

**IMProVE**

Inclusive Methods in Professional  
Volunteering in Europe



**ĮTRAUKIOSIOS SAVANORYSTĖS**

**MOKYMO PROGRAMA**

**SAVANORIŲ KOORDINATORIAMS**



**Vadovas darbui su savanoriais, turinčiais intelekto negalią  
2022 m**



Co-funded by  
the European Union



dobrovolnické  
centrum



Gemeinsam leben & lernen  
in Europa e.V.



JAUNUOLIŲ DIENOS CENTRAS



Projekto  
pavadinimas

IMProVE 2.0 – Inclusive Methods in Professional Volunteering in Europe

Vadovaujančios  
partnerių organizacijos

Dobrovolnické centrum, z.s.  
Czech Republic



Partneriai

Jaunuolių dienos centras (JDC)  
Lithuania



ASSOCIAZIONE UNIAMOCI ONLUS  
Italy



Gemeinsam leben und lernen  
in Europa e.V.  
Germany



Co-funded by  
the European Union

Šis projektas finansuojamas remiant Europos Komisijai. Šis leidinys atspindi tik autoriaus požiūrį, todėl Komisija negali būti laikoma atsakinga už bet kokį jame esančios informacijos naudojimą.

## Turinys

1 SAVANORIŠKOSIOS VEIKLOS PRISTATYMAS, ĮTRAUKIOJI SAVANORYSTĖ, ĮGALINIMAS, SAMPRATA „TOBULINTI“ (SAVANORIS – ĮTRAUKTIES BIČIULIS)...	2
1.1 Savanoriška veikla, savanorystė, įtraukioji savanorystė.....	2
1.2 Įgalinimas.....	2
1.3 IMProVE savanoriškos veiklos koncepcija.....	4
1.4 Koordinatorius .....	4
2 SAVANORIAI JŪSŲ ORGANIZACIJOJE.....	5
3 PIRMAS SUSITIKIMAS SU POTENCIALIU SAVANORIU .....	6
3.1 Kaip sukurti taisykles.....	7
3.2 Konfliktų sprendimas.....	7
3.3 Savanorių kodas.....	8
4 SAVANORIŲ NEGALIOS RŪŠYS.....	10
4.1 Intelektu negalios ypatumai savanoriškoje veikloje.....	10
4.2 Regėjimo negalios ypatumai savanoriškoje veikloje.....	10
4.3 Klausos negalios ypatumai savanoriškoje veikloje.....	11
4.4 Fizinės negalios ypatumai savanoriškos veikloje.....	12
4.5 Psichinės sveikatos sutrikimų ypatumai savanoriškos veikloje.....	13
5 RIBOS/BARJERAI.....	14
5.1 Ribų pratimai.....	14
6 LENGVAI SUPRANTAMA KALBA, PAPRASTAS BENDRAVIMAS.....	16
7 VIEŠŲJŲ RYŠIŲ REKOMENDACIJOS.....	18
8 REKOMENDUOJAMA MOKYMŲ SCHEMA.....	19

# ĮTRAUKIOJI SAVANORYSTĖ

## 1. SAVANORIŠKOSIOS VEIKLOS PRISTATYMAS, ĮTRAUKIOJI SAVANORYSTĖ, ĮGALINIMAS, SAMPRATA „TOBULINTI“ (SAVANORIS – ĮTRAUKTIES BIČIULIS)

### 1.1. Savanoriška veikla, įtraukioji savanorystė

Savanorystė – tai veikla, vykdoma kitų žmonių, gamtos ar gyvūnų labui, neturint lūkesčių dėl finansinio atlygio.

Savanoris tai žmogus, kuris savo gera valia, savo laisvalaikiu, vykdo veiklas kitų žmonių ar organizacijų naudai, neprašydamas ir negaudamas finansinio atlygio. Iš esmės kiekvienas gali tapti savanoriu, nes kiekvienas iš mūsų turime ką nors, ką galime suteikti kitiems.

Įtraukioji savanorystė dažniausiai paliečia žmones, kuriems gresia socialinė atskirtis arba yra jau socialiai atskirtas. Savanoriška veikla jiems čia padeda kaip įtraukimo įrankis, nes tai suteikia daug galimybių:

- dalyvauti socialiniuose renginiuose;
- padėti kitiems, t. y. asmeniškai prisidėti prie kitų gerovės;
- suvokti savo potencialą;
- užmegzti kontaktus;
- išmokti ko nors naujo.

### 1.2 Įgalinimas

Ir to dėka mes gebame prisiliesti prie savo stiprybių, stiprinti pasitikėjimą savo galimybėmis, savarankiškumu ir gebėjimais – pasiekti įgalinimą.

Įgaliojimų suteikimas yra nepriklausomybės, galios, pasitikėjimo ir kitų būtinų priemonių, reikalingų pokyčiams ir kelio į geresnę ateitį, kūrimo procesas.

Tai taip pat apima socialinio ir politinio pagrindo pokyčius visais lygmenimis: kad individas galėtų įgyti valdžią, jis turi turėti prieigą prie teisių ir išteklių, su juo elgiamasi vienodai ir teisingai. Įgalinimas kaip procesas baigiasi, kai asmenys jaučiasi laisvi ir gali reikšti savo idėjas, priimti sprendimus ir apskritai gali formuoti savo gyvenimą bei socialines ir politines sąlygas, kuriomis gyvena. Įgalinimo procesas veda į visų dalyvaujančių žmonių gebėjimų ir išteklių atradimą ir panaudojimą.

Veiksmingas įgalinimas reiškia, kad žmonėms, turintiems negalią, suteikiamos teisės ir ištekliai visais socialiniais lygmenimis, todėl jie gali prisiimti atsakomybę už savo socialinės integracijos stiprinimą.

Didesnis neįgaliųjų ar psichikos sutrikimų turinčių žmonių įsitraukimas (pvz., į bendruomenę, politinės ir ekonominės veiklos ar asmeninės atsakomybės už geresnį išsilavinimą, darbą ir socialinę įtrauktį, taip pat individualaus gyvenimo būdo) įgalins šiuos žmones ir leis jiems patiems kontroliuoti savo gyvenimą.



# ĮGALINIMAS

Dėl „ĮGALINIMO“ žmonės, turintys negalią ar psichikos sveikatos sutrikimų, tobulėja ir auga:

**a) asmeniniu lygmeniu.**

Jie nori ir turi galimybę patys formuoti ir kontroliuoti savo gyvenimą: dėka galimybių ir daugiau laisvės, žmonės analizuoja savo situaciją ir galimybes, bendrauja su kitais ir turi galia veikti, priimti sprendimus ir spręsti problemas. Tokiu būdu jie jaučiasi pozityviai, turi pasitikėjimo savimi ir savigarbos.

**b) grupėje.**

Žmonės, turintys negalią ar psichikos sveikatos sutrikimų, gali dirbti kartu grupėse, organizacijose ir kurti ryšių tinklus, kad padidintų savo įtaką.

**c) visuomenės lygmeniu.**

Įgalinti žmonės nėra kontroliuojami, engiami ar atstumiami. Jie dalyvauja socialinėje veikloje visais lygiais ir turi realias perspektyvas pakeisti esamas galios struktūras.

Žmonės, turintys negalią, paprastai yra matomi, dalyvauja viešajame gyvenime ir yra socialiai susiję ir gerbiamas kitų bendruomenės narių.

**d) teisiniu lygmeniu.**

Žmonės, turintys negalią, turi tokį patį teisinį tikrumą kaip ir visi kiti ir yra ginami įstatymų. Jie gali įtakoti teisės aktus ir įstatymus savo šalyje.

**e) politiniu lygmeniu.**

Žmonės, turintys negalią, yra aktyvūs politinių grupių, organizacijų ir partijų nariai, jų balsas yra girdimas, jie daro įtaką ir dalyvauja politiniuose procesuose.

**f) ekonominiu lygmeniu.**

Žmonės, turintys negalią, gali įsidarbinti ar sukurti verslą, gauti reguliarias ir tinkamas pajamas, vienodą darbo užmokestį, socialinį draudimą ir ekonominį raštingumą. Ekonominis įgalinimas reiškia galią sprendimų priėmimo pinigų atžvilgiu, sumažintą priklausomybę nuo kitų, rizikos ir streso sumažėjimą.



Mūsų vizija yra ta, kad ne tik sprendimus priimančias asmenys, bet ir paprasti žmonės suvoktų, kad žmonės, turintys negalią ar psichikos sveikatos sutrikimų, turi potencialą, gebėjimus, galią ir išteklius. Ir kad mums visiems naudinga jų integracija, įsitraukimas ir aktyvus dalyvavimas mūsų visuomenėje visais lygmenimis ir visi žmonės yra naudingi mūsų bendruomenei/visuomenei.

# IMPROVE SAMPRATA

## 1.3 IMProVE savanoriškos veiklos koncepcija – įtraukties bičiulis + savanoris, turintis negalią

IMProVE 2.0 projekte daugiausia dėmesio skiriame savanoriams, turintiems negalią (intelektu negalią, fizinę negalią ar psichikos sveikatos sutrikimų). Neįgaliesiems dažnai trukdo psichologinis barjeras, jausmas, kad įvairiose veiklose jie kažko negali. IMProVE projektu siekiama, kad savanorystė būtų įmanoma kiekvienam, todėl mūsų koncepcijoje kiekvienas savanoris, turintis negalią, turi galimybę gauti įtraukties bičiulio paramą.

### Įtraukties bičiulio vaidmuo

Įtraukties bičiulis lydi savanorį, turintį negalią ar kitų sveikatos sutrikimų, jo savanoriškos veiklos metu ir jį palaiko. Įtraukties bičiulis yra ne tik kontaktinis asmuo su savanoriu, bet ir su priimančiąja organizacija, iškilus neaiškumams ar sunkumams. Bičiulio veikla yra abiejų pusių parama. Pastebimi galimos problemos ir padeda jas spręsti (pvz. transportas, susisiekimo priemonės, „vertimo paslauga“ į lengvai suprantamą kalbą, saugumas). Jis prižiūri viską vyksta gerai ir įsikiša tik tada, kai reikia. Jis nėra tam, kad atliktų savanorišką darbą su savanoriu ar net atliktų tai už jį. Įtraukties bičiulis – tai palaikantis asistentas, padedantis savanoriui, turinčiam negalią, įgyti pasitikėjimo savimi, o idealus šios koncepcijos tikslas – kad savanoriui, turinčiam negalią, kuo mažiau prireiktų jo įtraukimo bičiulio.

## 1.4 Koordinatorius

IMProVE projektu norime supaprastinti visų suinteresuotų šalių darbą. Todėl stengiamės kuo labiau palengvinti situaciją asmeniui, kuris atstovaus savanoriui arba savanorių komandai organizacijoje. Štai kodėl koordinatoriaus vaidmuo yra svarbus.

- Koordinatorius priimančioje organizacijoje yra asmuo, kuris skiria užduotis savanoriui, nes jis pažįsta savo organizaciją ir žino, ko reikia.
- Koordinatorius kartu su savanoriais organizuoja ir susitaria dėl savanoriškos veiklos vykdymo trukmės ir laiko.
- Tai asmuo, duodantis nurodymus kokias užduotis atlikti ir/arba pamokantis savanorį atlikti duotą užduotį (jei to negalima išmokyti, įtraukties bičiulis paaiškina).
- Koordinatorius sprendžia problemas, iškilusias su savanoriu, jei savanoris pats negali susitvarkyti arba savanoris pats kreipiasi į koordinatorių (priklausomai nuo problemos pobūdžio).
- Koordinatorius susisiekiama su savanorį siunčiančia organizacija, jei įtaria, pavyzdžiui, netinkamą savanorio ir įtraukties bičiulio elgesį.
- Koordinatorius gali bet kada susisiekti su savanorių centru (arba siunčiančia organizacija), jei kyla problemų su savanorių komanda.
- Koordinatorius nuolat bendrauja su savanorių organizacija arba su savanorių komanda, jei dėl kokių nors priežasčių organizacijoje savanoriška veikla nevyksta sklandžiai.
- Prireikus koordinatorius tarpininkauja bendraujant su kitais darbuotojais ar organizacijos nariais.

# SAVANORIS JŪSŲ ORGANIZACIJOJE

## 2 SAVANORIS JŪSŲ ORGANIZACIJOJE

### Rekomenduojama:

- Išsiaiškinti savanorio veiklos trumpalaikius ir ilgalaikius tikslus organizacijoje bei gyvenime.
- Susikoncentruokite į mažus žingsnelius.

### Praktinė užduotis – savanorystė jūsų organizacijoje

Koordinatoriai, susiskirstę į poras, diskutuoja tema: ką savanoris galėtų nuveikti jūsų organizacijoje?

Vienas koordinatorius apklausia kitą apie organizacijos veiklą, gauna aprašymą, kuo organizacija užsiima, ir bando įžvelgti galimybes šioje organizacijoje. Jie užrašo galimus variantus ant lipnių lapelių ir prikljuoja juos prie lentos.

Tada visi dalyviai gali komentuoti užrašytas veiklas, matomas kitų organizacijų asmenų akimis, ar jie sutinka su galimybe, ar, priešingai, nemano, kad savanoris galėtų atlikti tokią veiklą jų organizacijoje. Jie taip pat gali išreikšti nuomones, jei mato barjerą tam tikroje veikloje, ir kartu su kitais dalyviais gali ieškoti būdo, kaip įveikti barjerą.

### Savanorių motyvavimas

Kas skatina savanorius įsitraukti? Kaip išlaikyti jų susidomėjimą?

- Savanoris turi jaustis priklausantis organizacijai.
- Savanoris turi jausti, kad sulaukia pasitikėjimo iš organizacijos.
- Savanoris turi jausti, kad organizacijoje kuria santykius.
- Savanoris turi jausti, kad jo darbas yra naudingas organizacijai.
- Savanoris turi jausti, kad jo veikla yra vertinama (periodiškai derėtų įvertinti savanorį, pateikti jam atsiliepimą).
- Savanoris turėtų atlikti veiklas, kurios jam patinka arba kuriomis jis nori užsiimti.
- Savanoriui organizacijoje neturėtų būti skiriamas tik pašalinis darbas.

Savanorių centras taip pat įvertins savanorius grupės savanorių susitikimo metu.



**Praktinė užduotis:  
Įsivaizduokite  
save kaip savanorį,  
kaip norėtum būti  
vertinamas?**

# PIRMASIS SUSITIKIMAS

## 3 PIRMASIS SUSITIKIMAS SU POTENCIALIU SAVANORIU

Ruošiantis susitikimui su būsimoju savanoriu, raskite tinkamą vietą, kur galėtumėte pakalbėti. Informuokite suinteresuotas šalis, kur vyks susitikimas ir kaip viskas vyks. Pristatykite save ir savo poziciją organizacijoje.

### Ko paklausti savanorio? - Rekomenduojami klausimai:

- Kodėl jūsų organizacija?
- Kaip tu sužinojai apie mus?
- Ar pažįsti ką nors, kas yra savanoris?
- Kokia jūsų idėja, ką norėtumėte veikti?
- Kokios yra jūsų galimybės (pvz., laikas, resursai)?
- Kokie jūsų apribojimai?
- Ar turite kokių nors specialių poreikių?
- Ar jau turite asmeninės savanorystės patirties?
- Kokie yra jūsų savanorystės motyvai?
- Apibūdinkite veiklą, kurią atliks savanoris.
- Ką dar savanoris norėtų išbandyti organizacijoje?
- Ką gali padaryti savanoris?

### Svarbi informacija:

- Pristatykite savo organizacijos galimybes.
- Apibūdinkite veiklą, kurią atliks savanoris.
- Susitarkite dėl laiko ir trukmės.
- Abipusių kontaktų perdavimas.

### Prieš atsisveikindami pagalvokite:

Kas dar nepasakyta? Ko dar norėtum paklausti?





# TAISYKLĖS IR KONFLIKTŲ SPRENDIMAI

## 3.1 Kaip sukurti taisykles?

### Mes rekomenduojame:

- laikykitės paprastų ir suprantamų taisyklių,
- nesigilinkite ir nepridėkite taisyklių, kurias galima interpretuoti skirtingai,
- atkreipkite dėmesį į rūpesčius (pvz., nerimaujate, kad kažkas nepavyks? )
- apibendrinkite viską,
- prisiminkite kitas žinomas taisykles ir pasisemkite įkvėpimo,
- pagalvokite apie tai, kad taisyklės veiktų vienodai visiems.

## 3.2 Konfliktų sprendimas

Norint tinkamai išspręsti konfliktą, būtina išsiaiškinti, kodėl konfliktas kilo ir kokia jo atsiradimo priežastis. Po to seka skirtingi sprendimų pasiūlymai, kol pasiekiamas vienas ar keli tinkamiausi sprendimai, kurie išspręš konfliktą, arba bus pasiektas kompromisas. Išsprendus konfliktą, nė viena šalis neturėtų jaustis nugalėjusi. Nepatartina konflikto spręsti esant laiko trūkumui, ir būtina sprendimui pasirinkti tinkamą vietą. Mes niekada neišspręsimė konflikto su tais, kurie nedalyvauja. Turime nuoširdžiai stengtis išspręsti konfliktą ir stengtis išlikti ramūs, palaikyti akių kontaktą ir atidžiai klausytis kito asmens sprendimų priėmimo. Dalinkitės savo nuomonėmis, jausmais. Trumpai, aiškiai, be jokių pasiteisinimų, nemeluojant ir iškraipant faktus. Jei kita pusė pradeda kelti balsą, keiktis, elgtis netinkamai, aiškiai išreikškite savo jausmus apie tai.

Derybos yra vienas iš efektyviausių konfliktų sprendimo būdų. Juo siekiama išspręsti konfliktus, susitarti dėl kitų galimų situacijos sprendimo būdų ar derėtis dėl taisyklių. Derybų tikslas yra patenkinti dalyvaujančių šalių interesus, dažnai kompromiso kaina.



## 3.3 SAVANORIO KODAS

- Savanoris tai žmogus, kuris savo gera valia, savo laisvalaikiu, vykdo veiklas kitų žmonių ar organizacijų naudai, neprašydamas ir negaudamas finansinio atlygio.
- Savanoriu gali tapti praktiškai kiekvienas, nes kiekvienas turime ką pasiūlyti kitiems.
- Yra daug priežasčių, kodėl žmonės savanoriauja:
  - Pagalbos motyvai – tai noras padaryti pasaulį geresne vieta, padėti kitiems žmonėms, perduoti savo patirtį ir jaustis naudingi.
  - Mokymosi motyvai apima naujos patirties, įgūdžių ir kontaktų įgijimą.
    - Bet kuriuo atveju svarbu, kad savanorio veikla vyktų organizacijoje, kuri suteiks jam reikalingų žinių ir įgūdžių.

### SAVANORIO TEISĖS:

- Teisė gauti išsamią informaciją apie organizacijos, kurioje savanoris nori padėti, misiją ir veiklą.
- Teisė gauti išsamią informaciją apie veiklą, kurią savanoris turėtų atlikti, įskaitant jos turinį ir laiką.
- Teisė į veiklą, kuri pateisins savanorio lūkesčius.
- Kontaktavimas ir bendradarbiavimas su savanorių koordinatoriumi arba kitu asmeniu, atsakingu už kontaktą su savanoriais konkrečioje organizacijoje.
- Kontaktas ir bendradarbiavimas su asmeniu, kuris skiria veiklą savanoriui ir priima iš jo atgal.
- Teisė į išsilavinimą, mokymą ar mokymą.
- Teisė į superviziją (susitikimas, kuriame savanoris gali pasidalinti savo jausmais, patirtimi, problemomis ir sėkme) – individualiai arba grupėje kartu su kitais savanoriais.
- Teisė pasakyti „ne“, jei veikla neatitinka savanorio interesų ir galimybių.
- Teisė žinoti, ar veikla, kurios jis ėmėsi, buvo veiksminga, ir prašyti atsiliepimo.
- Teisė gauti moralinį atlygį už gerai atliktą darbą.
- Teisė, atlikus ilgalaikę savanorio tarnybą, reikalauti išduoti „Pažymą apie atliktą ilgametę savanorio tarnybą“. (Pastaba - ilgalaikė savanorio tarnyba yra ilgesnė nei 3 mėnesiai);
- Teisė pasakyti ir būti išklausytam priimančios arba siunčiančios organizacijos, jei savanoris patiria etinį konfliktą.
- Nepatenkinamo bendradarbiavimo atveju, teisė kreiptis į savanorių centrą su prašymu pasiūlyti kitą savanorišką veiklą.



# SAVANORIO KODAS

## SAVANORIO PAREIGOS:

- Sutartą veiklą savanoris įsipareigoja atlikti savo jėgomis, pagal savo galimybes ir žinias.
- Savanoris privalo vykdyti įgalioto organizacijos atstovo nurodymus.
- Savanoris savo veikloje įsipareigoja laikytis organizacijos principų ir organizacijos saugos taisyklių. Jei jis nesilaiko šių taisyklių, jis yra atsakingas už bet kokią padarytą žalą.
- Savanoris išlaiko visišką konfidencialumą dėl informacijos, gautos apie klientus (asmens duomenys, sveikatos būklė, finansinė padėtis ir kt.) arba savo veiklos organizacijoje metu (informacija, gauta iš priežiūros ir vertinimo posėdžių, ypač faktai apie kitus savanorius, informacija apie patikėtus dokumentus) ir teisinius dokumentus (informaciją apie bendradarbiaujančias organizacijas).
- Be to, jis įsipareigoja be susitarimo su savanorių centru neteikti žiniasklaidai jokios informacijos apie „savanorystės programą“, išskyrus bendrą informaciją ir jos tikslus.
- Savanoris dalyvauja visuose mokymuose ir pratybose, reikalinguose jo veiklai organizacijoje vykdyti.
- Jis yra patikimas, vykdo užduotis, kurioms įsipareigojo, ir nepiktinaudžia pasitikėjimu.
- Jis paprašys pagalbos, kurios jam reikia jo veikloje.
- Jis žino ir atsižvelgia į savo ribas (laiko, sveikatos ir kt.).
- Jis tapatina save su organizacijos, kuriai jis vykdo veiklą, misija ir atstovauja jai išorėje.
- Jis yra komandos narys.



## 4. NEGALIOS RŪŠYS

### 4.1 Intelekto negalios ypatumai savanoriškoje veikloje

#### Apibrėžimas

Intelekto negalia (mokymosi negalia) – raidos sutrikimas, paveikiantis visus asmenybės komponentus (fizinius, psichinius ir socialinius). Protinių gebėjimų sumažėjimas pasireiškia įvairaus intensyvumo lygmenimis. Tai atsispindi suvokimo, mąstymo, vaizduotės, atminties, dėmesio ir kalbos gebėjimuose.

#### Naudingi patarimai

Intelekto negalia yra plataus spektro, todėl nėra vienareikšmio patarimo, kuris tiktų visiems. Visada stenkitės gerai pažinti žmogų, turintį intelekto negalią, ir pagalvokite, kaip su juo elgsitės. Gali tekti vartoti lengvai suprantamą kalbą. Lengvai suprantama kalba – tai trumpi ir paprasti sakiniai, vengiant per daug informacijos vienu metu: frazėje neturėtų būti daugiau nei viena mintis. Taip pat gerai nenaudoti ironiškų ar abstrakčių posakių. Užduokite klausimus paeiliui ir skirkite asmeniui pakankamai laiko atsakyti. Laukdami atsakymo būkite kantrūs ir ramūs. Gali būti, kad savanoris, turintis negalią, nemokės skaityti, taigi raskite kitą būdą kaip pateikti informaciją, pavyzdžiui, paaiškinti žodžiu.

#### Žmonių, turinčių intelekto negalią, savanoriška veikla

Anksčiau žmonės, turintys intelekto negalią, dažnai būdavo atstumiami nuo savanoriškos veiklos ir įsidarbinimo. Žmonių atstūmimo priežastys buvo įvairios, dažniausiai organizacijų nenoras įtraukti ir bendradarbiauti su asmeniu, turinčiu intelekto negalią ir abipusio pripažinimo nebuvimas iš organizacijos ir visuomenės pusės.

Šiai žmonių grupei dar labiau akcentuojami poreikiai: pripažinimas, savarankiškumas, apsisprendimas ir socialinė sąveika, kuriuos įgyvendinus atsiranda savo vertės pripažinimas, didėja pasitikėjimas savimi ir lygybės jausmas.

Kalbant apie žmonių, turinčių intelekto negalią, savanorišką veiklą, dažnai kalbama apie padidėjusį paramos poreikį.

### 4.2 Regos negalios ypatumai savanoriškoje veikloje

#### Apibrėžimas

Regėjimo sutrikimas – tai visiškas aklumas arba dalinis regėjimo praradimas, didesnis nei 3/10 dėl įgimtų, progresuojančių, paveldimų, trauminių, virusinių priežasčių ir kt. Šiuo metu regėjimo sutrikimus skiriame į lengvą, vidutinio sunkumo, sunkų ir praktinį bei visišką aklumą.

#### Naudingi patarimai

Kreipdamiesi į regos negalią ar regos sutrikimų turintį žmogų, prisistatykite, paaiškinkite, kas esate, ir kreipkitės tiesiai į jį. Praneškite, jei pasitraukiate ar išeinate, kitaip asmuo gali kalbėtis su tuščia vieta. Jei norite padėti regos negalią ar regos sutrikimų turinčiam žmogui, paklauskite, ar jie nori pagalbos – kai kuriems gali neprireikti jokios pagalbos. Niekada negriebkite ir nedarykite ko nors už juos. Visada paklauskite žmogaus, turinčio regos negalią ar regos sutrikimų, kaip jis norėtų būti vedamas. Kai kuriems žmonėms gali patikti, kad prilaikote juos už rankos, o kai kuriems – jūs paimtumėte juos už rankos ranka.

# ĮTRAUKI SAVANORYSTĖ

Būkite pasiruošę – jei neturite informacijos tinkamais formatais (garso, Brailio raštu, dideliu šriftu), turėtumėte būti pasirengę ją interpretuoti. Žmonėms, turintiems įgimtų regėjimo sutrikimų, gali būti sunku suprasti abstrakčias sąvokas ir idėjas (kurioms reikia vizualinio vaizdavimo). Įspėkite neįgalųjį apie reljefo pokyčius ir paaiškinkite garsius triukšmus. Jei priešais jus yra laiptai, nurodykite, ar jie veda aukštyn ar žemyn. Jei artėjate prie durų, būtinai paaiškinkite, koku būdu jos atsiveria ir kuria kryptimi. Atkreipkite dėmesį į stumdomas arba sukamas duris.

Niekada nestumkite žmogaus, turinčio regos negalią ar regos sutrikimą, į galinę sėdynę. Apibūdinkite sėdėjimo vietą (kėdė, žema sofa...), uždėkite ranką ant kokios nors sėdynės dalies ir nurodykite, į kurią pusę atsukta sėdynė.

Kai ką nors duodate žmogui, turinčiam regos negalią, nurodykite, kas tai yra, ir įdėkite daiktą tiesiai į ranką (nepalikite ant stalo).

Nepamirškite, kad regos negalią turinčiam asmeniui gali būti sunku orientuotis aplinkoje, jei iškabos nėra pakankamai didelės, ryškios ir atspausdintos kontrastingomis spalvomis arba nepakanka šviesos arba permatomos durys nėra tinkamai pažymėtos.

## **Žmonių, turinčių regos negalią ar regėjimo sutrikimų, savanoriška veikla**

Žmonių, turinčių sunkią regėjimo negalią, yra mažiau nei penktadalis. Dažniau sutinkame žmones, kuriems pasireiškia lengvesni regėjimo sutrikimai. Asmenys, turintys lengvą regėjimo negalią, gali lengviau kompensuoti savo sutrikimą pagalbinėmis priemonėmis.

Tačiau žmonių, turinčių regos negalią, savanoriškoje veikloje svarbu, kokius pagalbinus mechanizmus konkretus asmuo naudoja, t. y. kaip negalia ar sutrikimas yra palengvinamas. Taip pat svarbu pasidomėti, ar regos negalią turintis žmogus gali naudotis kokiomis nors komunikacijos priemonėmis. Atitinkamai su savanoriu galite susitarti dėl informacijos perdavimo ne savanorystės metu.

Orientacija ir savarankiškas judėjimas aplinkoje yra dažnas silpnaregių sunkumas, kuris savanoriškoje veikloje gali sukelti problemų, susijusių su ne tik su transportu, bet ir su savarankišku judėjimu nepažįstamoje aplinkoje.

## **4.3 1.1. Klausos negalios ypatumai savanoriškoje veikloje**

### **Apibrėžimas**

Klausos negalia – tai dalinis arba visiškas klausos praradimas, didesnis nei 25 decibelai dėl įgimtų, virusinių, trauminių ar toksinių pažeidimų. Žmonės, kurie nuo gimimo neturi klausos, dažnai kalba gimtąja gestų kalba. Gestų kalba labai skiriasi nuo šnekamosios kalbos, ji turi savo gramatiką, žodyną ir idiomias. Žmonės, praradę klausą, naudojami skaitymu, rašytinėmis žinutėmis, pagrindiniais ženklais. Šie žmonės išmoko valdyti šnekamąją kalbą.

### **Naudingi patarimai**

Geriausia paklausti, kaip žmogui labiau patinka bendrauti, o ne spėlioti. Nedidelį klausos sutrikimą turintys žmonės gali apsieiti ir be klausos aparato, tačiau jų bendravimas priklauso nuo tam tikrų sąlygų: geros akustikos, jokio foninio triukšmo, gero apšvietimo ir aiškios kalbos. Jiems gali būti sunku dalyvauti grupės diskusijoje.

Žmonėms, turintiems sunkų klausos sutrikimą, gali būti naudingi pagalbiniai ženklai ir rašytinė informacija, jei įmanoma.

# ĮTRAUKI SAVANORYSTĖ

Norint atkreipti klausos negalią turinčio žmogaus dėmesį, gali prireikti lengvo prisilietimo prie peties arba rankos.

Kalbėdami nerėkite, o naudokite įprastą balso toną. Sunkiau skaityti iš lūpų, kai kas nors šaukia. Žinutė taip pat ne aiškesnė, tik garsesnė.

Kalbėkite lėtai ir žiūrėkite į žmogų, pakeiskite žodžius, jei klausos negalią turintis asmuo jūsų nesupranta. Naudokite gestus ir kūno kalbą, kad būtumėte suprasti.

Stenkitės atsukti veidą į šviesą ir neuždenkite burnos rankomis.

Galite užrašyti trumpus tekstus, jei tai palengvins pokalbį.

Jeį pranešimo perdavimas vyksta tik garsinėmis priemonėmis, nepamirškite, kad grupėje yra asmuo, turintis klausos negalią.

Žmogui, turinčiam klausos negalią, taip pat bus sunku žiūrėti vaizdo įrašus be subtitrų ar ženklų interpretacijos.

## **Žmonių, turinčių klausos negalią, savanoriška veikla**

Tam tikrų kompensacinių mechanizmų pagalba žmonės, turintys klausos negalią ar klausos sutrikimų, gali bendrauti įprasta šnekamąja kalba ir naudotis tais pačiais komunikacijos būdais kaip ir žmonės, turintys gerą klausą. Kaip savanoriai, šie žmonės gali dalyvauti taip pat, kaip ir žmonės be klausos negalios. Tai priklauso nuo klausos stiprumo lygmenio.

Dalis žmonių, turinčių klausos negalią, vartoja gestų kalbą, kuri vis dėlto gramatiškai skiriasi nuo nacionalinės kalbos (pvz., čekų) ir yra laikoma kultūrine mažuma, turinti savo papročius, istoriją, meną ir humorą.

Dėl šios priežasties ši grupė turi du apribojimus: klausos sutrikimą ir priklausymą kitai kultūrinei mažumai. Abu šie veiksniai atsispindi komunikacijoje.

Todėl žmonių, turinčių klausos negalią, savanoriškoje veikloje svarbiausia perteikiama informaciją pritaikyti atitinkamam asmeniui. Galime daryti prielaidą, kad jei su savanoriu, turinčiu klausos negalią, randamas tinkamas bendravimo būdas, klausos sutrikimas nėra reikšmingas apribojimas pačios savanoriškos veiklos.

## **4.4 1.1. Fizinės negalios ypatumai savanoriškos veikloje**

### **Apibrėžimas**

Yra daug fizinės negalios rūšių, atsirandančių dėl įgimtų, trauminių ar progresuojančių ligų.

Neuro-raumeniniai sutrikimai: nugaros smegenų pažeidimas (paraplegija, tetraplegija), cerebrinis paralyžius, spina bifida, amputacija, raumenų distrofija, širdies liga, cistinė distrofija, cistinė liga.

Fibrozė, paralyžius, cerebrinis paralyžius ir insultas– šios sveikatos būklės gali sumažinti judrumą. Įvairių tipų kompensacinės pagalbinės priemonės (prietaisai, protezai, ortopedinės priemonės, vežimėliai) gali koreguoti judrumą.

### **Naudingi patarimai**

*Žmonės, kuriems sunku vaikščioti:*

- Jei įmanoma, pasiūlykite vietą atsisėsti.
- Pasiūlykite padėti apsirengti, panešti krepšius ir kt.
- Žmonėms, kurie naudojami pagalbinėmis judėjimo priemonėmis, gali būti sunku remtis rankomis stovint.
- Daugelis negalių gali apsunkinti arba padaryti neįmanomą daiktų išlaikymą ir sugriebimą. Galūnių silpnumas gali paveikti pusiausvyrą.



# INCLUSIVE VOLUNTEERING

*Žmonės, kurie naudojami neįgaliųjų vežimėliais:*

- Žiūrėkite tiesiai į žmogų, sėdintį neįgaliojo vežimėlyje. Ilgesnio pokalbio metu atsiklaupkite ar atsisėskite, kad būtumėte jo lygyje, taip pokalbis bus patogesnis.
- Nesiremkite į neįgaliojo vežimėlį ir nesinaudokite juo be asmens leidimo. Neįgaliojo vežimėlis yra jo savininko dalis, todėl labai nepagarbu būtų uždėti koją ant jo ratų.
- Pastatykite vežimėlį taip, kad jo naudotojas nebūtų nusuktas į sieną ar kitokią kliūtį.

*Apskritai:*

- Kalbėkite normaliu balso tonu, pasiūlykite padėti atidaryti duris, pasiimti nukritusius daiktus. Paklauskite, ar žmogui, turinčiam fizinę negalią, reikia ką nors paduoti.
- Nelaikykite neįgalaus žmogaus nekompetentingu. Prieš ką nors darant pačiam, geriau visada paklausti. Palaukite atsakymo, kad galėtumėte padėti. Žmogus, turintis negalią, geriausiai žinos, kada ir kaip jam reikia padėti.
- Apsvarstykite, kad kai kuriems žmonėms, turintiems negalią, gali būti sunku arba neįmanoma naudotis daiktais, vartyti puslapius ar naudotis rašymo priemonėmis.

## **Žmonių, turinčių fizinę negalią, savanoriška veikla**

Būtina suvokti ir išgryninti kliūtis, kurios gali atsirasti savanorystės metu. Pirmiausia tai susiję su pastatų, patalpų prieinamumu, durų pločiu, parkavimo galimybėmis, tualetų ar poilsio patalpų prieinamumu arba durų atidarymo sistema.

Beto organizacijos darbuotojų psichologinės kliūtys, kylančios iš nežinomybės baimės, globos, padidėjusio jautrumo, apibendrinimo, išankstinio nusistatymo ar diskomforto, taip pat gali būti didelė kliūtis savanorystėje.

Tačiau su abiejų tipų kliūtimis galima susitvarkyti tiek savanoriui, tiek priimančiai organizacijai.

## **4.5 1.1.Psichinės sveikatos sutrikimų ypatumai savanoriškos veikloje**

### **Apibrėžimas**

Tai psichikos ligos, kurios trukdo funkcionuoti žmogaus aktyviam gyvenimui, pavyzdžiui, mokymuisi, darbui, bendravimui ir pan.. Psichikos ligos yra depresija, šizofrenija, nerimo sutrikimai, valgyimo sutrikimai, priklausomybės, bipolinis- afektinis sutrikimas.

### **Naudingi patarimai**

Gali tekti suskaidyti instrukcijas į mažas dalis, kad jas būtų lengva suprasti. Būkite konkretūs ir nesiimkite jokių sudėtingų posakių, kurie nėra savaime suprantami. Būkite atsargūs, kad neįsibrautumėte į jo asmeninę erdvę. Kai kuriems žmonėms tai gali sukelti nerimą. Stenkitės išvengti, kad nepaskatintumėte žmogaus „pasikeisti“ į kitą asmenį. Kartais gali būti naudinga nustatyti tam tikras ribas, pvz., „Turiu tik 5 minutes su tavimi pasikalbėti“ arba „Negaliu su tavimi pasikalbėti, jei esi toks nusiminęs“. Stenkitės būti ramūs ir kantrūs.

## **Žmonių, sergančių psichikos ligomis, savanoriška veikla**

Kadangi yra įvairių psichikos ligų, nėra lengva atrasti savanorystės būdų šiems žmonėms. Jų veiklą gali paveikti ne tik besikeičianti ligos būklė, bet ir naudojamų vaistų poveikis.

Mūsų ankstesnė patirtis su savanoriais, turinčiais psichikos sveikatos problemų, yra tokia, kad būtina suprasti ir toleruoti galimą pastovumo nebuvimą, nes pasitaiko, kad psichikos ligomis sergančiam savanoriui dėl ligos kartais reikia pailsėti net kelias savaites (priklausomai nuo diagnozės).

Užsiėmimų metu reikia daryti pertraukėles, apie poilsio poreikį geriau pasiteirauti pačių savanorių. Psichikos liga sergančiam savanoriui gali būti sunku susikaupti.

# RIBOS/BARJERAI

## 5 RIBOS/ BARJERAI

Kliūtys, praktiniai barjerai

Sklandžiam ilgalaikiam bendradarbiavimui su savanoriu pravartu nuo pat pradžių nusistatyti taisykles ir ribas. Sveikos ribos yra tai, kas visuose santykiuose veikia ilgai, jos padeda mums būti harmonijoje tiek su savimi, tiek su kitais.

Kadangi įtraukioje savanorystėje atsižvelgiama į tai, kad potencialūs savanoriai yra socialiai atskirti arba jiems gresia atskirtis, gali būti, kad šie savanoriai turės didesnį norą užmegzti kontaktą, bet dėl savo menkesnio supratimo apie galimas pasekmes ir dėl mažesnės patirties, taisyklės ir ribos labai svarbios.

Tačiau tai nereiškia, kad neturėtumėte būti paslaugūs, pagarbūs ir bendrauti draugiškai.

Rekomenduojame iš anksto nuspręsti:  
Kaip noriu praleisti laiką su savanoriu?  
Kiek laiko?  
Ką noriu, kad savanoris apie mane žinotų?  
Kaip noriu, kad į mane kreiptųsi?

### 5.1 1.1. Praktiniai užsiėmimai. Pratimas su virve

Pakvieskite dalyvį atsistoti kambario viduryje. Pasiūlykite jam/jai įsijausti į savo kūną (pvz., išsitiesti, kvėpuoti ar pašokti, suvokiant savo laikyseną ir stuburą, visą kūną) ir ištiesti aplink save esančią virvę maždaug 2 m atstumu nuo savęs. Kai ratas bus paruoštas, paprašykite kitų dalyvių palaipsniui artėti prie viduryje esančio dalyvio, stumdami jo rato – virvės – ribas. Į laipsnišką kitų dalyvių artėjimą viduryje esantis dalyvis gali reaguoti žodžiais ar kūno kalba, pagal savo jausmus. Kai nė vienas iš dalyvių nebejudą (juos dalyvis sustabdė rato viduryje), pratimas baigiasi. Tada dalyviai dalijasi savo jausmais, o viduryje esantis dalyvis gali pasidalyti savo jausmais, tokiais kaip:

- kaip jautėsi kitiems sakydamas stop.
- kaip aš jaučiausi, kai jie artėjo prie manęs.
- ar pajutau kokius nors signalus savo kūnui.





# RIBOS/ BARJERAI

## Praktinis užsiėmimas- Apsvarstykime situacijas

Suskirstykite dalyvius į mažas grupes. Surašykite skirtingas situacijas į mažas korteles ir jas sumaišykite. Kiekviena grupė turėtų išsirinkti po lapelį su situacija ir suskirstyti situacijas: peržengtos asmeninės ribos, profesinės ribos, bet kokios kitos ribos arba tiesiog priskirti situacijai, kurią reikia išspręsti (kai kurios gali sutapti, bet profesinė riba visada yra pirmoje vietoje prieš asmenines ribas). Po veiklos aptarkite ir palyginkite, tada pristatykite savo situacijas ir ribų svarbą. Kiekvienai iš toliau nurodytų situacijų padiskutuokite ir nuspręskite, ar gali būti pažeistos asmeninės, profesinės ribos, viena iš ribų, ar nė viena iš šių ribų.

Savanas paliečia tavo ranką	Įtrauktis bičiulis šaukia ant savanorio	Savanas prašo koordinatoriaus asmeninio telefono numerio	Įtrauktis bičiulis ar savanas nuolatos vėluoja
Savanas šaukia ant įtrauktis bičiulio	Savanas liečia nėščiosios pilvą (koordinatorės ar įtrauktis bičiulės)	Savanas prašo koordinatoriaus paskolinti pinigų	Savanas rodo gužą/sumušimą ant kojos
Savanas skolinasi daiktus iš organizacijos be leidimo	Savanas geria alkoholinius gėrimus savanorystės metu	Savanas pertraukia jūsų telefoninį pokalbį	Savanas atneša jums gėlių
Savanas atsiveda savo draugus į veiklas	Savanas prideda jus prie draugų sąrašo Facebook	Savanas ar įtrauktis bičiulis klausia apie jūsų amžių	Savanas kviečia jus susitikti kitur, po savanorystės veiklų
Savanas tikrina informaciją ir ieško tavo adreso	Savanas skambina jums į darbo telefoną 5 kartus per dieną	Savanas ar įtrauktis bičiulis atlieka darbus, kurie nebuvo paskirti	Savanas prašo nuslėpti savo nusikalstamą veiką
Savanas nuolatos siunčia tau žinutes	Savanas pakviečia jus į savo gimtadienio šventę	Savanas prašo parvežti jį namo	Savanas klausia apie jūsų seksualinį gyvenimą

# LENGVAI SUPRANTAMA KALBA

## 6 LENGVAI SUPRANTAMA KALBA, PAPRASTAS BENDRAVIMAS

- Svarbiausia išlaikyti vienodą akių lygį ir būti dėmesingam bei pagarbiam.
- Pradžioje išsiaiškinkite, kaip dalyviai nori, kad į juos būtų kreipiamasi. Nekalbėkite su negalią turinčiais savanoriais kaip su vaikais, o laikykitės tų pačių taisyklių kaip ir su visais kitais.

**Lengvai suprantama kalba reiškia suprantamą, aiškią kalbą, tinkančią net ir riboto supratimo žmonėms. Net sudėtingą profesinę informaciją turime mokėti perduoti suprantama kalba.**

**Supaprastinta kalba turime mokėti perteikti informaciją, kurios adresatams reikia, kad jie susiorientuotų situacijoje ir žinotų, ką daryti. Informacijos, kurią perteikiame paprasta kalba, gavėjai gali būti žmonės su psichikos negalia, demencija, užsieniečiai, silpniau mokantys tos šalies kalbą, asmenys, turintys disleksiją, asmenys su ADHD, kai kurie socialiai atskirti asmenys ir kt.**

- Supaprastinta kalba NĖRA lengva, bet priešingai, kartais gali būti labai sunku supaprastinti savo mintis iki to, kas tikrai svarbiausia, o vėliau tai apibūdinti paprastais žodžiais. Paprasta kalba reikalauja praktikos.
- Sukurkite gerą pokalbio atmosferą, kurioje dalyviai jaustųsi vertinami, pripažinti ir patogiai.
- Būkite supratingi ir sutikite kitus akių lygyje kaip suaugę. Pagarba, pripažinimas yra labai svarbūs.
- Aktyvus klausymasis yra labai svarbus, nes tik taip galite sužinoti, ko nori jūsų kolega.
- Naudokite daugiau gestų, veido išraiškų ir kūno kalbos bei naudokite paveikslėlius, simbolius, piktogramas, kad turinį perteiktumėte suprantamai.
- Kalbėkite lėtai ir aiškiai.
- Dažnai kartokite turinį, jei įmanoma, naudokite skirtingus žodžius ir pavyzdžius.
- Vartokite kasdienius posakius ir venkite svetimų kalbų, sudėtinių žodžių, frazių ar sudėtingų ir ilgesnių sakinių.
- Viename sakinyje nurodykite tik vieną mintį, paprastai vieną sakinį turi sudaryti ne daugiau kaip 15 žodžių.
- Turėkite kantrybės ir skirkite sau, bet ypač savanoriams, daug laiko.

### 1) Vartokite paprastus žodžius!

x Neteisingai: patvirtinti, atsakyti-pakartoti.

-> Teisingai: leisti, atsakyti.

### 2) Vartokite žodžius, kurie tiksliai ką nors apibūdina.

x Neteisingai: viešasis vietinis transportas.

-> Teisingai: autobusas ir traukinys.

### 3) Naudokite pažįstamus žodžius. Venkite techninių terminų ir svetimžodžių.

x Neteisingai: dirbtuvė, priimti.

-> Teisingai: darbo grupė, sutikimas.

## 4) Paaiškinkite sunkius žodžius ir iš anksto paskelbkite sunkius žodžius.

x Neteisingai: profesinė rehabilitacija.

-> Teisingai: "Jis pateko į nelaimingą atsitikimą ir nebegalėjo vaikščioti. Jis naudojasi neįgaliojo vežimėliu. Dabar jis mokosi kitos profesijos, kuriai netrukdo neįgaliojo vežimėlis. Sunkus žodis tam yra „profesinė rehabilitacija“.

## 5) Visada vartokite tuos pačius žodžius tiems patiems dalykams.

x Neteisingai: nekeiskite tokių žodžių kaip vaistai į tabletė arba komanda į darbo grupė.

-> Teisingai: vienu metu naudokite vieną žodį.

## 6) Naudokite trumpus žodžius.

x Neteisingai: omnibusas.

-> Teisingai: autobusas.

## 7) Jei tai neįmanoma, ilgus žodžius atskirkite brūkšneliu. Tada lengviau galima perskaityti žodžius.

x Neteisingai: Bundesgleichstellungsgesetz (Federalinis lygybės įstatymas)

-> Teisingai: Bundes-Gleichstellungs-Gesetz (Federalinis lygybės įstatymas)

## 8) Venkite santrumpų.

x Neteisingai: pvz.

-> Teisingai: pavyzdžiui.

## 9) Naudokite veiksmažodžius ir venkite daiktavardžių.

x Neteisingai: pasirinkimas, skambinimas.

-> Teisingai: pasirinkti, skambinti.

## 10) Vartokite aktyvius žodžius, nenaudokite pasyvių posakių.

x Neteisingai: mums bus suteiktas leidimas rytoj.

-> Teisingai: rytoj gausime leidimą.

## 11) Venkite sąlyginių sąlygų. Tai sakiniai su žodžiais turėtų, galėtų, privalėtų, norėtų.

x Neteisingai: tai galima padaryti rytoj.

-> Teisingai: tai galėtume padaryti rytoj.

## 12) Naudokite teigiamą kalbą. Venkite neigiamos kalbos, tai yra: nevirtokite žodžio NE.

x Neteisingai: aš tau nedraudžiau.

-> Teisingai: aš tau leidžiu.

## 13) Venkite frazių ir perkeltinės kalbos.

x Neteisingai: tai tėvai- varnos.

-> Teisingai: jie blogi tėvai.

# LENGVAI SUPRANTAMA KALBA

**14) Parašykite trumpus sakinius. Kiekviename sakinyje pasakykite tik vieną teiginį. Ilgus sakinius išskirstykite.**

x Neteisingai: jei pasakysite man, ko norite, arba ką aš galiu padaryti, aš galiu jums padėti.

-> Teisingai: aš galiu jums padėti. Prašau, pasakyk man: ko tu nori.

**15) Naudokite paprastą sakinio konstrukciją.**

x Negerai: eisime atostogauti kartu.

-> Teisingai: atostogausime kartu.

**16) Kreipkitės į žmones / skaitytojus asmeniškai.**

x Negerai: rytoj rinkimai.

-> Teisingai: balsuoti galėsite rytoj.

**17) Jei savo kalboje skirstote adresus pagal svarbą ar pobūdį, savo santykius, nesikreipkite į asmenį, turintį intelekto negalią, kaip į vaiką, nebent jūs abipusiškai susitarėte dėl mažybinio bendravimo.**

**Pratimas:** suskirstykite dalyvius į poras ir paprašykite išversti tą patį tekstą (laikraštį straipsnis...) lengvai suprantama kalba. Tada kartu garsiai skaitykite savo naujai sukurtus tekstus.

## 7 1.VIEŠŪJŲ RYŠIŲ REKOMENDACIJOS

Kadangi tikrai svarbu sukurti gerą PR, galite perduoti pasauliui ir savo organizacijai informaciją apie įtrauktį.

### Kaip tai padaryti?

1. Įsitikinkite, kad jūsų savanoriai sutinka skelbti savo asmeninius duomenis ar nuotrauką jūsų viešajam ryšiui. Jei jie pasirašė savanorių sutartį, tikriausiai taip pat pasirašė GDPR sutikimą.
2. Kokią žinią norite perduoti? Apie ką norite pasikalbėti?
3. Kokie yra pagrindiniai jūsų organizacijos principai? Koks jos įvaizdis?
4. Ko norite pasiekti, ką įtrauktis duoda jums jūsų organizacijoje?
5. Susikoncentruokite tik į tą žiniasklaidos priemonę, kurią jūsų tikslinė auditorija iš tikrųjų naudoja.



# MOKYMŲ SCHEMA

## 8 REKOMENDUOJAMA MOKYMŲ SCHEMA

### 2 DIENŲ MOKYMAI (KIEKVIENAS SUSITIKIMAS 3 VAL.)

Pagrindinės rekomendacijos ir informacija 1-ai dienai, pirmam pusdieniui.

Laikas	Tema	Objektas	Įrankiai, medžiagos
Savatorių koordinatorių mokymų schema, pirma diena, 3 val.			
20 minučių	Pasisveikinimas, dalyvių pristatymas	Susipažinimas, dalyvių vaidmuo organizacijose	Ledlaužis: leiskite dalyviams pasirinkti iš skirtingų atvirukų, pristatyti ir aprašyti, kodėl pasirinko būtent tokį atviruką
20 minučių	Lūkesčiai, baimės, motyvacija	Išsiaiškinkite motyvus, lūkesčius ir rūpesčius dėl geresnės mokymų kokybės	Atverčiamoji lenta, žymekliai
20 minučių	Savariškos veiklos, įtraukios savanorystės, įgalinimo pristatymas	Apžvelgti temas, susijusias su įtraukia savanoryste ir įgalinimu	Pristatymas, diskusija su dalyviais
20 minučių	IMProVE projekto ir jo koncepcijos pristatymas	Paaiškinti, kaip veikia visa IMProVE koncepcija	Pristatymas, gerųjų patirčių pavyzdžiai
10 minučių	Pertrauka		

# MOKYMŲ SCHEMA

## 2 DIENŲ MOKYMAI (KIEKVIENAS SUSITIKIMAS 3 VAL.)

Pagrindinės rekomendacijos ir informacija 1-ai dienai, antram pusdieniui.

Laikas	Tema	Objektas	Įrankiai, medžiagos
Savanorių koordinatorių mokymų schema, pirma diena, 3 val.			
20 minučių	Įtraukties bičiulio ir koordinatoriaus vaidmenų pristatymas	Išsiaiškinti, koks mano koordinatoriaus vaidmuo	Pristatymas, diskusija
30 minučių	Savanorystė jūsų organizacijoje	Pratimas: rasti galimas darbo vietas koordinatorių organizacijose	Darbas grupėse, popierius, žymekliai
30 minučių	Pirmasis susitikimas su savanoriu, savanorių motyvacija, savanorių poreikiai	Sužinoti savanorio poreikius, galimybes, patirtį. Žinoti, kaip išlaikyti ilgamečio savanorio motyvaciją	Pristatymas, diskusija su dalyviais
10 minučių	Dalyvių atsiliepimai, mokymų santrauka	Aptarti, ar buvo patenkinti lūkesčiai	Dixit kortos



# MOKYMŲ SCHEMA

## 2 DIENŲ MOKYMAI (KIEKVIENAS SUSITIKIMAS 3 VAL.)

Pagrindinės rekomendacijos ir informacija 2-ai dienai, pirmam pusdieniui.

Laikas	Tema	Objektas	Įrankiai, medžiagos
<b>Savanorių koordinatorių mokymų schema, antra diena, 3 val.</b>			
20 minučių	Sveiki atvykę, kaip sekasi?	Susipažinti vieni su kitais	Ledlaužis – nusileido ateiviai, paprastais paveikslėliais paaiškinkite, kaip praleidote paskutinius mokymus. Popierius, pieštukai...
20 minučių	Kaip nustatyti taisykles ir kam?	Paaiškinti, kodėl reikalingos taisyklės ir kaip jas sukurti	Protų šturmas – įsivertinimo taisyklės Atverčiamoji lenta, žymekliai
20 minučių	Konfliktų sprendimai	Žinoti kai kuriuos pagrindinius žingsnius kilus konfliktui	Pristatymas, diskusija
20 minučių	Savanorio kodas	Sužinoti savanorio teises ir pareigas	Pristatymas, diskusija
10 minučių	Petrauka		

# MOKYMŲ SCHEMA

## 2 DIENŲ MOKYMAI (KIEKVIENAS SUSITIKIMAS 3 VAL.)

Pagrindinės rekomendacijos ir informacija 2-ai dienai, antram pusdieniui.

Laikas	Tema	Objektas	Įrankiai, medžiagos
<b>Savanorių koordinatorių mokymų schema, antra diena, 3 val.</b>			
20 minučių	Pristatymas apie negalias	Negalių apžvalga, naudingi patarimai apie savanorystę	Pristatymas, diskusija su dalyviais
20 minučių	Barjerai, kliūtys. Pratimai	Sužinoti, kodėl reikalingos ribos ir leisti dalyviams pastebėti savo ribas	Diagramos su situacijomis, naikinančiomis kliūtis, žirklys, virvė
30 minučių	Lengvai suprantama kalba	Supaprastintos kalbos įvadas, patarimai ir pratimai	Darbas grupėse, laikraščiai ar straipsniai, popierius, rašikliai
10 minučių	Ryšiai su visuomene	Rekomendacijos, kaip skatinti įtraukią savanorystę jūsų organizacijoje	Pristatymas, diskusija
10 minučių	Pažymėjimų įteikimas, atsisveikinimas, atsiliepimai	Mokymų užbaigimas	Atsiliepimai renkantis ir komentuojant atvirukus ar dixit korteles