnja v duševnem razvoju).

Slika 1



<https://www.youtube.com/watch?v=3zM5XIKaqdk>

Terminologija, nomenklatura

Ustrezno naslavljanje invalidov **se nenehno spreminja**.

Po določenem času se novemu izrazu začnejo pripisovati negativne konotacije, če se hkrati ne spreminja in razvija zavest družbe, zato se to odraža v načinu naslavljanja invalidov.

V nekaterih državah **so invalidi** sprejeli izraz **invalidnost, invalidna oseba**, ker ne stigmatizirajo, nimajo negativne konotacije, ampak imajo nevtralen pomen.

Izrazi osebe s posebnimi potrebami, invalidi, so **še vedno prisotni** v medijskem prostoru številnih držav. Nekateri verjamejo, da **invalidi preveč poudarjajo** pravilen izraz, glede na to, da se družbeno sprejemljiv in nevtralen način naslavljanja tako pogosto spreminja. Vendar pa je očitno, da se naš **odnos do določene skupine ljudi že odraža v imenu, s katerim jih naslavljamo**.

Slika 10



<https://www.youtube.com/watch?v=BKrl4PO52xl>

V skladu s tem razumevanjem se neenako obravnavanje ali diskriminacija začne **že v imenu**, s katerim smo, morda nenamerno, sprva označili osebo s posebnostjo, tj. manj vrednostno, hendikepirano, ki ji nekaj manjka, in jo s tem reducirali na pomanjkanje, namesto da bi jo doživljali kot osebo, **ki ima nekaj težav, hkrati pa ima sposobnosti**, želje in potrebe, kot vsi mi. Zaradi vsega tega **je sprejet izraz invalid, za otroke pa otroci z razvojnimi težavami**.

Poleg zgoraj navedenega je priporočljivo uporabiti naslednje izraze: oseba, ki se giba s pomočjo invalidskega vozička - telesno prizadeta oseba, priklenjena na invalidski voziček namesto invalidne osebe, slabovidne osebe, oseba z okvaro sluha, oseba z mišično distrofijo, oseba z multiplo sklerozo, osebe z motnjami v duševnem razvoju (namesto duševno zaostale osebe ali duševno manjrazvite osebe, saj je izraz zaostala oseba v pogovornem jeziku dobil izredno ponižujoč pomen), osebe s psihosocialnimi motnjami namesto psihiatričnih bolnikov, duševni bolniki.

Razumna prilagoditev

Pomeni **potrebne in ustrezne** prilagoditve in prilagoditve, ki ne predstavljajo nesorazmernega ali neprimerne bremena, da se v posameznih primerih, kadar je to potrebno, zagotovi **enako uživanje ali uporaba** vseh človekovih pravic in temeljnih svoboščin na enaki podlagi kot druge (Konvencija o pravicah invalidov).

Primeri razumnih prilagoditev

- Razumna prilagoditev je **individualni ukrep**, prilagojen potrebam posameznika.
- Glede na invalidnost osebe **so lahko prilagoditve okolju različne**.

Slika 11



Za **slabovidne osebe** bo prilagoditev delovnega mesta vključevala zagotavljanje bralnika zaslona, tj. govorne enote ali tiskanje delovnih materialov v Braillovi pisavi ter pomoč pomočnika za lažjo orientacijo v novem prostoru.

Elementi prilagoditve delovnega mesta za **osebo, ki se giblje s pomočjo invalidskega vozička**, bodo vključeni prilagojen dostop do stavbe in prostorov, prilagojena stranišča, prilagojena miza ali delovno mesto, delovni pomočnik (odvisno od invalidnosti) in prevoz.

Univerzalno okolje

Univerzalno oblikovanje se nanaša na oblikovanje izdelkov, okolij, programov in storitev tako, da jih lahko v največji možni meri **uporabljajo vsi ljudje**, brez potrebe po prilagajanju ali posebnem oblikovanju. Univerzalna zasnova **ne izključuje pripomočkov** za določene skupine invalidov v primerih, ko je to potrebno. (Konvencija o pravicah invalidov).

Primeri univerzalnega oblikovanja: nizkopodni tramvaji, vlaki in avtobusi; nagnjene ploščadi namesto stopnic.

Slika 12



Univerzalno oblikovanje je oblikovanje izdelkov in okolij tako, da so čim bolj uporabni za vse ljudi, **brez prilagajanja ali posebnega oblikovanja**.

Avtorji, delovna skupina, ki jo sestavljajo arhitekti, industrijski oblikovalci, inženirji in okoljski oblikovalci, so sodelovali pri oblikovanju navedenih načel univerzalnega oblikovanja, ki naj bi služila kot **vodilo pri oblikovanju okolij, izdelkov in komunikacij**.

Načela univerzalnega oblikovanja so predstavljena na naslednji način:

- ime glavnega zavezanca,
- jedrnato in enostavno si zapomniti bistvo načela,
- opredelitev načela,
- kratek opis osnovne ideje,
- vodnik za načrtovanje,
- seznam ključnih elementov, ki jih je treba uporabiti pri načrtovanju, povezanih z določenim načelom.

Ta načela se lahko uporabljajo za:

1. ocenjevanje obstoječe zasnove,
2. kot vodilo v procesu oblikovanja,
3. pri izobraževanju oblikovalcev in potrošnikov o pomenu uporabnejših izdelkov ali okolij.

Pomembno: Ta načela univerzalnega oblikovanja veljajo samo za splošno uporabno oblikovanje, medtem ko **postopek oblikovanja** vključuje več kot le skrb za uporabnost.

Oblikovalci morajo v svoj proces oblikovanja vključiti tudi druge dejavnike, kot so:

- gospodarska donosnost,
- tehnične lastnosti,
- kulturne razlike,
- razlike med spoloma,
- in okoljska vprašanja.

Slika 2



https://www.linkedin.com/posts/shieldsjamie_mondaymotivation-diversityandinclusion-activity-7038417931159928832-imFK/

Načela univerzalnega oblikovanja zagotavljajo smernice za boljšo integracijo funkcij, ki so skupne čim večjemu številu uporabnikov. Vsa navodila morda ne veljajo za vse vrste modelov.

Ustvarjanje univerzalnih izdelkov zahteva dodatno razmišljanje in načrtovanje. Vendar pa je veliko lažje načrtovati zgodaj, kot pa poskušati naknadno opremiti nedostopen izdelek, da bi bil dostopen.

Univerzalno oblikovanje nas spodbuja, da presežemo dostopnost in zagovarjamo pristop oblikovanja za vse, katerega cilj je zadovoljiti potrebe ljudi vseh sposobnosti, starosti, spolov, kulturnih in socialno-ekonomskih okolij.

Na koncu gre pri univerzalnem oblikovanju za uporabo inteligentnih in inovativnih strategij oblikovanja, za razvoj prilagodljivih, uporabnih in intuitivnih izdelkov za vsakogar.

Dostop

Dostopnost je rezultat **uporabe tehničnih rešitev pri načrtovanju in gradnji objektov**, ki invalidnim in gibalno oviranim osebam omogočajo neoviran dostop, gibanje, bivanje in delo v teh objektih na enaki ravni kot drugim. (Iz uredbe o zagotavljanju dostopnosti objektov za invalide in osebe z omejeno mobilnostjo (Uradni list št. 78/13).

Oblike dostopnosti:

- Arhitektura - fizično (vrata, stranišča, prevoz, univerzalno oblikovanje dostopa do blaga in storitev, okolje).
- Komunikacija – obrazci dokumentov, Braillova pisava, avdio in vizualna oprema, znakovni jezik, prevajalci/tolmači, uporaba lahko berljivih dokumentov.
- Socialno - dvig ravni zavesti, odstranjevanje stigme, predsodkov in stereotipov.

Primeri vključujočega oblikovanja:

- Avtomatska vrata: avtomatska vrata so odličen primer vključujočega oblikovanja. Zasnovani so tako, da se samodejno odprejo, ko se jim nekdo približa, zaradi česar so dostopni invalidom, ki imajo težave z ročnim odpiranjem vrat.
- Programska oprema za pretvorbo besedila v govor: programska oprema za pretvorbo besedila v govor je še en primer vključujočega oblikovanja. Ta programska oprema pretvori pisno besedilo v govorjene besede, zaradi česar je dostopna ljudem z okvarami vida, ki imajo težave z branjem besedila na zaslonu.
- Rampe za invalidske vozičke: rampe za invalidske vozičke so klasičen primer vključujočega oblikovanja. Zagotavljajo dostopno pot za osebe z motnjami v gibanju in jim omogočajo dostop do stavb in drugih prostorov, ki bi bili sicer nedostopni.

Ekskluzivna zasnova:

- Ekskluzivno oblikovanje, znano tudi kot nišno ali ciljno oblikovanje, je pristop, ki se osredotoča na ustvarjanje izdelkov ali storitev za določeno skupino uporabnikov ali strank. Ta pristop pogosto vključuje prilagajanje zasnove edinstvenim potrebam in željam te skupine, včasih na račun drugih uporabnikov. Ekskluzivno oblikovanje se običajno uporablja v trženju in oglaševanju, kjer so izdelki zasnovani tako, da privlačijo določeno demografsko ali tržno skupino.

Primeri ekskluzivnega oblikovanja:

- Vrhunski športni avtomobili: vrhunski športni avtomobili so dober primer ekskluzivnega dizajna. Ti avtomobili so zasnovani tako, da pritegnejo določeno demografsko skupino kupcev, ki jih zanimajo razkošje, zmogljivost in ekskluzivnost. Pogosto so cene za večino potrošnikov nedosegljive, zaradi česar so dostopne le majhnemu delu prebivalstva.
- Oblikovalska oblačila: dizajnerska oblačila so še en primer ekskluzivnega oblikovanja. Ta oblačila so pogosto oblikovana z določenim slogom ali estetiko v mislih in se tržijo potrošnikom, ki so pripravljeni plačati veliko za blagovno znamko in dizajn.

- Zasebni klubi: zasebni klubi so primer ekskluzivnega oblikovanja v storitveni industriji. Ti klubi so zasnovani tako, da pritegnejo določeno demografsko skupino strank, ki iščejo zasebno, ekskluzivno izkušnjo. Pogosto potrebujejo članstvo ali povabilo za pridružitve, zaradi česar so dostopni samo izbrani skupini ljudi.

Sklep:

Inkluzivno oblikovanje in ekskluzivno oblikovanje sta dva pristopa, ki se razlikujeta po svojih ciljih in rezultatih. Namen vključujočega oblikovanja je ustvariti izdelke in storitve, ki so dostopni in uporabni najširšemu krogu uporabnikov, medtem ko je namen ekskluzivnega oblikovanja ustvariti izdelke ali storitve, ki so prilagojeni določeni skupini uporabnikov ali strank. Oba pristopa imata svoje mesto v oblikovanju, oblikovalci pa morajo pri ustvarjanju izdelkov in storitev uravnotežiti potrebe različnih skupin uporabnikov. Z uporabo načel vključujočega oblikovanja lahko oblikovalci ustvarijo izdelke, ki so dostopni in uporabni čim večjemu številu ljudi, hkrati pa z ekskluzivnim oblikovanjem izpolnjujejo potrebe in želje ciljnih skupin uporabnikov.

Enake pravice

Socialni model invalidnosti

Socialni model invalidnosti predpostavlja, da bo invalidnost **čim manjša z razumnimi prilagoditvami okolja in zagotavljanjem podpore za samostojno življenje in nadomestilom za kritje stroškov** okvare.

Na ta način **bi oseba**, ki se je rodila z določeno invalidnostjo ali se je pojavila v kateri koli starosti, kljub invalidnosti **ohranila človekovo dostojanstvo**, možnost samostojnega življenja in vključevanja ter zmanjšala stroške invalidnosti za družbo.

Družbeni model se kaže skozi **vključevanje ljudi v skupnost**. Poudarja, da problemi invalidov ne izhajajo iz njihove raznolikosti, temveč iz **omejitev, ki jih postavlja družba**.

Slika 14



Novi pristop je namenjen usposabljanju, normalizaciji, vključevanju in sodelovanju, pridobivanju samozavesti in samospoštovanja ter samoodločanju in samozastopanju.

Omenjeno poudarja sodelovanje pri izbiri, odločanju in prevzemanju odgovornosti vseh članov družbe, vključno z invalidi.



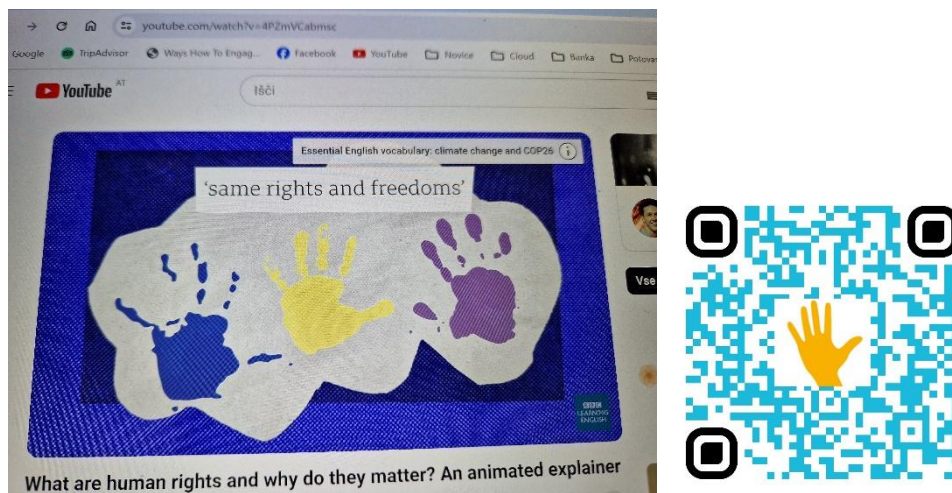
Medicinski model invalidnosti

Človekove pravice

V tem modelu se oseba z določeno okvaro **obravna kot pacient**, ki ga je treba zdraviti medicinsko, in ko se določena stopnja rehabilitacije doseže z medicinsko rehabilitacijo, je oseba dodatno oskrbljena s **pasivizacijo kot kompenzacijo**.

Model invalidnosti, z upoštevanjem človekovih pravic

Slika 3



<https://www.youtube.com/watch?v=4PZmVCabmsc>

Cilj medicinske rehabilitacije je pravzaprav **prilagoditi človeka okolju in se osredotočiti na njegove pomanjkljivosti in omejitve**, zaradi katerih ne more več opravljati določenih dejavnosti na način, kot to počnejo ljudje brez okvare. Takšen medicinski model ne upošteva dejstva, da ima oseba kljub poškodbi še vedno **določen odstotek sposobnosti oziroma sposobnosti opravljanja dejavnosti** na drugačen način kot prej.

Medicinski model invalidnost obravnava kot osebno težavo, **ki jo povzroča bolezen, poškodba ali zdravstveno stanje**, ki zahteva individualizirano zdravljenje.

Hkrati poskuša spodbuditi socialno prilagoditev posameznika in doseči pozitivne spremembe v njegovem vedenju.

Opredelitve pojma diskriminacije

Diskriminacija na podlagi invalidnosti

pomeni **vsako razlikovanje, izključitev ali omejitev** na podlagi invalidnosti, katere **namen ali učinek** je preprečiti ali izničiti priznavanje, uživanje ali uresničevanje vseh človekovih pravic in temeljnih svoboščin:

- politično,
- ekonomsko,
- socialno,
- kulturno,
- socialno,
- in katero koli drugo področje, enakopravno z drugimi.

Slika 16

Varuh opozori davčno ustanovo:
Invalidi imajo pravico,
da dobijo odločbe v obliki,
napisane na njim dostopen način.



7

KDAJ VARUH LAHKO POMAGA?



Vključuje vse oblike diskriminacije, vključno z zavrnitvijo razumne prilagoditve. (Konvencija o pravicah invalidov).

Zakoni zagotavljajo varstvo in spodbujanje enakosti kot **najvišje vrednote ustavnega reda**, ustvarjajo predpogoje za doseganje enakih možnosti in urejajo zaščito pred diskriminacijo na podlagi rase ali narodnosti ali barve kože, spola, jezika, vere, političnega ali drugega prepričanja, nacionalnega ali socialnega porekla, premoženjskega statusa, članstva v sindikatu, izobrazbe, družbenega položaja, zakonskega ali družinskega stanu, starosti, zdravstvenega stanja, invalidnosti, genetska posebnosti, spolne identitete, izražanja ali spolne usmerjenosti.

Če je oseba v manj ugodnem položaju na podlagi prvega odstavka tega člena, pa tudi osebe, ki so z njim povezane, z družinskimi ali drugimi vezmi, se šteje za diskriminacijo.

Diskriminacija se šteje tudi za postavitve osebe v neugoden položaj na podlagi napačnega prepričanja o obstoju podlage za diskriminacijo.

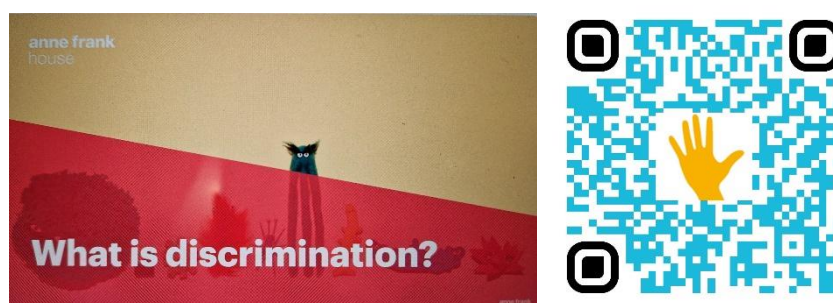
Neposredna diskriminacija

Neposredna diskriminacija je, če je oseba postavljena ali je bila postavljena ali bi lahko bila postavljena v manj ugoden položaj kot druga oseba v primerljivem položaju.



<https://www.youtube.com/watch?v=jDVYUuN1u-A>

Slika 4



<https://www.youtube.com/watch?v=I4MWVEAww2g>

Slika 18



Posredna diskriminacija

Posredna diskriminacija je, kadar navidezno nevtralna določba, merilo ali praksa postavlja ali bi lahko postavila osebe v slabši položaj v primerjavi z drugimi osebami v primerljivem položaju, razen če je takšno določbo, merilo ali prakso mogoče objektivno upravičiti z **legitimnim ciljem in so sredstva za njihovo doseganje primerna in potrebna.**

Prosti čas

Prosti čas, ki temelji na individualni izbiri, je zelo pomemben del našega življenja in pravica do njega je neodtujljiva za vsakogar, vključno z invalidi (Datillo, 2013). Prvotno je koncept prostega časa pogosto povezan s pojmi rekreacije in prostega časa. Vendar pa je Datillo (2008) jasno poudaril razmerje in možne razlike med temi izrazi, kar je pomagalo pojasniti koncept prostega časa, ki se uporablja v projektu Access +.

Slika 19

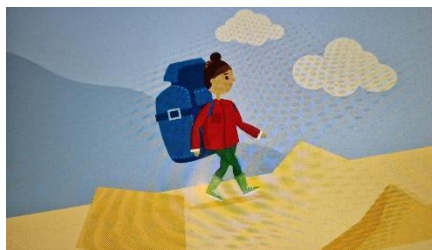


Vseživljenjsko učenje in izobraževanje

Vseživljenjsko učenje in izobraževanje postajata **bistvenega pomena na vseh področjih človekovega obstoja in delovanja**. Izobraževanje prehaja iz pretežno formalne v neformalno obliko učenja.

Še posebej pomembno je, da gre za novo filozofijo učenja in izobraževanja, ki ne temelji na prevladi izobraževanja samo v enem življenjskem obdobju, temveč na **kontinuiteti izobraževanja v vseh starostnih obdobjih**. To velja tudi za invalide, ki so v slabšem položaju kot drugi učenci. V zvezi z njihovimi izobraževalnimi potrebami so bili in še vedno obstajajo negativni odnosi, mnenja in predsodki, ki jih družba še ni premagala.

Slika 5



<https://www.youtube.com/watch?v=IV6pMObHVLA>

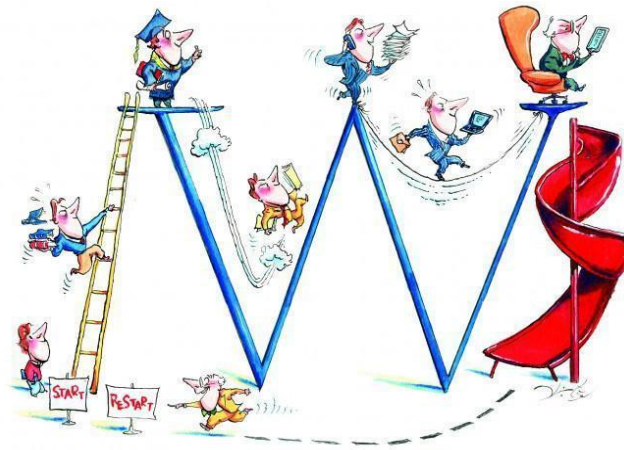
Enake možnosti za učenje in izobraževanje pomenijo kakovost življenja.

Učenje in izobraževanje oseb s posebnimi potrebami je pomemben element **preprečevanja socialne izključenosti**, ki je še vedno aktualna težava v življenju invalidov, kjer vključujemo tudi odrasle z zmernimi, hudimi in hudo motnjami v duševnem razvoju. Številni dokumenti (UNESCO, OECD itd.) so bili ratificirani v številnih državah, vendar se njihovo izvajanje še ni začelo.

OPP imajo enake učne in izobraževalne potrebe kot učenci brez invalidnosti, zato je treba področje ustrezno sistematizirati.

Tako kot drugi tudi oni potrebujejo učenje in izobraževanje skozi vse življenje, država pa je odgovorna za zagotavljanje enakih možnosti.

Slika 21



Potrebno je opredeliti osnovo in izhodišče za razmišljanje o **razvojni strategiji** vseživljenjskega učenja odraslih invalidov:

- teoretična izhodišča in filozofija fenomena vseživljenjskega učenja,
- pravne podlage, ki urejajo zagotavljanje pravic ciljne skupine,
- ureditev sistema,
- organizacijske oblike,
- programi in programiranje,
- cilji, vsebina, metode, kazalniki kakovosti,
- svetovanje, predlogi pravnih rešitev, dileme in odprta vprašanja.

Koncept enakih možnosti **je potrebno utemeljiti** kot predlog za sistematično ureditev področja vseživljenjskega učenja odraslih z invalidnostjo.

V izobraževanju odraslih se osredotočamo na **tri temeljna področja**. Razlikujemo jih glede na cilje, metode, tehnike in oblike procesa oziroma pridobivanja znanja (Jelenc, Z. in Novljan in Jelenc, D., 2000).

To so: **izobraževanje, usposabljanje in razvoj**.

Izobraževanje ima dva pomena:

- označevanje vseh vrst izobraževanja - kot tak je najširši ali krovni izraz za to dejavnost;
- identifikacijo procesov formalnega in neformalnega izobraževanja, s katerimi se pridobiva temeljno znanje in formalna izobrazba ali javno priznana kvalifikacija.

Usposabljanje je dejavnost, ki postopoma razvija določeno vedenje, znanje in veščine, ki jih mora posameznik obvladati, da lahko pravilno opravlja določene naloge in funkcije. Praviloma je poudarek na pridobivanju praktičnega znanja.

Izpopolnjevanje je dejavnost, s katero se bolj ali manj nenehno pridobivajo nova znanja in spretnosti ter s tem širijo in poglobljajo znanja, spretnosti in navade, ki jih je posameznik že pridobil.

Aktivnosti vključujejo **različna področja izobraževanja** glede na namen izobraževanja:

- splošno (osebne potrebe, poklicne potrebe);
- neformalno strožje načrtovanje, organizirane in izpeljane oblike ter neformalne oblike;
- formalno izobraževanje (izobraževanje, katerega končni cilj je formalna potrditev izobraževalnih rezultatov);
- neformalno izobraževanje (zadovoljevanje drugih izobraževalnih potreb in interesov odraslega udeleženca v izobraževanju);
- po pravni pristojnosti – izobraževanje, za katerega je pristojna šolska sfera, področje dela in drugo.

Slika 22



Vseživljenjsko učenje oseb s kompleksnimi potrebami

Načelo vseživljenjskega učenja odraslih s težkimi in kombiniranimi motnjami v duševnem razvoju zahteva kompleksen pristop in veliko ustvarjalnosti pri oblikovanju programa.

Osnova posebnega andragoškega dela temelji na načelih:

- individualizacija,
- individualna obravnava,
- interdisciplinarnost,
- celovitost obravnave,
- dejavnosti in delovna mesta,
- integracije,
- normalizacija,
- vseživljenjsko učenje.

Poleg omenjenih **andragoških načel**, kot so:

- odprtost - dostopnost,
- avtonomija udeleženca,
- prilagodljivost,
- aktualnost,
- individualnost (Bela knjiga o izobraževanju).

Spoštovanje načel pomeni **korak naprej k kakovostnemu izobraževanju in učenju**, ki temelji na predhodnem znanju in izkušnjah udeležencev v tem procesu. Upoštevanje omenjenih načel pri izobraževanju odraslih v programski in organizacijsko-izvedbeni strukturi predpostavlja opustitev shem in kalupov, ki zožujejo vzgojno-izobraževalno dejavnost po tradicionalnih pedagoško-didaktičnih in šolsko-institucionalnih shemah. **Vzpostavljene so oblike in metode**, ki temeljijo na lastni aktivnosti udeležencev, njihovem notranjem interesu in ustvarjalnem sodelovanju, ob upoštevanju optimalne mobilnosti in minljivosti v izobraževanju brez stereotipov o času, prostoru, vsebinah in oblikah.

Poudarek je na odprtosti in racionalni organizaciji izobraževalnega sistema, uresničevanju novih možnosti, kot so **izkustveno učenje, alternativni modeli poučevanja in učenja itd.**

Večjo dostopnost in prilagodljivost izobraževanja odraslih v skladu z njihovimi potrebami lahko dosežemo med drugim **z medinstitucionalno organizacijo izobraževanja**, za katero je potrebno izvajati vključenost.

Na podlagi izkušenj in teoretičnih izhodišč ni dvoma, da tudi ta skupina učencev potrebuje učne priložnosti in je do njih upravičena.

Osnovne **veščine**, ki jih razvijajo udeleženci programa v tej skupini, so:

- interakcija (člani skupine in zaposleni),
- koncentracija,
- kulturna ozaveščenost,
- sprejemanje dotika,
- samozavedanje/odkrivanje sebe in drugih,

- fine motorične sposobnosti,
- izbira in odločanje,
- gibanje,
- sporočilo,
- gradnja odnosov in raziskav.

Mnogi udeleženci s hudimi in kombiniranimi učnimi težavami potrebujejo vodenje s **fizičnim stikom, zato je sprejemanje dotika obvezno.**

Sprejemanje dotika odpira tudi nove priložnosti na številnih drugih področjih razvoja, kot so komunikacija, gradnja odnosov, zavedanje in odkrivanje. Dotik pomaga zgraditi samopodobo, ki udeležencu in mentorju / učitelju omogoča, da se počutita sprejeta. Zelo pomembno je upoštevati odločitev študenta. Enota za nadaljnje izobraževanje priporoča skrben premislek o ravnanju v situacijah, ko udeleženec sprejema odločitev.

Upoštevati je treba štiri dejavnike:

- prvi je čas - morda ni bilo dovoljeno dovolj časa;
- drug dejavnik - komunikacijske sposobnosti udeleženca;
- tretjič - situacije, v katerih obstaja tveganje za udeleženca in učitelja;
- kot zadnji dejavnik potrebuje - razmislek o resnični motivaciji učitelja.

Učitelj si mora vzeti **dovolj časa za občutljivo/senzibilizirano raziskovanje dotika** z udeležencem, da bi našel načine za ustvarjanje stika, ki je sprejemljiv za udeleženca. Mnogi imajo slabe predhodne izkušnje s fizičnim stikom.

Ko se učimo sprejemati dotik, je treba zagotoviti, da **so vsi stiki sprejemljivi in spoštljivi**, ustvariti moramo okolje in naloge, ki motivirajo posameznika, potrebno je vzeti dovolj časa in ves čas ostati popolnoma osredotočen na udeleženca, izbrati najboljši pristop za vsakega posameznika, kar pomeni pristop, ki ga udeleženec dojema kot najboljši zanj; organizirati udobno nastanitev, ki omogoča maksimalen potencial za gibanje, ki vodi do pobude ali odziva na stik; sprejemanje stika z občutkom perspektive udeleženca, pogovor z njimi o njihovih močeh in uspešnosti za izgradnjo pozitivne samopodobe, opazovanje in beleženje najboljših pristopov za analizo in dokaze o napredku.

Zavedati se moramo, da je pogoj za izvajanje pedagoško-izobraževalnih programov gradnja medsebojnih odnosov/komunikacije. Pri tem je pomembno, da **je konstrukcija vsakega medsebojnega odnosa edinstvena**, v primeru oseb s hudimi in povezanimi motnjami pa je tudi zelo zapletena.

Koristni **so različni mediji**, kot so npr. glasba, nežen dotik, interaktivna masaža, odzivno okolje in podobno.

(Allen, 2005) navaja primer učiteljeve vloge pri gradnji medsebojnega odnosa:

Cilj	Praktični primer
Zanimanje za komunikacijo	Vzemite si čas, da rečete »Pozdravljeni«.
Spoštljiva komunikacija	Usmerjanje pozornosti na udeleženca, odzivanje na njegovo komunikacijo in odločitev za komunikacijo. Zabeležite vse, kar bi lahko bil znak za odločitev (stik z očmi, pomežik itd.).
Raziskovanje interesov in nagnjenj udeleženca	Zabeležite odgovore in usmerjenost v naloge, ki so bile udeležencem všeč.
Preživljanje časa skupaj	Intenzivno delo, neposredna podpora udeležencu pri skupinskih nalogah.
Doslednost	Osebnih predmetov vedno uporabljajte v vseh situacijah kot pomoč pri identifikaciji. Vzpostavite vzajemno udobno strukturo za začetek interakcije.
Zagotoviti, da je gradnja medsebojnega odnosa zadovoljiva za vse vpletene.	Udeleženci pogosto uporabljajo neverbalne znake: smeh, ton glasu, projekcijo užitka v družbi z drugimi.

Medsebojne interakcije v skupini udeležencev določenega programa se razvijajo na dva načina, in sicer:

- z delom v parih in
- z delom v skupini.

Vsakemu posamezniku je treba dati možnost, da **se odloči in izrazi, s kom želi opraviti naloge v paru ali v skupini**. Koncentracija predstavlja naslednji ključni element pri izvajanju izobraževalnih programov. Udeležencem bi bilo treba omogočiti, da razvijejo svojo sposobnost čim večje koncentracije.

Upoštevati je treba nekatera pravila, kot so:

- zagotoviti mirno okolje/prostor,
- preprečiti prekinitve,
- zagotavljanje individualne podpore,
- posvetiti vso pozornost udeležencu,
- začeti na trenutni ravni in gradite od tam,
- uporabiti učiteljeve osebne sposobnosti za vključitev udeležencev v proces (smeh, stik z očmi, govor itd.),

- pojasniti, kaj se dogaja,
- uporabljati spodbudne besede in kretnje,
- pripraviti naloge, ki so udeležencem všeč,
- upoštevati strukture nalog, vendar z neposrednim nagovarjanjem udeležencev,
- delati z njihovim dovoljenjem,
- beležiti napredek in opraviti evalvacijo za takojšnjo prilagoditev nalog,
- vztrajati pri jasnih in doslednih priložnostih za večanje koncentracije.

Komunikacija je **najpogosteje otežena** zaradi odsotnosti verbalne komunikacije.

Čeprav vemo, da:

- je le 10% naše komunikacije verbalne (Brajša) in
- 90% je neverbalne, je naša kultura postala odvisna od verbalne komunikacije.

Pri delu z ljudmi s kompleksnimi potrebami se je zato treba zavedati, da smo pri delu s to populacijo lahko uspešni le s čim **več neverbalne, podporne in nadomestne komunikacije**. Pogosto se uporablja tudi simbolna komunikacija.

Številni udeleženci v učenju in izobraževanju imajo težave pri zaznavanju ravno zaradi omejenih komunikacijskih sposobnosti. Za te udeležence je lahko pristop eksperimentalne interakcije prva faza poti vključevanja v ta proces.

Intenzivna interakcija omogoča ustvarjanje priložnosti, v katerih se zavzamejo ustrezni položaji in razvijajo komunikacijske veščine s pripisovanjem pomena in veljavnosti vsakemu poskusu komunikacije. Udeleženec končno dobi pravico ne **le do odziva**, **temveč tudi do vodenja interakcije** z metodo komunikacije, ki jo izbere (Allen, 2005).

Slika 23



Zanimiv je tudi pristop k predmetu "**znanost in tehnologija**". Uporaba definicije znanosti, kot jo ponuja Collinsov slovar, ki opredeljuje **znanost kot sistematično preučevanje narave in obnašanja materialnega in fizičnega vesolja**, in internetni slovar Merriam-Webster, ki opredeljuje:

- znanost kot stanje znanja,
- znanje kot razlika med nevednostjo in nerazumevanjem ponuja nov in na podlagi izkušenj pri delu z udeleženci povsem logičen in uporaben pogled na to temo - z vidika učenja in izobraževanja te ciljne skupine.

Za udeležence s hujšimi in kombiniranimi invalidnostmi je študij in poznavanje vesolja povezano s situacijami, predmeti in dogodki iz lastne izkušnje. Vendar potrebujejo **podporo, usmerjanje in strukturirane učne izkušnje** v smislu interpretacije in razumevanja situacij.

Moderatorji takšnega učenja in njegove praktične uporabe bi morali zagotoviti okolje, ki je spodbudno in zahtevno, ter uporabljati strategije, ki spodbujajo udeležence, da so samozavestni pri svojem raziskovanju in eksperimentiranju.

Eden od načinov za doseganje najboljše možne vključenosti v učenje in izobraževanje v smislu povezovanja z drugimi je projektno učenje, v katerem vsak od sodelujočih članov (organizacij) prevzame svoj del nalog, po zaključku dela pa pride do skupnega poenotenja in skupnega vrednotenja rezultatov projekta.

Izrazi povezani z invalidnostjo

Definicija

V **Konvenciji ZN** o pravicah invalidov so invalidne osebe opredeljene kot osebe, "ki imajo dolgotrajne telesne, duševne, intelektualne ali senzorične okvare, ki jim lahko v **interakciji z različnimi ovirami** preprečijo polno in učinkovito udeležbo v družbi na enaki podlagi z drugimi".

Približno **87 milijonov ljudi v EU** živi z neko obliko invalidnosti. Številni invalidi v Evropi nimajo enakih življenjskih možnosti kot drugi. Vse šole, delovna mesta, infrastruktura, izdelki, storitve in informacije jim niso na voljo. Včasih se z njimi ravna slabo in nepravilno.

Slika 24



Izzivi

- Le polovica zaposlenih je invalidov, med neinvalidnimi pa kar tri četrtine.
- 28,4 % invalidov je izpostavljenih tveganju revščine ali socialne izključenosti v primerjavi s 17,8 % neinvalidov.
- Samo 29,4% invalidov dobi visokošolsko izobrazbo v primerjavi s 43,8% neinvalidov.
- 52 % invalidov se počuti diskriminiranih.

Enakost

"Enakost je ustavno razglašeno načelo, po katerem so ljudje enaki v pravicah in dolžnostih, ne glede na razlike v narodnosti, rasi, veri, spolu, jeziku, izobrazbi, političnem in drugih prepričanjih, finančnem statusu, družbenem položaju ali kakršnih koli drugih

osebnih okoliščinah. To načelo zavezuje zakonodajalca, ko izdaja zakon, ter sodne in upravne organe, ko uveljavljajo pravo« (Leksikon Cankarjeve Založbe, 2000, str. 247).

Socialna vključenost

Način, kako je družba organizirana za podporo invalidom, pogosto pomeni, da ne morejo v celoti uživati svojih človekovih pravic in da so socialno izključeni. Eden od strateških ciljev, ki si jih je Evropska unija zastavila v 21. stoletju, je boj proti socialni izključenosti. Invalidi nimajo enakih možnosti kot drugi državljani. Tudi če so jim z zakonodajo zagotovljene socialne pravice, jim ni vedno zagotovljena pravica do enakopravne udeležbe, zato jih obravnavamo kot družbeno skupino med izključenimi družbenimi skupinami. Cilj socialne vključenosti bi moral biti poudarjanje pravic posameznika - državljana, invalidov, in ne zaščita ranljivih, šibkejših. Ustvariti je treba priložnosti za aktivno vključevanje invalidov v družbeno življenje. **Ne bi jih obravnavali kot problem, ampak kot ljudi z lastnimi pravicami.** Politika zaščite invalidov mora biti usmerjena v ustvarjanje priložnosti za enako delo in enako obravnavo pri izbiri izobrazbe, poklica, zaposlitve in napredovanja v poklicni karieri.

Najboljša zaščita pred socialno izključenostjo je zaposlovanje.

Opredelitev vključitve

V kontekstu vključevanja je dobro poznati še nekaj definicij učenja, ki s svojo dikcijo podpirajo tezo, da je vključenost kompleksen družbeni koncept, podpirajo pa tudi utemeljitev zahteve po takšni obravnavi ljudi, tako v šolskem procesu kot na drugih področjih življenja in v vseh obdobjih.

Opis orodij v povezavi z dostopom do prostega časa

Podpiranje samostojnosti invalidov v prostočasnih dejavnostih

Postopek odločanja

Zakon o duševnih sposobnostih (duševnem zdravju) iz leta 2005 zagotavlja nasvete in praktične načine za omogočanje odločanja na vseh stopnjah.

Včasih je sposobnost odločanja osebe podcenjena. To je zato, ker je načrtovanje, izbira in nakup ali sklepanje pogodb s formalnim sporazumom precej zapleteno za vsakogar od nas, ne le za nekoga z učnimi težavami. Pomislite na obrazce in drobni tisk. Dokler resnično ne razumete, kaj pomeni letna odstotna stopnja ali kako se izračuna? Kakšna je razlika med zavezo in služnostjo?

Čeprav so transakcije lahko finančno ali pravno zapletene, večina od nas ve, kaj počnemo in česa ne želimo, vendar potrebujemo pomoč ali nasvet z najboljšim načinom za to in nekom, ki bo preveril podrobnosti za nas.

Pet načel Zakona o duševnih sposobnostih iz leta 2005

Zakon določa pet "zakonskih načel" - vrednote, na katerih temelji zakon.

Zakon naj bi omogočal in podpiral ljudi, ki nimajo zmogljivosti, ne pa da bi omejeval ali nadzoroval njihovo življenje.

Njegov cilj je zaščititi ljudi, ki nimajo sposobnosti sprejemanja določenih odločitev, pa tudi povečati njihovo sposobnost sprejemanja odločitev ali sodelovanja pri odločanju, kolikor so to sposobni.

Pet zakonskih načel je:

- Za osebo je treba domnevati, da je poslovno sposobna, razen če se ugotovi, da ni sposobna.
- Oseba se ne sme obravnavati kot nesposobna za odločanje, razen če so bili vsi izvedljivi ukrepi, ki so ji pomagali pri tem, sprejeti brez uspeha.
- Oseba ne sme biti obravnavana kot nesposobna za odločitev samo zato, ker je sprejela nespametno odločitev.
- Dejanje ali odločitev, sprejeta v skladu s tem zakonom za ali v imenu osebe, ki ni sposobna, mora biti storjena ali sprejeta v njenem najboljšem interesu.

- Preden je dejanje storjeno ali odločitev sprejeta, je treba razmisliti o tem, kaj najmanj omejuje pravice in svobodo delovanja osebe.

Vrsta podpore, ki jo bodo ljudje morda potrebovali, da bi jim pomagali pri odločitvi, je različna. Odvisna je od osebnih okoliščin, vrste odločitve, ki jo je treba sprejeti, in časa, ki je na voljo za odločitev.

Vključuje lahko:

- uporabo drugačne oblike komunikacije (na primer neverbalne),
- zagotavljanje informacij v dostopnejši obliki (na primer fotografije, risbe ali trakovi),
- zdravljenje zdravstvenega stanja, ki lahko vpliva na sposobnost osebe,
- ali program za izboljšanje sposobnost
- i osebe za sprejemanje določenih odločitev (na primer učenje novih veščin).

Orodje 1

<p>Ime orodja</p> <ul style="list-style-type: none"> • Splet socialne vključenosti
<p>Glavne teme/obravnavane teme</p> <ul style="list-style-type: none"> • Socialni odnosi in povezanost • Podpora in usmerjanje lokalnih podpornikov
<p>Cilji in namen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pomagajte lokalnim neformalnim podpornikom razumeti družbeno razsežnost prostega časa. • Razumevanje različnih ravni podpore in vodenja v krogu podpore. • Razumevanje izrazite razlike med poklicnimi, lokalnimi neformalnimi podporniki in družino ter kako ima vsak od teh akterjev drugačno vlogo in veščine pri soomogočanju prostega časa.
<p>Potrebna oprema</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spletni dostop do spletne platforme za vključevanje (inclusionweb.be). • To vajo je mogoče izvesti tudi brez povezave. V tem primeru bi bila potrebna oprema natisnjena različica te vključitve na papirju A3. Poleg tega boste potrebovali več samolepilnih nalepk in svinčnik za ustvarjanje kartic, ki predstavljajo različne ljudi v družbenem krogu udeležencev.
<p>Trajanje dejavnosti (če je ustrezno)</p> <ul style="list-style-type: none"> • 15 minut za dokončanje družabnega spleta, • 10 minut za razpravo s OPP in lokalnim neformalnim podpornikom za razpravo

o različnih ravneh in odnosih znotraj kroga.

Podroben opis orodja ali dejavnosti:

- OPP in lokalni podporniki vajo izvajajo skupaj. Vaja se izvaja na OPP (kot tema družbenega spleta) s pomočjo lokalnega podpornika. Lokalni podpornik pomaga identificirati in pozicionirati ustrezne akterje na družbenem spletu. Pri vodenju tega procesa lokalni informator ne sme preveč vplivati na proces. Vaja si prizadeva opozoriti na naravo vsakega družbenega odnosa na spletu in vlogo lokalnega neformalnega podpornika v tem spletu.
- Vključujoča mreža vsebuje 4 plasti, ki razlikujejo med različnimi stopnjami povezanosti (krog intimnosti, krog prijateljstva, krog sodelovanja, krog izmenjave) in 7 segmentov, ki razlikujejo med različnimi vidiki življenja (družina, izobraževanje, skupnost, prosti čas, življenjski slog, internet, skrb, ideologija/religija/pogled na svet).

Priprava

- Zagotovite dostop do digitalne platforme platinclusionweb.be ali pa natisnite ali narišite vključitveni splet na papir A3.
- Naredite pare po dva (možne so tudi večje skupine). Prepričajte se, da je vsaj 1 lokalni neformalni podpornik in 1 OPP.

Izvajanje

- Izberete lahko sliko o tem, o kom govori splet za vključitev (na spletu).
- Vnesete vse različne 'stike' okoli OPP. To je lahko tudi žival ali kraj (družina, prijatelji, sodelavci, strokovnjaki, lokalni podporniki, znanci).
- Dajte različnim igralcem ime.
- Preverite, ali je stik živ ali ne.
- Iskanje ikone, ki se ujema s stikom (v spletu).
- Navedite, kakšno podporo prejme od stika.
- Pogovorite se, kakšna je narava odnosa.
- Oglejte si, kako intenziven je odnos s stikom.
- Na koncu lahko dodate tudi komentar za vsak stik.

Sredstva

- Povezava do inclusionweb.be
- Ali pa dostop do dokumenta družabnega spletnega kroga za tiskanje.

Izbira

vrst orodij, ki jih boste uporabljali.

Faze načrtovanja

Lahko se postavijo vprašanja o sposobnosti osebe, da se odloči med različnimi možnostmi, celo pred vprašanjem, ali je sposobna tvegati.

Odločitev o tem, kaj boste uporabili, bo za kogar koli od nas običajno precej zapletena. Obstaja tisto, kar želite, kaj si lahko privoščite, kar je realno in »izvedljivo«. Če ste na ugodnostih in potrebujete podporo, se lahko obseg izbire zdi precej omejen in težko je priti do odločitve.

Na naslednji strani je ponazoritev procesa odločanja. Mikavno je misliti, da bi morala obstajati preprosta logika korak za korakom - tako imenovani "zemljevid potovanja stranke", vendar je v resnici bolj zapleten. Predstavljajte si, da se za finančno odločitev, ki jo dvignete na telefon, da poiščete pomoč, soočite z zaporedjem naročenih korakov z avtomatiziranim odzivom, ki želi, da izberete med naslednjimi možnostmi, vendar nima zelene možnosti. Če imate srečo, se lahko "pogovarjate s svetovalcem".

Nekdo, ki lahko razume vaše okoliščine, želje, potrebe in lahko začne oblikovati možne izbire.

Poglejmo možno vsebino načrta nekoga in kaj je vanj vključeno. Začeti se mora s tem, kar oseba želi, in nato začrtati pot do najboljšega rezultata. To je nekaj, kar ustreza računu in je "izvedljivo".

Pomoč pri načrtovanju, kje in kako živite, je treba opraviti po načelu najboljšega interesa Zakona o duševnih sposobnostih, v primeru nesoglasij o priporočenih najboljših možnostih pa bo morda treba organizirati "sestaneke v najboljšem interesu", da bi dosegli dogovor.

Sprejemanje odločitev v najboljšem interesu osebe.

Vsaka oseba, ki je vključena v podporo OPP in nima zmogljivosti, mora zagotoviti, da se vodi evidenca o postopku ugotavljanja najboljšega interesa te osebe za vsako zadevno odločitev, pri čemer je navedeno:

- Kako je bila sprejeta odločitev o najboljšem interesu osebe
- Kakšni so bili razlogi za sprejetje odločitve
- S kom so se posvetovali za pomoč pri ugotavljanju najboljših interesov
- Kateri posebni dejavniki so bili upoštevani

Ta zapis mora ostati v datoteki osebe.

Če nekdo želi izpodbijati sklep odločevalca, obstaja več možnosti:

- vključite odvetnika, ki bo deloval v imenu osebe,
- pridobite drugo mnenje,
- organizirajte uradno ali neformalno konferenco o primeru "najboljšega interesa",
- poskusite z neko obliko mediacije,
- vložite pritožbo prek formalnih postopkov organizacije.

Če so vsi drugi poskusi rešitve spora neuspešni, bo sodišče za zaščito morda moralo odločiti, kaj je v najboljšem interesu osebe.

Orodje 2

<p>Ime orodja</p> <p>Analiza polja sil v prostem času</p>
<p>Glavne teme/obravnavane teme</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sodelovanje na podlagi moči • Samoodločbe • Notranje in zunanje sile rasti
<p>Cilji in namen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pomagajte lokalnim neformalnim podpornikom prepoznati različne dejavnike in / ali pogoje, ki olajšujejo ali ovirajo dostop do prostega časa za invalide
<p>Potrebna oprema</p> <ul style="list-style-type: none"> • Velik papir ali tabla. • Pisala ali markerji (neobvezno: samolepilni listi). Ker bo več udeležencev delalo v istem polju sile, boste potrebovali samolepilna lepila ali označevalce različnih barv.
<p>Trajanje dejavnosti (če je ustrezno)</p> <ul style="list-style-type: none"> • 20 minut
<p>Podroben opis orodja ali dejavnosti:</p> <ul style="list-style-type: none"> • OPP in lokalni podporniki vajo izvajajo skupaj. Vsak udeleženec mora deliti prostočasno dejavnost, ki jo je pred kratkim opravil. Po tem morajo prepoznati različne notranje in zunanje sile v igri, ki zavirajo ali olajšujejo to dejavnost. Udeleženci izmenično izvajajo analizo na sebi tako, da v vsako kategorijo polja sile nalepijo samolepilni listek (svoje barve).

Priprava

- Velik papir ali tabla mora predstavljati polje sile udeležencev. Da bi prihranili čas, mora biti to polje sil že pripravljeno. Razdeliti ga je treba v štiri kategorije; pozitivne notranje sile, negativne notranje sile, pozitivne zunanje sile in negativne zunanje sile. Te različne kategorije morajo imeti ustrezno ikono za vizualizacijo različnih sil.

Izvajanje

- Začnite s kratko razlago polja sile. Navedite osebni primer ali primer študije primera.
- Razdelite udeležence v skupine po 4 ali 5 in vsaki skupini dajte velik papir ali tablo z vnaprej narisanim poljem sil.
- Udeleženci si med seboj delijo prostočasno dejavnost, ki so jo pred kratkim izvajali.
- Ko si vsi delijo eno prostočasno dejavnost, mora vsaka oseba izmenično opraviti analizo te dejavnosti; prepoznavanje pozitivnih notranjih sil (npr. osebnost, sposobnosti, znanje, motivacija), negativnih notranjih sil (osebnost, zmožnosti, znanje, motivacija), pozitivnih zunanjih sil (prijatelji, družina, viri, objekti) in negativnih zunanjih sil (prijatelji, družina, viri, objekti).
- Različne skupine vrnejo plenarni krog in delijo eno silo na osebo vsem udeležencem.

Sredstva

- Povezava do inclusionweb.be
- Druga možnost je, da dostopate do dokumenta družabnega spletnega kroga za tiskanje.

Neodvisni zagovornik na področju duševnega zdravja (IMCA)

V skladu z zakonom je bila ustanovljena neodvisna služba za zagovornike na področju oseb z motnjami v duševnem razvoju. Namen storitve IMCA je pomagati posebej ranljivim ljudem, ki niso sposobni sprejemati pomembnih odločitev o resnem zdravljenju in spremembi bivanja, ter tistim, ki nimajo družine ali prijateljev, s katerimi bi se bilo primerno posvetovati o teh odločitvah. Služba IMCA bo sodelovala in podpirala ljudi, ki nimajo zmogljivosti, in zastopala njihova stališča tam, kjer uresničujejo njihove najboljše interese.

Pomembno je vedeti

Pomemben slovar povezan s OPP, pomaga povzeti vse uporabne izraze, ki jih lahko razumejo in uporabljajo prostovoljci.



Več o tem preberite tukaj: <https://www.inclusion-europe.eu/>

Orodje 3

<p>Ime orodja</p> <p>Uvajalna vaja lokalnega neformalnega podpornika in OPP</p>
<p>Glavne teme/obravnavane teme</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sodelovanje na podlagi moči • Družabna povezava
<p>Cilji in namen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zagotoviti, da imajo lokalni neformalni podporniki sredstva za spoznavanje in povezovanje z invalidi kot močno podlago za sodelovanje, ki temelji na moči
<p>Potrebna oprema</p> <ul style="list-style-type: none"> • Seznam vprašanj
<p>Trajanje dejavnosti (če je ustrezno)</p> <ul style="list-style-type: none"> • 15 minut
<p>Podroben opis orodja ali dejavnosti:</p> <p>Da bi uresničili sodelovanje med lokalnimi podporniki in OPP, ki temelji na moči, je ključnega pomena, da med obema akterjema obstaja močna osnova zaupanja in domačnosti. Kot je poudarjeno v priročniku, lahko lokalni neformalni podpornik ponudi dragoceno naravno podporno vlogo, kot so prijatelji in družina, kar se bistveno razlikuje od plačanih poklicnih odnosov. Da bi spodbudili ta proces "prijateljstva" (Southby, 2019), to orodje ponuja različna uvodna vprašanja.</p> <p>Pripravka</p> <ul style="list-style-type: none"> • Razdelite skupino v pare (en lokalni podpornik in en OPP) <p>Izvajanje</p> <p>OSEBNI RAZVOJ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kakšni so vaši talenti? • Za kaj dobiš komplimente? • Kaj že počnete v prostem času (hobi, šport ...)? • Kako gre to? • Ali obstaja nekdo, ki vas podpira pri razvoju vaših talentov? • Kaj ste imeli kot hobi? • Je bil nekdo, ki vas je pri tem dodatno podprl? • Zakaj ste to nehali?

- Kaj lahko storite sami?
- Pri čem potrebujete pomoč in podporo?
- Kaj vam je težko narediti sam?

SAMORAZVOJ

- Kaj vas osrečuje?
- Kdaj želite nekaj narediti (vikend, teden, dan, večer ...)? Ali je to izvedljivo?
- Ali boste delali čez dan? Kdaj boste doma? ...
- Kako pogosto želite nekaj narediti (tedensko, mesečno, občasno ...)?
- V kakšnem polmeru od tega, kjer živite, želite nekaj početi?

MEDOSEBNI ODNOSI

- Kaj se vam zdi najpomembnejše: spoznati ljudi in se pogovarjati, biti sposoben nekaj narediti sam, se naučiti nekaj novega, narediti nekaj, kar že lahko naredite ...?
- Se hitro sprostite v novem okolju?
- Kako se spoznate z novimi ljudmi? Ali zlahka vzpostavite stik, ali čakate, da se kdo pogovarja z vami, ste zelo nervozni ...?
- Koga lahko prosite, da nekaj počne z vami v prostem času?

SOCIALNA VKLJUČENOST

- Kako se premikate?
- Ali prideš ven sam?
- Kakšen prevoz pogosto uporabljate?
- Ali obstaja nekdo, ki ga lahko pokličete, da vas nekam odpelje?
- Ali se zlahka naučite poti zunaj, ko ste jo že prepotovali z nekom?

ČUSTVENO DOBRO POČUTJE

- Kako vidite sebe: tiho, aktivnega, atletskega, družabnega, samostojnega, ustvarjalnega, natančnega, radovednega, veselega, žalostnega, rad je v zaprtih prostorih, rad je na prostem, ne more / ne prenaša gneče, vztrajen, zlahka obupa, potrpežljiv, hitro se naveliča stvari, hitro se izogne nečemu novemu, počaka in pogleda?
- Kaj se vam zdi dolgočasno?
- Kaj te jezi?
- Česa se bojiš?

MATERIALNA BLAGINJA

- Kakšen je proračun, ki ga lahko / boste dodelili za prostočasno dejavnost?
- Kakšno opremo / opremo boste po vašem mnenju potrebovali za hobi, ki ga izberete? Ali že imate kakšen material/opremo?

Sredstva

- Povezava do inclusionweb.be
- Druga možnost je, da dostopate do dokumenta družabnega spletnega kroga za tiskanje.

Načini komuniciranja

KAJ JE ENOSTAVNO BRANJE?

Te knjige in časopise imenujemo enostavno branje, ki jih je lažje brati in razumeti.

Slika 25



<https://www.learningdisabilities.org.uk/learning-disabilities/a-to-z/e/easy-read>

Vsi državljani Evropske unije imajo demokratično pravico do udeležbe v družbenem in gospodarskem življenju družbe, v kateri živijo. Dostop do informacij o družbeni kulturi, literaturi, zakonih, lokalnih in nacionalnih politikah in etosu je bistvenega pomena za udeležbo v vsakdanjem življenju. Samo obveščeni državljani lahko vplivajo na odločitve, ki vplivajo na njihovo življenje in življenje njihovih družin in jih spremljajo.

To prav tako zahteva informacije o politikah in delu Evropske unije, katere vpliv na življenje njenih državljanov se povečuje. Poleg tega nova informacijska družba zahteva informacije kot bistven pogoj za razumevanje in uporabo informacijskih sistemov, ki se

razvijajo danes. Vendar pa sedanje strukture onemogočajo dostop do informacij velikemu številu ljudi z omejenimi veščinami branja, pisanja ali razumevanja.

- Novice in kultura so za vse ljudi.
- Predstaviti jih je treba tako, da jih vsi razumemo.
- Razumeti jih morajo tudi ljudje, ki imajo težave z branjem.

ZA KOGA JE TO ENOSTAVNO BRANJE?

Mnogim ljudem je težko brati. Nekatere se je težje naučiti. Drugi jezika ne poznajo dobro. Ljudje težje berejo, ko se staramo.

Mnogim ljudem je težko brati. Nekaterim se je težje naučiti. Drugi jezika ne poznajo dobro. Ljudje težje berejo, ko se starajo.

Vsakdo ima lahko koristi od branja.

Razlogi, zakaj se ljudje borijo s pismenostjo in razumevanjem, so različni, prizadeti pa so:

- osebe s posebnimi potrebami, osebe z nizko stopnjo izobrazbe,
- ljudje s socialnimi težavami in priseljenci, katerih materni jezik ni uradni jezik države, v kateri so se naselili.

Standardna pravila o izenačevanju možnosti invalidom zahtevajo, da vlade zagotovijo dostop do vseh javnih informacij in dokumentov, ki jih potrebujejo različne ciljne skupine. Prav tako bi morali spodbujati medije, da postanejo dostopni in dostopni vsem. Na žalost je bilo storjenega malo.

Zato je evropsko združenje "ILSMH" izvedlo projekt za pripravo priročnika o pisanju v lahko berljivem jeziku. Cilj tega priročnika je premagati procese socialne izključenosti in nedostopnosti do informacij ter pomagati vladam, službam in drugim organizacijam pri pripravi informativnih gradiv in dokumentov, ki so dostopni vsem.

Lahko berljiva gradiva na lokalni, nacionalni in evropski ravni ne koristijo le posameznikom s posebnimi potrebami, temveč tudi številnim drugim. To ne velja samo za besedilno gradivo, ampak se je treba vprašati, na kakšen način bi lahko bile informacije oblikovane tako, da bi bile čim bolj dostopne. Rezultat teh prizadevanj so publikacije, v katerih se informacije prenašajo s slikami in grafikami.

Informacije v enostavni različici so pomembne za številne družbene skupine. Ljudje s posebnimi potrebami poleg enostavne oblike potrebujejo tudi informacije, ki so zasnovane tako, da jih je tudi enostavno razumeti. Koncept enostavne oblike ne more biti univerzalen in je neizvedljivo napisati besedilo, primerno za sposobnosti vseh ljudi, ki imajo težave s pismenostjo in razumevanjem.

Slika 26

Vendar pa obstajajo nekatere splošne pomembne značilnosti:

- uporaba preprostega in neposrednega jezika;
- v stavku je samo ena glavna ideja;
- izogibajte se tehničnemu jeziku, okrajšavam in začetnicam;
- struktura mora biti jasna in logična.



Zelo pomembno je tudi, kako je dokument strukturiran.

Vsebina mora biti jasna in zaporedna v sledenju in logičnih zaporedjih. Izogibati se je treba nepotrebni idejam, besedam ali besednim zvezam. Na ta način je enostavno pisati o preprostih stvareh, vendar je veliko težje postaviti abstraktne pojme v razumljiv jezik, tako da bi jih lahko razumeli tudi ljudje s posebnimi potrebami.

Če je mogoče, se je treba izogibati abstraktnim konceptom, če to ni mogoče, pa jih je treba ponazoriti s konkretnimi primeri. Vendar pa je treba vedeti, da lahko berljivo pisanje preprosto ne pomeni pisanja otročje. Večina informacij je namenjena odraslim bralcem in morajo biti napisane in predstavljene v obliki, primerni starosti. Za osebe s posebnimi potrebami so najpomembnejše informacije za vsakdanje življenje, kot so informacije o dnevni novicah, informacije za potrošnike, pravice in obveznosti, dostopnost storitev, informacije o prostem času in prevozu itd.

Orodje 4

<p>Ime orodja</p> <p>VERBALNA IN NEVERBALNA KOMUNIKACIJA</p>
<p>Glavne teme/obravnavane teme</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spodbujanje in krepitev življenjskih spretnosti
<p>Cilji in namen</p> <p>VERBALNA IN NEVERBALNA KOMUNIKACIJA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tema vključuje vaje, povezane z verbalno in neverbalno komunikacijo. Življenjske situacije od nas zahtevajo določene komunikacijske veščine, da bi našli svojo pot v življenju, sobivali z drugimi in vzdrževali določene odnose. Zaradi različnih okoliščin ali nizke samozavesti imajo nekateri posamezniki slabo razvite komunikacijske sposobnosti ali pa so jih zanemarjali. Težko vzpostavijo stik z drugimi, ne morejo vzpostaviti očesnega stika in ne morejo aktivno poslušati drugih. • Komunikacijske spretnosti je mogoče izboljšati z vajami, namenjenimi neverbalni in verbalni komunikaciji. • Ustrezni izrazi obraza, kretnje, drža telesa, stik z očmi itd. so še posebej pomembni pri neverbalni komunikaciji. Ko gre za verbalno komunikacijo, so še posebej pomembna ustna ali pisna sporočila, naslovljena na drugo osebo. Na ta način ljudje komunicirajo z drugimi, izmenjujejo mnenja, informacije in dosegajo cilje. <p>Vendar se moramo zavedati, da smo vsi različni ljudje, saj se razlikujemo v načinu komuniciranja in zaznavanja sporočil iz okolja.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vizualni tipi ljudi so zelo premišljeni in mirni v komunikaciji. Dobro se spominjajo slikovnega gradiva in slik. Težko si zapomnijo ustna navodila. • Slušni ljudje si lahko zapomnijo marsikaj. Radi imajo razprave in intervjuje. Bolje govorijo, kot pišejo. • Kinestetični tipi, se med komunikacijo z drugimi veliko premikajo, uporabljajo kretnje, se dotikajo stvari in ljudi. Govorijo počasi in si med hojo zapomnijo več stvari. <p>Komunikacija lahko tako poteka iz oči v oči, prek telefona, spletnih klepetalnic itd. Pri vsem tem moramo biti usposobljeni za določene komunikacijske veščine, ki nam omogočajo, da izrazimo svoje mnenje, potrebe, kritike in pohvale drugim ljudem.</p>
<p>Potrebna oprema</p> <ul style="list-style-type: none"> • Papir s slikami oči, kartice s sporočili, zapiski, flomastri

Trajanje dejavnosti (če je ustrezno)

- 30 minut

Podroben opis orodja ali dejavnosti:**Priprava**

Pred vsako vajo pripravite gradivo, potrebno za izvedbo dejavnosti, sporočilne liste

Izvajanje

- 1. VAJA:

1. del: Mnogi ljudje imajo težave z očesnim stikom. Stik z očmi je pomemben, saj naš sogovornik zaznava, da smo vzpostavili zanimanje za pogovor. Namen vaje je, da se posameznik nauči, da oči, ki ga gledajo, niso "nevarne". Na ta način se posameznik pripravi na dejanski stik z očmi, ki se bo izvajal v 2. delu vaj za stik z očmi.

POSTOPEK: mentor vsakemu udeležencu podari sliko oči, natisnjenih na papirju. Oseba mora povedati tri stavke o sebi, tako da pogleda oči na papirju.

2. del: Očesni stik ni fiksni in tog, potrebno je, da oseba z očesnim stikom pokaže zanimanje za sogovornika.

POSTOPEK: ljudje so razporejeni v pare.

- 2. VAJA: Uporaba gest v komunikaciji je pomembna, saj tako poudarjamo in ponazarjamo svoje sporočilo.

POSTOPEK: opišite določeno stvar, npr. določeno okolje (vaš dom), z uporabo kretenj.

ZAKLJUČEK: opišite, kako ste se počutili med pripovedovanjem zgodbe.

- 3. VAJA: Človeški glas je ena najpomembnejših povezav z zunanjim svetom. Da bi nas sogovornik pravilno razumel, kaj želimo povedati, moramo stavek pravilno oblikovati ali povedati na pravi način, s pravim tonom. Na primer, stavek, ki ga rečemo v veselem tonu: "Zunaj je sončno", bodo ljudje razumeli, da smo srečni in srečni, da je sonce zunaj; Če rečemo isti stavek glasneje in ostreje, se bo stavek razumel tako, da pravimo, da ne maramo sonca in smo jezni, ker je vreme sončno.

POSTOPEK: vsak udeleženec prejme dva listka. Na vsakem listu papirja je napisan nevtralen stavek, pod stavkom pa je napisano čustvo, s katerim je treba izreči stavek. Oseba izreče stavek, drugi udeleženci pa ugibajo, s katerim čustvom je izrekel stavek. Vsak udeleženec prejme listek z negativnim čustvom in tudi s pozitivnim čustvom. Primeri: »Jutri moram v službo« (čustvo: JEZA) »Zunaj dežuje« (čustvo: ŽALOST) »Danes

popoldne moram iti v trgovino« (čustvo: VESELJE).

ZAKLJUČEK: kot skupina razpravljamo o tem, kako pomembno je pravilno izražati čustva. Cilj naloge je, da udeleženci spoznajo, da ima lahko en stavek več pomenov samo s spreminjanjem tona glasu.

- 4. VAJA: Drža telesa med komunikacijo je zelo pomembna, saj izraža naše razpoloženje, občutke in odnos do sogovornika.

POSTOPEK: v parih simulirajte določen pogovor z zaprto držo telesa (prekrižane roke, noge...) in nato z odprto držo telesa.

ZAKLJUČEK: v skupini se pogovorimo o tem, zakaj je drža telesa pomembna v komunikaciji in kako so sami razumeli pogovor z zaprto in odprto držo telesa

- 5. VAJA: Razdalja med sogovornikoma je odvisna od situacije, v kateri se znajdemo in kdo je naš sogovornik.

POSTOPEK: komunicirajte s sogovornikom najprej na daljši razdalji, nato na krajši razdalji in na primer na razdalji.

ZAKLJUČEK: pogovorimo se z udeleženci, kakšna je ustrezna razdalja pri pogovoru z uradno osebo, prijateljem, znancem, družino itd. in zakaj je pomembno spoštovati osebni prostor sogovornika

- 6. VAJA: Telesni stik je pomemben vidik komunikacije. Na primer, rokovanje, objemanje, polaganje roke na ramo sogovornika itd.

PROCES: vadite pravilen stisk roke.

ZAKLJUČEK: opišite primere različnih oblik rokovanja.

- 7. VAJA: Vaja je namenjena posameznikom, da se čim bolj osredotočijo na to, kaj sogovornik govori in kako komunicira (opazovanje neverbalne komunikacije) in hkrati ohranijo čim več informacij.

POSTOPEK: oseba si o sebi zapiše pet stvari (na primer: všeč mi je čokoladni sladoled, ne maram dežja itd.), nato pa predstavi in reče pred skupino. Člani skupine poskušajo čim bolj skrbno poslušati osebo in si zapomniti čim več značilnosti. Kasneje si zapišejo značilnosti, ki so se jih spomnili o govorniku, in se poskušajo aktivno spomniti, kaj so slišali.

ZAKLJUČEK: mentor vodi razpravo in postavlja vprašanja:

Kaj ste se spomnili o tej osebi?

Kako ste se počutili, ko ste poslušali osebo?

Kakšno neverbalno komunikacijo ste opazili pri osebi?

- **8. VAJA:** Namen je izboljšati verbalno komunikacijo udeležencev. Pri verbalni komunikaciji uporabljamo predvsem naslednje veščine: -postavljanje zaprtih vprašanj -postavljanje odprtih vprašanj -dajanje informacij -pripovedovanje (o sebi)

POSTOPEK: udeleženci morajo simulirati pisne situacije, ki vključujejo vse štiri naštetih veščine (uporaba zaprtih, odprtih vprašanj, dajanje informacij in pripovedovanje zgodb).

- Srečanje z neznancem
- Pridobivanje informacij o določeni stvari ali določeni osebi
- Poskusite podaljšati pogovor; poskusite skrajšati pogovor, medtem ko sogovornik želi nadaljevati pogovor (npr. pogovor med dvema osebama po telefonu).

ZAKLJUČEK: v skupini poskusite ugotoviti, katere komunikacijske veščine ste uporabili.

Viri:

Argyle, M., Davis, B., Dryden, W., Hudson L., B., Maguire, P., Shure, M., Trower, P. (1981). Socialne veščine in zdravje. London: Methuen & Co. Ltd Becciu, M. in Colsanti, A.R. (2000).

Abilità cognitive, emotive e comportamentali. <https://www.psicologodsa.it/attivita-cliniche/training-delle-abilita-sociali/> Bender, M., Biggs, S., Cooper, A., Durham, R., Frosh, S., Fry, L., Jackson, M., Lowe, P., Marzillier, J., McGuire, J., et. Al. (1983) Razvoj usposabljanja za socialne veščine. London: ACADEMIC PRESS INC.

Brumen, N. (2012). Motivacija za izobraževanje in vseživljenjsko učenje. http://lu-jesenice.net/wpcontent/uploads/2012/11/1_Motivacija.pdf Collins, J., Collins, M. (1992).

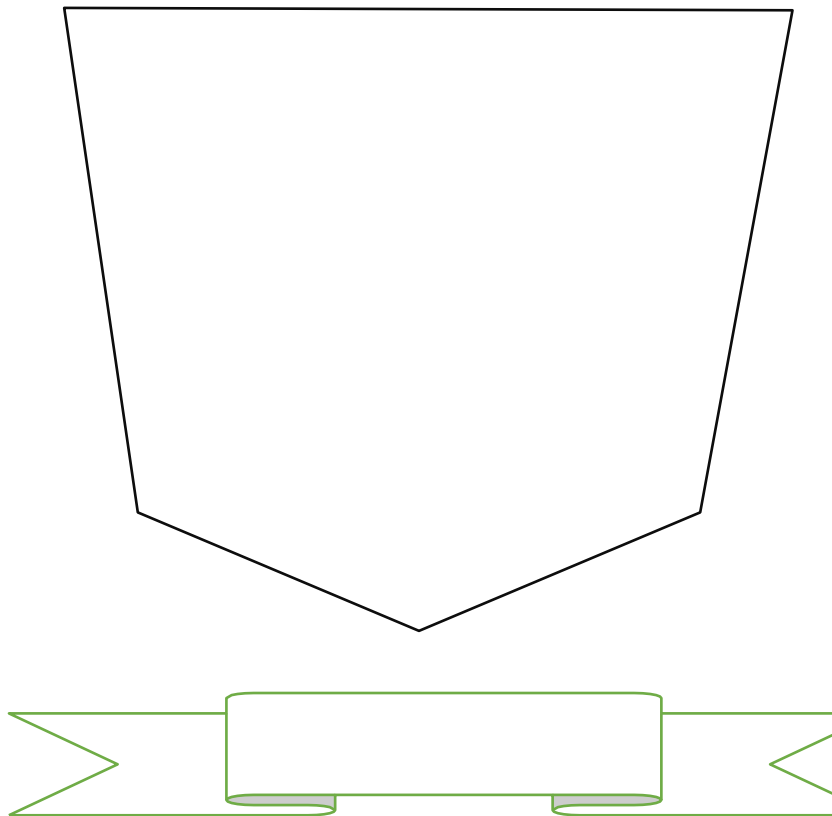
Usposabljanje socialnih veščin in strokovni pomočnik. West Sussex, Anglija

Podpiranje socialnih interakcij invalidov v prostem času

Orodje 5

<p>Ime orodja</p> <p>Samoopazovanje, samostojno delo in ustvarjalnost.</p>
<p>Glavne teme/obravnavane teme</p> <ul style="list-style-type: none"> Namen vaje je samoopazovanje, samostojno delo in ustvarjalnost.
<p>Cilji in namen</p> <ul style="list-style-type: none"> Vaja je namenjena udeležencem, da se ozrejo nase, na svoje življenje, da bi lahko prepoznali svoje dosežke in uspehe, hkrati pa jih vodi k razmišljanju o novih možnostih za samouresničitev.
<p>Potrebna oprema</p> <ul style="list-style-type: none"> Risalni listi, papir, pisalo, slikovne revije
<p>Trajanje dejavnosti (če je ustrezno)</p> <ul style="list-style-type: none"> 20 – 30 minut
<p>Podroben opis orodja ali dejavnosti:</p> <ul style="list-style-type: none"> Priprava <p>Skupina ima na voljo veliko slikovnih revij. Iz njih so izrezane slike, s katerimi se posamezniki poskušajo prikazati. Na risalni list prilepijo izrezane slike, s katerimi poskušajo pokazati svoj notranji jaz (svoje želje, pričakovanja, strahove itd.).</p> <ul style="list-style-type: none"> Izvajanje <p>Po končanem delu vsi predstavijo svoj kolaž. Želimo vedeti, ali so zadovoljni s svojo podobo. Če se nekdo počuti zadržano, ga ne zarezemo, še posebej pri predstavitvi notranjosti. Kako lahko opišemo funkcijo s sliko? Ali nas tudi drugi vidijo tako, kot smo se prikazali? Udeležencem ponujamo namige za razmislek, vendar ne potegnemo konkretnih zaključkov, saj jih vsak najde zase.</p> <p>Dajemo jim sliko grba in traku, prazno. Uporabniki razdelijo grb po želji z risanjem ali pisanjem odgovorov na spodnja vprašanja. V trak ali na trak napišite slogan njihovega življenja.</p> <p>1) Narišite / napišite največji uspeh svojega življenja</p>

- 2) Narišite / napišite največji dosežek v družini
- 3) Narišite / napišite največji uspeh ali dosežek, ki ste ga imeli v preteklem letu
- 4) Narišite/napišite najlepši trenutek v preteklem letu
- 5) Narišite / napišite, kaj bi storili, če bi imeli še eno leto življenja
- 6) Slogan vašega življenja



V skupini uporabniki opozarjajo na vsebine, ki jih želijo deliti z drugimi, mentor vodi razpravo tudi v smeri ozaveščanja in pozitivne ocene uspehov OPP.

Sredstva

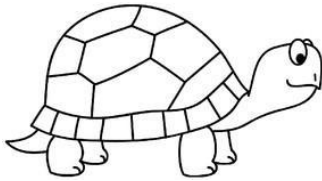
NIJZ: Interaktivne igre za spodbujanje življenjskih spretnosti (2011).

http://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/igre_srednjescolci_2017.pdf

Orodje 6

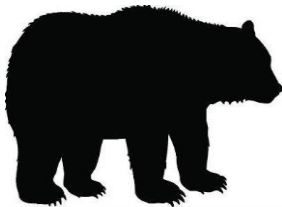
<p>Ime orodja</p> <p>Razlikovanje pojmov, kot so problemi, konflikti in problemi.</p>
<p>Glavne teme/obravnavane teme</p> <ul style="list-style-type: none"> • Podpora socialnim interakcijam, vaje za lokalne podpornike za reševanje problemov
<p>Cilji in namen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cilj je spoznati svojo strategijo (način pristopa k problemom) in se naučiti veščin, kako se spopasti s konfliktnimi situacijami. <p>Udeleženci se zavedajo, da nimajo problema samo oni, ampak vsi ljudje in da je umetnost v tem, kako se soočamo s problemi.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cilj aktivnosti je pridobiti veščine, faze reševanja problemov in predvsem pridobiti občutek (le) odgovornosti. V tej dejavnosti je velik poudarek na komunikaciji, komunikaciji in medosebnih odnosih. <p>Kažipot so različne življenjske možnosti in vsi so povezani z osebni odločitvami. Ko sprejemamo odločitev, moramo sprejeti tudi del odgovornosti za svoje odločitve. Razprava je odprta za razmišljanje o neodvisnosti osebe, o odločitvah, ki jih sprejema, o odgovornosti, ki jo ima ali nima itd. To so eksistencialna vprašanja, kako človek niha med tem in tistim na poti iskanja svojega življenja; Odloči se med tem in tistim in ne ve natančno, kako bi se odločil ali kako bi se odzval na posamezne konflikte, ki prihajajo proti njemu. Namen razprave je osvetliti določena dejstva in zagotoviti izhodišča za lažje odločanje, ki mora biti tehtno, dobro utemeljeno in z dobrim namenom.</p>
<p>Potrebna oprema</p> <ul style="list-style-type: none"> • Puščice (na primer za kažipote z lastnim repom). • Na vsaki puščici, ki jo vnaprej pripravimo, so napisani znaki nekaterih odzivov ali reakcij, ko naletimo na oviro, problem ali problem. Na hitro razložimo koncepte (kaj je problem, kaj je konflikt in kaj je problem).
<p>Trajanje dejavnosti (če je ustrezno)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ni pomembno
<p>Podroben opis orodja ali dejavnosti:</p> <p>Opis strategij:</p>

- STRATEGIJA ŽELVE (umik)



Oseba se pogosto umakne v svoj prostor, da bi se izognila konfliktom. Pri tem se odreče lastnim ciljem in je sploh ne zanima odnos. Izogiba se takšnim kontroverznim temam in ljudem, reševanje konfliktov se ji zdi nepotrebno. "Želva" sebe vidi kot miroljubno in previdno osebo, ki se izogiba napetosti in nasilju. Pod površjem tak posameznik pogosto skriva potlačeno agresijo, povezano z občutki nemoči. To strategijo je treba le redko izbrati. Morda le, če nismo neposredno vpleteni v konflikt in naš prispevek ne bi bistveno vplival na potek dogodkov.

- MEDVEDJA STRATEGIJA (glajenje)



Za to osebo je odnos temeljnega pomena, cilji niso na prvem mestu. Poskuša pridobiti naklonjenost nasprotne stranke. Konflikte želi hitro rešiti in izravnati razlike. Po navadi se preveč poenostavlja. Strah pred poslabšanjem odnosov ga prisili, da preveč pazi, da ne bi poškodoval nasprotnika. Verjame, da so konflikti škodljivi, zato se raje odreče svojim ciljem v prepričanju, da to rešuje dobre odnose in ustvarja harmonijo. Ta strategija je primerna, ko se zmotimo, ko je cilj pomembnejši za druge ali ko je odnos pomembnejši od ciljev. Če s to strategijo rešujemo konflikte, smo kot medvedek, ki raztrga čebeljak, ker hoče jesti sladkarije. Ne moti ga preveč, da ga ubodejo jezne čebele. Žrtvovati mora del svojih ciljev in plačati s svojim nelagodjem, če želi še naprej živeti v harmoniji s čebelami.

- STRATEGIJA MORSKIH PSOV (prevlada)



To strategijo uporabljamo, ko želimo premagati ali prevladati nad nasprotnikom s silo. Odnosi so dobri za njih, če se jih drugi bojijo. Ne zanimajo jih potrebe drugih in imajo potrebo po ugajanju. Vidijo se kot zmagovalci. Konflikt rešujejo z napadom. Nasprotnika premagajo tako, da pokažejo moč, občutek ponosa in uspeha. Nasprotnika ustrahujejo tako, da to dokažejo. Kljub svoji moči takšna oseba nima avtoritete, navdihuje le strah, zato je obsojena na samotno življenje. Strategije napada ne smete uporabljati pogosto. Ukazovanje in nepopustljivost v obliki absolutne avtoritete sta primerna le v zadevah življenja in smrti, obstoja ali uničenja, in ko se zavedamo, da se z izgubo časa zmanjšujejo tudi možnosti za preživetje. To strategijo uporabljamo, ko je cilj pomemben, odnos pa je nepomemben, ko gre za dobro rešitev in smo preverili, da imamo prav.

- STRATEGIJA LISICE (kompromis)



Strategijo uporabljamo, ko smo delno zainteresirani za doseganje naših ciljev in želimo ohraniti sprejemljive odnose, pri čemer sklepamo kompromise. Delno se odrečemo svojim ciljem in poskušamo prepričati nasprotnika, da stori nasprotno. Iščemo rešitev, s katero bi obe strani nekaj pridobili. Razumemo, da ni idealne rešitve. Sklepamo kompromise glede zahtev in žrtvujemo vidike dobrega odnosa. Sto strategijo nasprotni strani priznamo, da konflikt obstaja, vendar nikoli ne razkrijemo v celoti svojih ciljev, zato na koncu resolucije odide z nekoliko grenkim okusom v ustih. Lisica se obnaša podobno zvito med živalmi - na videz dobrohotno, vendar vedno pazi, da je njena polovica nekoliko večja od nasprotnikove polovice. Strategija se uporablja, kadar sta odnos in cilj srednje pomembna. Ko nasprotnik zagovarja nasprotujoče si rešitve z enako močjo in če nismo bili uspešni pri reševanju problema ali njegovem vsiljevanju.

- STRATEGIJA SOVE (sprejemanje)



Oseba, ki uporablja to strategijo, visoko ceni svoje cilje in spoštuje medosebne odnose. Konflikte vidi kot rešljive probleme. Skupaj z drugimi si prizadeva najti rešitve, ki bi nas vodile do skupnih ciljev in izboljšale odnose. Pripravljena je sprejemati le odločitve, ki zadovoljijo obe strani in hkrati rešujejo čustvene napetosti. Naravnost modro, z veliko mero medsebojnega spoštovanja in strpnosti. Pri tem uporablja racionalen pristop, v katerem se čustva namenoma izvažajo. Komunikacija mora biti učinkovita in neprekinjena. Če komunikacija postane zmedena zaradi groženj, laži, obljub ali česarkoli drugega, se reševanje konfliktov ustavi. Strategijo uporabljamo, ko sta cilj in odnos zelo pomembna, ko je potrebno razjasniti slabe občutke, ki bi ovirali nadaljnje sodelovanje, in ko je naš cilj naučiti se nekaj novega.

Priprava

Material pripravimo vnaprej (kažipoti in slike živali).

Izvajanje

Mentor med seboj meša pripravljene smerokaze. Vsak par izbere enega in poskuša razložiti način reakcije ali strategijo za pristop k nekaterim problemom.

Kažipoti bodo opisali različne strategije reševanja problemov: strategija želve; medvedja strategija; strategija morskega psa; strategija lisice; strategija sove. Vsi prisotni poslušajo, kako par razlaga strategijo in kako jo vidi. Drugi udeleženci jih

dopolnjujejo. Mentor povzame in sklepa.

Nato vsak posameznik ustvari svoj smerokaz in nanj napiše svoj pristop k reševanju problemov in konfliktov (primer: ko naletim na problem, se pred njim skrijem, kot da ne obstaja - 'strategija želve'). Na ta način spoznavamo tudi različne značaje, poglede na ljudi in svet okoli nas, soočamo se s seboj in z lastnim občutkom odgovornosti in neodvisnosti.

- **Viri**

Flegg, D., Hemsley, V., McGuire, J., Priestley, P., Welham, D. (1989)
Socialne veščine in reševanje osebnih problemov. London: 11 New Fetter
Lane

Glasser, W. (2007). Nova psihologija osebne svobode: teorija izbire. Ljubljana :
Louisa

Lamovec, T. (1989). Emocije in obrambni mehanizmi. Ljubljana : Zavod SR Slovenije
za produktivnost dela, Center za psihodiagnostična sredstva

Orodje 7

<p>Ime orodja</p> <p>Kako se obnašati pri delu z drugimi. Pohvale, sprejemanje kritike.</p>
<p>Glavne teme/obravnavane teme</p> <ul style="list-style-type: none"> • Uporaba virov za prosti čas.
<p>Cilji in namen</p> <p>Namen vaje je seznaniti udeležence s tem, kako pravilno kritizirati in pohvaliti. Kako običajno dajete ocene? Na kakšen način bi bilo po vašem mnenju treba kritizirati?</p> <p>Ločimo tri faze kritike:</p> <ul style="list-style-type: none"> • opišite dogodek • izražanje nelagodja • zahtevamo spremembo <p>Primer: Oseba zamuja na sestanek.</p> <p>Dajanje kritike:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zamudili ste na sestanek • Skrbelo me je, ker ste zamujali • Želim, da me obvestite o zamudi <p>Kako dati kompliment:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sogovornika pogledam v obraz • Govorim mirno/prijazno • Govorim v prvi osebi, zato prevzemam odgovornost za to, kar rečem • Povem točno tisto, kar mi je všeč
<p>Potrebna oprema</p> <ul style="list-style-type: none"> • Posebna oprema ni potrebna
<p>Trajanje dejavnosti (če je ustrezno)</p> <ul style="list-style-type: none"> • 20 – 30 minut
<p>Podroben opis orodja ali dejavnosti:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Priprava <p>Kritike je treba podati v prvi osebi. Ne smemo pozabiti, da kritiziramo dejanje in ne</p>

osebo. Osredotočiti se moramo na dejanje in ne na osebo, sicer lahko kritika postane agresivna.

Dajanje in prejemanje komplimentov Ali kdaj daste pohvalo nekemu? Na kakšen način mislite, da se podeljuje pohvala? Kako se odzovete, ko prejmete pohvalo?

- Izvajanje

1. del: POSTOPEK

Pohvalite sogovornika. Vsakdo bi moral pohvaliti udeleženca v skupini.

2. del: POSTOPEK

Ena oseba mora sedeti na sredini kroga. Vsak posameznik ji daje pohvalo, kompliment. Oseba na sredini kroga bi se naj zahvalila.

- SKLEP

V skupini komentirajte pohvale in zahvale. Predlagajte, kako se lahko oseba izboljša pri dajanju in prejemanju pohval in kaj lahko spremeni.

- **Viri:**

Argyle, M., Davis, B., Dryden, W., Hudson L., B., Maguire, P., Shure, M., Trower, P. (1981). Socialne veščine in zdravje. London: Methuen & Co. Ltd

Becciu, M. v Colsanti, AR (2000). Abilità cognitive, emotive e comportamentali.

<https://www.psicologodsa.it/attivita-cliniche/training-delle-abilita-sociali/>

Bender, M., Biggs, S., Cooper, A., Durham, R., Frosh, S., Fry, L., Jackson, M., Lowe, P., Marzillier, J., McGuire, J., Et. Al. (1983) Razvoj usposabljanja za socialne veščine. London: ACADEMIC PRESS INC.

Orodje 8

<p>Ime orodja</p> <p>Evalvacija se izvede na začetku, v določenih obdobjih ali na koncu sodelovanja.</p>													
<p>Glavne teme/obravnavane teme</p> <ul style="list-style-type: none"> Vaja je namenjena pregledu, kaj so se naučili skozi usposabljanje in/ali ali in kako bodo lahko naučene socialne in druge veščine še naprej uporabljali v vsakdanjem življenju. 													
<p>Cilji in namen</p> <ul style="list-style-type: none"> Najprej lokalni podpornik povabi udeležence, naj razmislijo o tem, katera vsebina usposabljanja/podpore se jim je zdela najbolj koristna in kaj so pridobili z vajami v skupini. Ali so se morda naučili kaj novega o sebi? Ali so okrepili svoje socialne veščine? Kaj jim je bilo najbolj v pomoč? Kakšno pomoč si še želijo pri izkoriščanju prostega časa? 													
<p>Potrebna oprema</p> <ul style="list-style-type: none"> Vprašalnik, svinčnik 													
<p>Trajanje dejavnosti (če je ustrezno)</p> <ul style="list-style-type: none"> 30 min 													
<p>Podroben opis orodja ali dejavnosti:</p> <p>Priprava</p> <ul style="list-style-type: none"> Nadaljujemo z vajo, ki je namenjena vsakemu posamezniku. Udeleženci izpolnijo enak vprašalnik kot na enem od prvih sestankov. Na koncu sestankov ga ponovno izpolnijo, primerjajo z vprašalnikom s prvega sestanka in s primerjavo preverijo svoj morebitni napredek. Vprašanja lahko spremenite glede na potrebe skupine, posameznika ali dejavnosti. <p>Izvajanje</p> <table border="1"> <tr> <td>Verjamem vase in zaupam sebi.</td> <td>DA NE</td> </tr> <tr> <td>Lahko govorim o sebi, svojih težavah, svojih čustvih.</td> <td>DA NE</td> </tr> <tr> <td>Napak ne jemljem tragično - verjamem, da se iz njih učim.</td> <td>DA NE</td> </tr> <tr> <td>Ko naredim nekaj dobrega, sem zadovoljen in ponosen nase.</td> <td>DA NE</td> </tr> <tr> <td>Vem, da ne morem vsega narediti popolno.</td> <td>DA NE</td> </tr> <tr> <td>Vem, kako se spopasti s težavami.</td> <td>DA NE</td> </tr> </table>		Verjamem vase in zaupam sebi.	DA NE	Lahko govorim o sebi, svojih težavah, svojih čustvih.	DA NE	Napak ne jemljem tragično - verjamem, da se iz njih učim.	DA NE	Ko naredim nekaj dobrega, sem zadovoljen in ponosen nase.	DA NE	Vem, da ne morem vsega narediti popolno.	DA NE	Vem, kako se spopasti s težavami.	DA NE
Verjamem vase in zaupam sebi.	DA NE												
Lahko govorim o sebi, svojih težavah, svojih čustvih.	DA NE												
Napak ne jemljem tragično - verjamem, da se iz njih učim.	DA NE												
Ko naredim nekaj dobrega, sem zadovoljen in ponosen nase.	DA NE												
Vem, da ne morem vsega narediti popolno.	DA NE												
Vem, kako se spopasti s težavami.	DA NE												

Ne maram govoriti slabo o drugih ljudeh.	DA NE
Nikoli se namerno ne norčujem iz drugih ljudi.	DA NE
Dobro se počutim v svoji koži.	DA NE
Všeč mi je moja zunanost.	DA NE
Redko si želim, da bi bil nekdo drug.	DA NE
Ko me nekdo pohvali ali mi izreče kompliment, se preprosto zahvalim.	DA NE
Mirno poslušam sogovornika, tudi če se z njim ne strinjam.	DA NE
Vem, kako vzdrževati očesni stik med pogovorom s sogovornikom.	DA NE
Rad spoznavam nove ljudi.	DA NE
Zavedam se svojih lastnosti. Vem, kje sem najmočnejši.	DA NE
Imam vsaj enega dobrega prijatelja.	DA NE
Če potrebujem pomoč, se vedno najde nekdo, ki mi je pripravljen pomagati.	DA NE
Ljudje vedo, da lahko računajo name, ko obljubim.	DA NE
Vesel sem, ko nekdo doživi nekaj lepega.	DA NE
Ne počutim se ogroženega, tudi če se nekdo norčuje iz mene.	DA NE
Prepričan sem, da lahko človek uspe, če si postavi cilj in se resnično potrudi.	DA NE
Druge prosim za pomoč, ko jo potrebujem.	DA NE
Svoje težave rešujem postopoma.	DA NE
Moje življenje ima smisel, imam cilje, ki jih bom dosegel.	DA NE
Od mene je odvisno, ali mi bo uspelo ali ne.	DA NE
Vem, kaj želim doseči v življenju.	DA NE
Zanima me veliko stvari.	DA NE

- **Viri**

Petrovič Erlah, P. in Žnidarec Demšar, S. (2004). Asertivnost - Zakaj jo potrebujemo in kako jo dobiti. Nazarečan: Argos

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

Orodje 9

<p>Ime orodja</p> <p>Osebni podatki</p>
<p>Glavne teme/obravnavane teme</p> <ul style="list-style-type: none"> Razmišljanje o informacijah, ki jih je mogoče pridobiti iz naših spletnih dejavnosti in preferenc.
<p>Cilji in namen</p> <ul style="list-style-type: none"> OPP se je treba zavedati, da obstaja veliko elektronskih naprav, ki jih uporabljajo (ali jih bodo verjetno kmalu uporabljali), ki so povezane z internetom in zbirajo podatke o njihovem življenju. To so lahko pametni telefoni, računalniki, tablični računalniki, igralne konzole itd. S temi napravami podjetja poskušajo pridobiti čim več informacij o tem, kaj radi počnemo, vse z namenom, da nam prodajo čim več svojih izdelkov in storitev.
<p>Potrebna oprema</p> <ul style="list-style-type: none"> papir, pero
<p>Trajanje dejavnosti (če je ustrezno)</p> <ul style="list-style-type: none"> 20 – 30 minut
<p>Podroben opis orodja ali dejavnosti:</p> <p>Priprava</p> <ul style="list-style-type: none"> Vsaka OPP bi morala izbrati izmišljeno ime, da skrije svojo pravo identiteto. Pod tem imenom naj napiše na list papirja in izpolni odseke, ki jih bo lokalni podpornik določil vnaprej. To so lahko: najljubši televizijski programi, najljubša oblačila, najljubši šport, znanje različnih jezikov, najljubša glasba, zadnji film, ki so ga gledali, zadnja knjiga, ki so jo prebrali itd. Na tej stopnji lokalni nadzornik morda še ne pojasni namena te dejavnosti. <p>Izvajanje</p> <ul style="list-style-type: none"> Vse liste papirja moramo nato premešati. Lokalni podpornik bi moral izbrati naključni kos papirja in na glas prebrati njegovo vsebino. Avtor besedila bi se

moral po svojih najboljših močeh potruditi, da ne bi razkril svoje identitete, drugi pa bi morali poskusiti uganiti, kdo je avtor besedila. Ali lahko to storijo na podlagi samo ene informacije? Mogoče na podlagi dveh? Tri?

- Kasneje, ali če nihče ni uganil, kdo je avtor, naj vsi udeleženci poskušajo pomisliti, koga bi zanimale informacije osebe s takšnim profilom. Ali bi lahko imeli ti podatki ekonomsko vrednost tudi za nekoga, ki ne ve, kdo je avtor?

Vajo lahko ponovite večkrat in izberete različne načine profiliranja.

- Prav tako lahko razmišljajo o tem, kako lahko podjetja na spletu dobijo informacije, ki so jih zapisali na papirju. Kdo hrani podatke o tem, kaj smo iskali na spletu? Katera spletna mesta ponujajo možnost, da izrazimo, kaj nam je všeč? Kdo hrani podatke o izdelkih, ki smo jih pregledali? Kdo hrani informacije o videoposnetkih, ki jih radi gledamo?
- Razmisliti bi morali o tem, kako lahko različne naprave, ki jih uporabljajo, sledijo njihovim spletnim dejavnostim. Prav tako bi morali razumeti, da nekatere informacije, ki jih vidijo na spletu, kot so oglasi, morda niso popolnoma enake tistim, ki jih vidijo drugi.

- Viri:

Evropski priročnik za učenje, zasebnost in varstvo osebnih podatkov Safe.si <https://safe.si> › spletišča › datoteke › arcades_prirocnik_0 5. oktober 2015

<https://otroci.safe.si/> #

Viri

- CARNEGIE, D. 2000. Kako si pridobiš prijatelje. Ljubljana: Mladinska knjiga.
- MUSEK, J. 1997. Znanstvena podoba osebnosti. Ljubljana: EDUCY.d.o.o.
- MUSEK, J., PEČJAK, V. 1997. Psihologija. Ljubljana: Educy.
- NEUBAUER GOGALA, J., SKRUŠNY BABIN, N. 2005. Družinski psihološki priročnik. Ljubljana: Mladinska knjiga.
- RUS, V.S. 2004. Sociopsihologija, kot sodobna paradigma socialne psihologije. Ljubljana: Filozofska fakulteta. 6. ULE, M. 2008. ZA VEDNO MLADI? Socialna psihologija odraščanja. Ljubljana: Založba FDV.
- Razvojna psihologija. 2004. Ljubljana: Založba Rokus. 10.
- JELENC, Z. 1994. Izobraževanje odraslih kot področje vseživljenjskega izobraževanja, str. 45–48. RP Izobraževanje odraslih kot dejavnik razvoja Slovenije. V: Snovanje in sistemsko urejanje izobraževanja odraslih – splošna izhodišča in primerjalni pregled stanja v Sloveniji. Raziskovalno poročilo 1. Ljubljana: Andragoški center Slovenije.
- MIJOČ, N. 1994. Razvoj sodobnih modelov, oblik in metod izobraževanja odraslih. Izobraževanje odraslih kot dejavnik razvoja Slovenije. RP2.
- ROGERS, J. R. 1994. Uvod v vključenost: preseganje naših strahov. Ena od serij vročih tem, ki jih je objavil Center za vrednotenje, razvoj in raziskave Phi Delta Kappa.
- DEKLEVA, B. (vaš.) 1993. Življenje v zavodu in potrebe otrok (Normalizacija). Zbornik gradiv seminarja. Ljubljana: Inštitut za kriminologijo pri Pravni fakulteti v Ljubljani.

INTERNETNI VIRI

- MILIVOJEVIĆ, Z. 2011. Prijateljstvo v postmodernem času. [na spletu]. [uporabljeno 6. marec 2011]. Dostopno na URL: <http://www.viva.si/Mnenja/6200/Prijateljstvo-v-postmodernem-%C4%8Dasu>
- MUSEK, J. Raziskovanje vrednot v Sloveniji in vrednotni univerzum Slovencev. [na spletu]. [uporabljeno 6. marec 2011]. Dostopno na URL: <http://www.prihodnostslovenije.si/up-rs/ps.nsf/krf/6E9DC6507D449582C1256E940046C554?OpenDocument>
- PRIJATELJSTVO KOT VREDNOTA DANES IN NEKOČ 43

ŠUŠTAR, L. 2011. Smernice za večno prijateljstvo. [na spletu]. [uporabljeno 6. marec 2011]. Dostopno na URL: <http://www.absolventbom.si/partnerstvo-2/smernice-zavečno-prijateljstvo/>

<https://www.knjiznica-celje.si/raziskovalne/4201104186.pdf>

http://www.soih.hr/pdf/soih_editions/univerzalni_dizajn1.pdf

https://drive.google.com/file/d/1V_cOs4V7G6mm2A1BOdTmfn15dXsJtZ6/view

1. člen Zakona o preprečevanju diskriminacije (Uradni list, št. 85/08 in 112/12) (Iz Odloka o zagotavljanju dostopnosti objektov invalidom in osebam z omejeno mobilnostjo (your. l. št. 78/13)

Slika 1: https://pngimg.com/uploads/disabled/disabled_PNG99.png

Slika 2: <https://www.worlddownsyndromeday.org/what-is-down-syndrome>

Slika 3: <https://includedmag.com/thought-and-opinion/why-educating-the-newer-generation-about-disability-history-is-necessary/>

Slika 4: <https://www.youtube.com/watch?v=FN2UNmLzai8>

Slika 5: https://www.youtube.com/watch?v=M_HsXzPpYCg

Slika 6: https://en.m.wikipedia.org/wiki/European_Parliament

Slika 7: https://www.linkedin.com/posts/rslive2k_workplaceculture-diversityandinclusion-activity-7068518772751368192-ccQ1

Slika 8: https://www.facebook.com/iMandarinAgency/?locale=sr_RS

Slika 9: <https://www.youtube.com/watch?v=3zM5XlKaQdk>

Slika 10: <https://www.youtube.com/watch?v=BKrl4PO52xl>

Slika 11: <https://www.zellis.com/resources/blog/dei-2022-how-to-close-the-gap-between-talk-and-action/>

Slika 12: <https://www.pinterest.com/pin/685673112004248946/>

Slika 13: https://www.linkedin.com/posts/shieldsjamie_mondaymotivation-diversityandinclusion-activity-7038417931159928832-imFK/

Slika 14: https://commons.m.wikimedia.org/wiki/File:Clipboard_check.svg

Slika 15: <https://www.youtube.com/watch?v=4PZmVCabmsc>

Slika 16: [https://www.varuh-rs.si/kaj-delamo/mednarodno-sodelovanje/enoc/?tx_news_pi1\[novice\]=6495&cHash=67b6a64ee568ce33b7d37657efd06724](https://www.varuh-rs.si/kaj-delamo/mednarodno-sodelovanje/enoc/?tx_news_pi1[novice]=6495&cHash=67b6a64ee568ce33b7d37657efd06724)

Slika 17: <https://www.youtube.com/watch?v=l4MWVEAww2g>

Slika 18: https://www.cleanpng.com/png-clip-art-portable-network-graphics-cooperation-ope-7274855/#google_vignette

Slika 19: <https://www.facebook.com/downov.sindrom.slo/>

Slika 20: <https://www.youtube.com/watch?v=LV6pMObHVLA>

Slika 21: <https://www.linkedin.com/pulse/20141107045123-57758954-are-you-an-ageless-student>

Slika 22: <https://theatreofthemind.com/kelly-howell-blog/>

Slika 23: <https://blog.atrivity.com/increase-elearning-participation>

Slika 24: <https://www.facebook.com/photo.php?fbid=678614114276060>

Slika 25: <https://www.learningdisabilities.org.uk/learning-disabilities/a-to-z/e/easy-read>

Slika 26: " © Evropski logotip, ki je lahko berljiv: Evropa vključevanja. Več informacij na www.inclusion-europe.eu/easy-to-read"