

IMProVE

Inclusive Methods in Professional
Volunteering in Europe



MOKYMO KURSAI

SAVANORIAMS

SU

SU NEGALIA



**Mokymo kursų organizavimo vadovas savanoriams su negalia
2023**



Co-funded by
the European Union



dobrovolnické
centrum



Gemeinsam leben & lernen
in Europa e.V.

ASSOCIAZIONE
UNIAMOCI ONLUS



JAUNUOLIŲ DIENOS CENTRAS

Turinys

| | |
|---|----|
| 1. Bendrieji pasiūlymai | 1 |
| 2. 1 diena: Įvadas ir savęs tyrinėjimas Dalyvių prisistatymas IMProVE pristatymas Supratimas apie savanorystę | 4 |
| 3. 2 diena: minkštųjų įgūdžių ugdymas Emocinis valdymas pagalbinuose santykiuose Efektyvus bendravimas ir konfliktų valdymas | 10 |
| 4. 3 diena: planavimas ir organizavimas Laiko planavimas Organizaciniai gebėjimai Ankstesnės darbo / savanorystės patirties įsivertinimas Įdarbinimo ir priėmimo procesas | 15 |
| 5. Galutinis kurso veiklos įvertinimas Vertinimo tinklas Taško sujungimas | 20 |
| <hr/> | |
| 1 priedas – „Savanoriaujame“ – stalo žaidimas apie savanorystę | 21 |
| 2 priedas – Įsivertinimo lentelė | 25 |
| 3 priedas – Mano įgūdžių kontrolinis sąrašas | 26 |
| 4 priedas – Mano įgūdžių aplankas | 27 |
| 5 priedas – Dalyvavimo pažymėjimo šablonas | 34 |

Šiame leidinyje naudojami piktograminiai simboliai priklauso Aragono vyriausybei. Sergio Palao juos sukūrė ARASAAC (<http://www.arasaac.org>), platinančiam juos pagal Creative Commons licenciją BY-NC-SA.

GAIRĖS KOORDINATORIAMS

MOKYMO KURSŲ VEIKLOS

BENDRIEJI PASIŪLYMAI

Organizuodami mokymo kursą turite laikytis kelių paprastų taisyklių:

- pasirinkti ramų kambarį su pakankamai šviesos ir langais
- įtraukti pertraukų tvarkaraštį tarp veiklų, atsižvelgiant į dalyvių poreikius (pvz., jiems gali prireikti daugiau pertraukų)
- informuoti savo dalyvius apie savo mokymo taisykles, pavyzdžiui: kurso metu nesinaudokite telefonu, su kai kuriomis sutartomis išimtimis, nevertinkite žmonių ir jų nuomonės įžeidžiančiais komentarais, gerbkite kitą ir stenkitės aktyviai klausytis kitų dalyvių pasakojimų.

Šio mokymo kurso trukmė yra 3 dienos, o vieno susitikimo trukmė – 2 valandos.



Jeigu žmonių su negalia grupę sudaro asmenys su fizine negalia (žmonės sėdintys neįgaliojo vežimėlyje, naudojantys ramentus, asmenys su motorikos sutrikimais), turite įsitikinti, kad:

- informacinės sesijos vieta yra prieinama (be atitinkamų architektūrinių barjerų).
- neruoškite erdvės per daug kėdžių, nes kai kuriems dalyviams jų neprireiks.
- turėti pakankamai savanorių (geriausia po 1 kiekvieną du dalyvius), kurie galėtų padėti dalyviams judėti renginio vietoje, atsisėsti, rašyti, paimti daiktus nuo grindų, atidaryti duris ir pan., kada ir jei dalyviams to reikia.



Jei neįgaliųjų grupę sudaro žmonės, turintys mokymosi ir proto negalią, turite įsitikinti, kad:

- visa informacija pateikiama lengvai skaitoma ir suprantama kalba (tiek pristatant dokumentus, tiek kalbant).
- kelis kartus pakartokite nurodymą ir pagrindines sąvokas.
- turėti pakankamai savanorių, kurie galėtų padėti dalyviams aktyviai dalyvauti interaktyvioje veikloje (pageidautina po 1 kiekvienam pogrūpiui mažose grupėse ir po 1 savanorį 3-4 dalyviams apskritai).



Jei dalyvių grupėje yra žmonių, turinčių psichikos sveikatos problemų (pvz., nerimo sutrikimų, nuotaikos sutrikimų ir psichozių), turite įsitikinti, kad:

- instrukcijos suskirstytos į mažas užduotis, kad būtų lengvai suprantamos.
- vartojami tik konkretūs posakiai, o sąvokos nėra savaimė suprantamos.
- gerbiama dalyvio asmeninė erdvė (kai kuriems žmonėms tai gali sukelti nerimą).
- kai kurios ribos turi būti nustatytos: pvz. „Turiu tik 5 minutes pasikalbėti su tavimi“ arba „Jei tu taip susijaudinęs, aš negaliu su tavimi kalbėtis“.
- asistentas ir pagalbinis personalas yra sveikintinas ir raminantis.



| | | |
|-------------------------------------|---|---|
| Projekto pavadinimas | IMProVE 2:0 – Inclusive Method in Professional Volunteering in Europe | |
| Vadovaujanti partnerių organizacija | 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 |  |



GAIRĖS KOORDINATORIAMS

MOKYMO KURSŲ VEIKLOS

BENDRIEJI PASIŪLYMAI

Jei dalyvių grupėje yra žmonės, turintys autizmo spektro sutrikimą, turite įsitikinti, kad:



- nemanykite, kad šio asmens kognityviniai gebėjimai yra riboti, jis gali suprasti kiekvieną jūsų ištartą žodį, bet gali turėti sunkumų.
- atsakinėkite žodžiu.
- pabandykite iširti pažinimo lygį prieš pradėdami veiklą, užduodami tam tikrus klausimus arba užduodami apie tai jį į renginį lydinčiam asmeniui (jeigu yra).
- vartosite žodinę, aiškią ir glaustą kalbą, vengiant slengo, niuansų ir sarkazmo: šios bendravimo formos gali būti painios ir nelengvai suprantamos autizmo spektro asmeniui.
- jiems suteikiama šiek tiek daugiau laiko informacijai įsisavinti ir apdoroti prieš pateikiant jums atsakymą.
- jie turi galimybę šiek tiek pabūti ramioje vietoje, jei jaučiasi per daug įtempti dėl situacijos (galite tai pastebėti padidėjus motoriniams ar vokaliniais stereotipams).



Jei neįgaliųjų grupę sudaro aklieji, turite įsitikinti, kad:

- pėsčiųjų take nėra kliūčių (pvz., akmenų ar lentelių).
- prieš pradėdami dalyviams suteikite šiek tiek informacijos apie vietas, kurioje rengiate informacinę sesiją, ypatybes, kur yra patalpos, kas yra patalpoje.
- visa informacija pateikiama balsu, bet kalbant nevartojami abstraktūs žodžiai.
- kad turite pakankamai savanorių, kurie galėtų nuvesti dalyvius į savo vietą, į patalpas (jei reikia), paimti daiktus, atidaryti duris ir pan., parašyti dalyvių indėlius grupės veiklos metu (mažiausiai po 1 savanoris 3- 4 dalyviai apskritai).

Jei žmonių su negalia grupę sudaro kurtieji, turite įsitikinti, kad:

- reikėtų pasikviesti gestų kalbos vertėją, kad būtų lengviau bendrauti.



- kalbėkite lėtai ir normaliu balso tonu, įsitikinkite, kad esate gerai apšviestoje padėtyje, kad burna yra gerai matoma ir esate arti auditorijos, kad būtų lengviau skaityti iš lūpų.
- informacija taip pat pateikiama raštu.
- Jūs netgi galite naudoti programinę įrangą, skirtą to, kas sakoma, transkripcijai realiuoju laiku, prijungtą prie projektoriumi, arba paprasčiau, galite pakviesti savanorį įvesti tai, kas sakoma, realiu laiku ir suprojektuoti ekrane. - Galite naudoti, pavyzdžiui, <https://webcaptioner.com/captioner>, Windows programai, skirta akimirksniu perrašyti išstartą žodį ekrane.
- būkite lankstūs: vieni kurtieji bendrauja gestų kalba, kiti skaito iš lūpų ir gali kalbėti, kiti teikia pirmenybę rašytiniam bendravimui - būkite pasirengę pritaikyti užsiėmimo palengvinimą pagal dalyvių poreikius.

Įspėjimas! Gali būti, kad ketinate priimti mišrią grupę arba apie kai kurias negalias jums nebuvo pranešta iš anksto, todėl turėtumėte būti lankstūs valdyme ir savanorių paramos dėka rasti kūrybiškų būdų, kaip pritaikyti veiklą.

Atsižvelkite į tai, kad kiekvienas asmuo su negalia skiriasi nuo kito ir yra skirtingi funkcionavimo lygiai net ir tos pačios rūšies negalios atveju, o tai gali turėti įtakos jų gebėjimui dalyvauti veikloje (tai ypač aktualu žmonėms, turintiems mokymosi ir intelekto negalią ir netgi žmonėms, turintys autizmo spektro sutrikimą); čia siūlomi patarimai ir pritaikymai yra bendri ir negali būti konkretūs kiekvienam dalyviui.

2. Įvadas ir savęs tyrinėjimas

2.1 SUPAŽINDINKITE SU MOKYMO TAISYKLĖMIS

Kai pradodate mokymo kursą apie savanorystę, savo dalyviams turite pateikti tam tikros informacijos.

Turėtumėte jiems pasakyti, kad jie dirbs saugioje vietoje, be sprendimo ir pakankamai neapsaugodami savo privatumo.

Galite duoti jiems konkrečių nurodymų:

mokymų trukmė
(įskaitant pertraukas)

mokymų
temos

ko negalima (pvz.:
užsiėmimų metu
laikykite telefonus
įjungtus, nevalgykite
prieš pertrauką,
būkite laiku)

Dalyviams galite duoti pritaikymo neįgaliesiems korteles. Prieinamumo kortelės yra viena iš „Inclusion Europe“ siūlomų įrankių, leidžiančių tvarkyti lengvai suprantamus seminarus ir susitikimus.

Turite paruošti žalias, geltonas ir raudonas korteles. Kiekvienas dalyvis gauna vieną žalią, vieną geltoną ir vieną raudoną kortelę.

Dalyviai dalijasi savo žaliaja kortele, kai sutinka su tuo, ką sakote. Jie tai iškelia, kad parodytų, jog supranta ir seka tave.

Dalyviai pakelia geltoną kortelę, sakydami, kad kalbate per greitai. Arba jie yra sumišę.

Dalyviai pakelia raudoną kortelę norėdami pasakyti, kad nesupranta, ką sakote, arba norėdami užduoti klausimą.

Pritaikymo neįgaliesiems kortelės gali būti geras būdas užtikrinti, kad visi suprastų, ką sakote, ir jos suteikia dalyviams daug galios.



Jei dirbate su regėjimo negalią turinčiais dalyviais, galite naudoti balso signalą:

SUSTABDYTI! - jei jie nesupranta arba jiems netinka tema;

EIK! - Jei visi sutiks ir seks tave.

2.2 DALYVIŲ PRISISTATYMAS

- Pasisveikinimo žaidimas (įkvėptas kūrybiniam teatrui)
- Eikite ir pasisveikinkite (lygis: paprastas)



Vykdytojas liepia dalyviams laisvai vaikščioti erdvėje, o tada vedėjas skatina žmones sveikintis vieni su kitais įvairiais būdais, tiek verbaliniais, tiek neverbaliniais.

Pradėti nuo:

- Pasveikink su ranka
- Pasveikink akimis
- Pasveikink nosimi
- Pasisveikink su savo plaukais

Ir tada *

- Pasisveikink piktai
- Pasveikink su laime
- Pasveikink su liūdesiu
- Pasveikink su nuostaba



Jei yra kurčiųjų, jie gali tai padaryti naudodami veido išraišką: abiejose pratimo fazėse priminkite dalyviams, kad jie žiūrėtų sieną ir perskaitytų, kaip keičiasi instrukcijos; vedėjas turėtų iš anksto paruošti pristatymą su instrukcijomis.



Jei yra asmenų, turinčių regėjimo negalią, su savanorio pagalba jie gali būti nukreipti dalyvauti veikloje, o jei grupę daugiausia sudaro aklieji, vedėjas gali praleisti pirmąją pratimo dalį ir atlikti antrąją. su dalyviais netgi išdėstė ir keičia emocijas, moduluodami balso toną ir kalbėdami po vieną.



Jei yra dalyvių, turinčių autizmo spektro sutrikimą, gali atsitikti taip, kad jiems sunku atpažinti emocijas ir užmegzti akių kontaktą, todėl galite jiems pasiūlyti tiesiog pasisveikinti su tuo, ką sutinka, taip, kaip jiems patinka.



- Pakeiskite savo vardą (lygis: sudėtingas)

Kai su kuo nors sveikinatės, pasiimate kito žmogaus vardą, su kuriuo prisistatote kitam. Pavyzdžiui: Aš, kaip Giulija, pasakysiu: „Mano vardas yra Džulija“ Paolo, kuris sako savo vardą, tada susitinku su Džovani ir sakau „Mano vardas yra Paolo“, o po to pasiimu Džovanio vardą. Ir taip toliau.

Jei yra asmenų, turinčių klausos negalią, kurie negali naudoti žodinio bendravimo, visa grupė galėtų atlikti pratimą gestais, todėl vedėjas turėtų paprašyti kiekvieno dalyvio žaidimo pradžioje padaryti gestą, kuris atvaizduotų save, žaidime, užuot apsikeitę vardais, jie keis gestus. Tai naudinga ir kaip įtraukiantis žinių žaidimas, nes kurtieji dažniausiai turi savo gestą-vardą.



- **Voratinklis**

Grupė sudaro ratą ir kažkas pasirodo, pasakydamas savo vardą, derindamas jį su maistu ar veikla, kuri jam labiau patinka. Kalbėtojas laiko vieną siūlo ar juostelės galą rankoje ir perduoda sruogą kitam, kuris tęsia žaidimą. Po kurio laiko susidaro į voratinklį panašus susipynimas. Pusė grupės laiko laidus ir verčia juos judėti, o kita grupės pusė žaidžia viduje su viršuje ir požeminėmis perėjomis; tada pakaitomis atlikite vidinės ir išorinės grupės vaidmenį.

Vykdytojas daro išvadą, sakydamas dalyviams, kad jie, kaip jie mato, yra grupė, turinti tarpusavio ryšių, kažkas gali judėti viena kryptimi, kažkas kita, bet jie vis tiek yra susiję.



Dalyvių, turinčių regėjimo negalią, užduotį nešti sruogą nuo vieno žmogaus kitam tenka vedėjui, o tolesnėje žaidimo dalyje, jei grupę daugiausia sudaro aklieji, jie gali būti pakviesti pabandyti lėtai judėti. laikant siūlą, apčiuopti tinklį, kitu atveju, jei neregijų dalyvių vos keli, dalyvius gali vesti keli savanoriai, o vedėjas – tradicine veikla.



Dalyvių, turinčių klausos negalią, atveju dalyvius galima pakviesti pasakyti savo vardą ir gestą, kuris gali reprezentuoti juos pačius (vietoj jiems patinkančio maisto ar užsiėmimo), arba gali žaisti tradicinį žaidimą, jei kurtieji kviečiami pasilikti. tokioje padėtyje, kad jie galėtų lengvai žiūrėti ekrane su transkripcija realiuoju laiku, kas sakoma.



- **Tyrinėkite savo vertybes**

Tyrinėkite savo vertybes – tai pratimas dalyviams išsiaiškinti, kokios yra jų svarbiausios vertybės. Tai geras pratimas, skirtas pradėti apmąstymus ir dialogą apie asmenines vertybes, baimes ir troškimus.

Medžiagos:

Lipnūs lapeliai

Rašikliai arba žymekliai

Instrukcijos

1 žingsnis:

Išdalinkite lapelius visiems dalyviams.

2 žingsnis:

Paprašykite jų užrašyti keturis dalykus savo gyvenime, kuriuos jie vertina labiausiai, keturis troškimus ir keturias baimes, po vieną ant kiekvieno lapelio.

3 veiksmas:

Kai visi turės dvylika lapelių, paprašykite dalyvių juos išdėlioti priešais save, kad jie galėtų juos aiškiai matyti ir gerai apžvelgti.

4 veiksmas:

Pasakykite dalyviams, kad dabar jie turi 30 sekundžių išrinkti tris jiems mažiausiai svarbius lapelius, ir išmeskite juos. Būkite griežti dėl laiko ir neduokite jiems daugiau laiko, net jei to reikia. Jie turi pasikliauti savo jausmais.

5 veiksmas:

Pakartokite paskutinį veiksma, dabar duokite jiems 20 sekundžių, kad išmestų dar du lapelius.


6 veiksmas:

Ir galiausiai pakartokite paskutinį veiksma, suteikdami jiems 20 sekundžių, kad išmestų dar du lapelius. Dabar jiems turėtų būti paliktos svarbiausios vertybės, baimės ir troškimai.

7 veiksmas:

Grupėje apmąstykite šiuos klausimus: Ką aš jaučiu dėl žodžių, kurie liko? Ar jų buvo tikimasi, ar jie mane nustebino?



Kurčiųjų dalyvių atveju vedėjas turi užrašyti užduotis lentoje, naudoti transkripciją realiuoju laiku arba kalbėti labai lėtai, kad būtų lengviau suprasti. Siekdamas duoti signalą, kad laikas baigėsi, vedėjas gali naudoti įvairių tipų nuliavimą, pvz., vibraciją ar mirksinčias lemputes.

Jei dalyvis turi regėjimo negalią, vedėjas gali atlikti tą pačią veiklą nieko nerašydamas, o tik pradėdamas apie tai diskusiją, savanoriai gali užsirašyti asmeniui ir priminti, kas yra ant pašto, kad palengvintų pasirinkimą arba Galima žaisti laisvų asociacijų žaidimą: šis žaidimas pagrįstas tuo, kas ateina į galvą, per daug negalvojant. Dalyviai lieka ratu. Vedėjas pradeda tarti žodį, susijusį su vertybėmis, baimėmis ir norais, šalia esantis dalyvis per daug negalvodamas turi pasakyti dar vieną žodį ir pan.

Dalyviams, neturintiems proto negalios, taip pat galite naudoti šią internetinę versiją: [Asmeninių vertybių įvertinimas \(valuescentre.com\)](https://www.valuescentre.com).



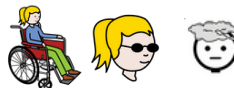
Juo naudotis yra lengviau ir su dalyviais galite pasidalinti šios svetainės QR kodu.

Jie pildys klausimyną savo išmaniaisiais telefonais.

Nepamirškite po to pristatyti trumpą apibendrinimą, pasidalinti rezultatais ir dalyvių mintimis.

2.3 IMProVE 2.0 PRISTATYMAS

2.3.1. PROTMŪŠIS APIE SAVANORYSTĘ



Protmūšis yra kūrybiškas būdas apmąstyti svarbias temas. Šiuo atveju tema bus „Ką iš tikrųjų reiškia savanorystė?“. Vedėjas pradeda užduoti šį klausimą dalyviams. Tada jie turės 3 minutes pasakyti, kas jiems skirta. Po 3 minučių vedėjas sujungia panašias idėjas ir paaiškina bendrą savanorystės apibrėžimą.

Svarbiausios protmūšio taisyklės yra šios:

- Nustatykite laiko limitą.
- Pradėkite nuo klausimo / problemos.
- Susilaikykite nuo teismų (netgi su savo kūno kalba).
- Laikykite atviras duris keistoms idėjoms (tai gali būti kūrybiškumo prieiga jūsų darbe).
- Orientuotis į kiekybę, o ne į kokybę: svarbu surinkti kuo daugiau idėjų ir tada atsirinksite geresnes.
- Sukurkite kitų idėjų: pagalbininkas turėtų „dirbti“ prie geros asociacijos, prašydamas dalyvių išplėsti idėją.
- Pasakykite „ir“ po idėjos, o ne „bet“: tai labiau padrąsina.



Dalyviams, turintiems mokymosi ar intelekto negalią arba autizmo spektro sutrikimą, reikia atsižvelgti į tai, kad kartais jiems sunku savanoriškai mąstyti svarbiomis temomis. Padarykite tai kuo paprasčiau. Vartokite paprastus žodžius ir paskatinkite juos konkrečiais pavyzdžiais. Gera mintis lengvai suprantama kalba pasidalyti pranešimais su citatomis apie savanorystę. Gali būti smagu pasirinkti tinkamą ir priklijuoti prie lentos.

Štai keli lengvai skaitomų ir suprantamų citatų apie savanorystę pavyzdžiai:

- savanorystė yra savanoriška veikla: Tai reiškia: Jūs nusprendžiate, ką daryti, kada daryti ir kiek ilgai ir dažnai tai darote.
- savanorystė džiugina.
- savanorystė daro tave stiprų.
- savanoriai padeda kitiems žmonėms.
- savanoriai padeda gyvūnams.
- savanoriai padeda gamtoje, pvz. Parkai, sodas.
- savanoriai padeda bendruomenės virtuvėje.
- savanoriai remia bendruomenes ir draugijas.
- Savanoriškas darbas yra pasirinkimas!

Klaidingos lengvai skaitomos ir suprantamos citatos gali būti:

- gausite pinigų už savanorišką darbą.
- Jūs turite savanoriauti.
- savanorystė yra kasdienė užduotis.



Jei yra dalyvių, turinčių klausos negalią, vedėjas turi užrašyti ant lentos pradinį klausimą ir protmūšio taisyklę. Jis gali kiekvienam dalyviui duoti lapelį ir paprašyti 5 minutes pagalvoti apie savanorystę, lapelyje nurodant, kas jam skirta ir kodėl. Tada kiekvienas dalyvis priklijuos savo lapelius, o vedėjas surinks juos į vieną vietą, užrašydamas ant lentos svarbiausius žodžius.

Apie IMProVE 2.0

Susitikimo metu turėtumėte pristatyti Kas yra savanorystė, IMProVE 2.0 su reklaminiu vaizdo įrašu, fotoknyga ir skaidrių demonstracijomis, kurias rasite prieduose.

Bendras pristatymas apie savanorystę
lengvai suprantama kalba:



Skaidrių demonstracija „[Improve 2.0 pristatymas](#)“



Vaizdinė medžiaga "Improve 2.0"

Fotoknyga "Improve 2.0"

2.4 Supratimas apie savanorystę

* Savanoriaukime (stalo žaidimas)



Savanoriaukime yra stalo žaidimas, panašus į žąsies žaidimą. Tai svarbu, nes didina informuotumą ne tik apie savanorystę, bet ir apie tai, koku savanoriu nori būti jūsų dalyviai.

Šiam žaidimui jums reikės kauliukų ir kelių pėstininkų jūsų dalyviams.

Turėsite atsispausdinti lentą ir korteles. Taip pat taisykles rasite lengvai suprantama kalba.

Instrukcijos labai paprastos: savanoris pradeda nuo raudonos dėžutės ir, jei nori laimėti, turi atvykti į savanorystės centrą.

Jis turi mesti kauliuką, laukdamas, kol skaičius 6 pradės „jo kelionę“.

Šiame procese jis turės išspręsti kai kuriuos klausimus ar situacijas, išreikšti svarbiausius savo įgūdžius, 3 žodžiais pasakyti, kas jam yra savanorystė.

Vykdytojas turi vesti dalyvius šiuo keliu: skaityti tekstą, paaiškinti ką nors neaiškaus, prisiminti taisykles, padėti jiems, kai reikia.

Jei vadovaujate kurčiųjų dalyvių grupei, vedėjas turi duoti jiems rašiklius ir popieriaus, kad jie užsirašytų atsakymus.

Jei jus palaiko gestų kalbą mokantis asistentas, paprašysite pagalbos.

Jei jūsų dalyviai yra akli, galite pasiūlyti jiems žaidimą, įsitikindami, kad jie turi tinkamą palaikymą ir perskaitydami jiems visą informaciją, surinktą stalo žaidime.



Žaidimo „Savanoriaukime“ instrukcijas, lentą ir korteles rasite 1 priede, p. 21-24

• Savanorio teisės ir pareigos



Sesijos pabaigoje galite parodyti ir komentuoti lengvai skaitomą ir suprantamą pristatymą apie savanorio teises ir pareigas.

Taip pat gera idėja gali būti dalintis nuoroda su dalyviais (geriausias pasirinkimas akliems dalyviams, kurie prireikus galėtų jos klausytis su ekrano skaitytuvo pagalba) arba atsispausdinti ir pristatyti dalyviams, kaip priminimą, ateičiai.

Atsisiųskite pristatymą čia:

<https://www.slideshare.net/uniamocionlus/volunteers-rights-and-responsibilities>



GAIRĖS KOORDINATORIAMS

MOKYMŲ KURSO 2-A DIENA

2 diena: minkštųjų įgūdžių ugdymas

- Emocinis valdymas pagalbiniuose santykiuose

TIKSLAI:

- ugdyti savanorio supratimą apie stresą ir įveikos įgūdžius.
- išmokti būti pakankamai įsitraukusiam ir atskirtam.
- sužinoti, kas yra empatija ir atkaklumas.



- Problemų sprendimo užsiėmimas „Ką darytų X“

Ši problemų sprendimo veikla skatina komandas galvoti apie naujas idėjas.

Instrukcijos:

- Padalinkite grupę į 3 arba 4 žmonių komandas. Tegul kiekviena komanda apsimeta įžymiu žmogumi.


Pavyzdžiui: Jūs esate svarbios šalies prezidentas. Vėl kyla COVID-19 pandemija. Ką darytumėte būdamas prezidentu?

- Kiekviena komanda turi spręsti problemą taip, lyg ji būtų žinoma asmenybė. Kokius pasirinkimus jie svarstytų? Kaip jie tai padarys? Tai padeda visiems apsvarstyti galimybes, apie kurias jie iš pradžių nepagalvojo. Jie turi tik 10 minučių apie tai pagalvoti.

**Taip pat galite pasiūlyti problemines situacijas, kurios gali kilti savanorystės metu:

pvz.: 1. Jūs esate naujas šios NVO savanoris, dirbantis su vaikais. Koordinatorius nekreipia į jus dėmesio, bet jūs nežinote, nuo ko pradėti. Ką tu darytum?

2. Pradėjote kaip savanoris IMPROVE darbuotojų pasiūlytoje NVO. Jie sakė, kad dirbsi su senais žmonėmis ir manai, kad tau tai patiks. Dabar supratote, kad ši vieta jums nelabai patinka. Ką tu darytum?

 Kurčiųjų dalyvių atveju galite paruošti keletą kortelių su svarbiais klausimais, pašto dėžutę su jų įžymiu vaidmeniu ir popierius bei rašiklį sprendimams parašyti. Po 10 minučių jie gali pasidalinti savo popieriumi su vedėju.

Muzika ir emocijos



Tokia veikla skatina diskusijas apie emocijas.

Vedėjas pasirenka keletą dainų, atspindinčių aiškiai skirtingus emocijų tipus. Grupė turi atpažinti, kokios emocijos skatina tokią dainą ir kodėl.

Galite naudoti šią svetainę <https://www.ocf.berkeley.edu/~acowen/music.html#> tai interaktyvus žemėlapis, kuriame galite rasti pavyzdžių, susijusių su 13 matmenų emocijų, galite dukart spustelėti raidę, kad sužinotumėte pavadinimo dainą).



Aprašymas: Kokias emocijas jaučiate klausydami šios dainos? Kodėl tu jauti šią emociją? Ar ši muzika ką nors primena apie jūsų praeitį? Kaip susitvarkote su šia emocija?



Kurčiųjų dalyvių atveju vaizdus galite naudoti kaip emocijų stimuliavimą. Metodas yra tas pats: vedėjas turi parodyti grupei paveikslėlių ir užduoti apibendrinančius klausimus apie tai, kokias emocijas tai sukelia ir kodėl.

- **Efektyvus bendravimas ir konfliktų valdymas**

TIKSLAI:

- išmokti atpažinti skirtingus bendravimo stilius
- ugdyti aktyvų klausymąsi ir tarpasmeninį bendravimą
- atpažinti, kas yra „neigiamas“ ir „teigiamas“ konfliktas
- išmokti pasakyti ne
- derybos

- *Pokalbis*



Vedėjas suskirsto komandą į poras ir paveda joms užduotį apklausti vienas kitą.

Prieš pradėdami pokalbį, bendrai nustatykite pokalbio atlikimo strategijas: nustatykite laiką (10 minučių), suteikite pirmenybę tam tikrai informacijai, pvz., vardui, pomėgiams, ankstesniems darbams, išsilavinimui, o kurčiųjų dalyvių atveju vedėjas pirmiausia parengia klausimus juos parašydamas. ant popieriaus lapo.

Paprašykite dalyvių užrašyti atsakymus pokalbio metu.

Galiausiai pakvieskite pašnekovą apibūdinti partnerį per gautą informaciją („Jam patinka daryti...“, „Jam nepatinka...“, „Jo pomėgiai...“, „Jo mėgstamiausias maistas yra). ..“).

- *Taip ir Ne*



Tikslas: susidurti su konfliktais ir apie juos diskutuoti.

Vedėjas sako „TAIP“ ir visi turi rėkti NE vis garsiau ir garsiau. Tada vedėjas turi kalbėti taip intensyviai, kol sušnabžda taip ir ne.

Po to vedėjas padalijo grupę poromis (A ir B). A pradeda kovoti nenaudodamas žodžių, o tik skaičių, o B turi atsakyti taip pat. Tai prasideda nuo A, kuris puola, ir B, kuris kartoja.

Po 5 minučių vedėjas klausia dalyvių, kaip ir ar jie išsprendžia konfliktą.



Esant dalyviams, turintiems klausos negalią, vedėjas gali pasiūlyti veiklą, pagrįstą gestais: jis pradeda sveikinimo gestu, o grupė turi atsakyti uždarymo gestu.

- *Taip ir iškyla*



Medžiagos:

- plakatai / skaidrės su sakinių pradžiomis
- laikmatis

Instrukcijos

Padalinkite grupę poromis. Dalyviai kartu surengs 2 trumpus pokalbius, planuodami įsivaizduojamą įvykį. Norėdami pradėti, kiekviena pora pasirenka renginį, kurį planuoja suplanuoti (gimtadienio vakarėlį, kelionę ir pan.). Kiekvienam pokalbiui vienas žmogus entuziastingai nori atlikti veiklą, kiti atsako kaip nurodyta (1. 2. 3. 4.). Prieš kitą pokalbį paraginkite dalyvius pamiršti ankstesnį pokalbį. 1 ir 2 pokalbių metu pakeiskite pokalbių vaidmenis, kad kiekvienas žmogus patirtų, ką reiškia pakartotinis atsakymas „Ne“ ir „Taip, bet“. Tai padės jiems pamatyti šių atsakymų poveikį atskirai, taip pat atskleisti kito asmens numatytąjį atsaką į tokio tipo atsakymą.



Esant dalyviams, turintiems klausos negalią, diskusiją galite užrašyti jūs ir jūsų partneris.

„Neigiamas“ partneris turi pasakyti:

1. Ne...
2. Taip, bet...
3. Taip ir... (pirmyn ir atgal)
4. Taip, man tai patinka ... ir ... (pirmyn ir atgal)

Aprašymas: kaip jautėtės? Ar pasiekėte kompromisą? Kodėl gi ne?



- *Septyni žodžiai*

Tikslas: išbandyti galimybę susitarti neatsisakant savo idėjų.

Instrukcijos:

Vedėjas nusprendžia temą (tai gali būti taika, laisvė, draugystė, šeima ir pan.) ir per 1 minutę dalyviai turi užrašyti ant popieriaus septynis, jų nuomone, svarbiausius žodžius ta tema.

Aklų dalyvių atveju jie gali tiesiog galvoti apie juos arba savanoris gali juos užrašyti kaip priminimą kitai žaidimo daliai.

Po to vedėjas suskirsto grupę poromis ir kiekviena pora turi rasti susitarimą dėl savo 7 žodžių per 2 minutes. Tai reiškia, kad jie turi nuspręsti, kuriuos žodžius pasirinkti iš 14 žodžių.

Tada vedėjas su poromis sukuria kvartetus ir per 5 minutes jie turi nuspręsti, ar tarp jų 14 žodžių yra 7 atrinkti žodžiai.

Vedėjas tęsia tol, kol dalyviai pasiskirsto tik į dvi komandas.

Dabar jie turės pasiekti visuotinį susitarimą, kad gautų 7 žodžius, tinkamus visiems.

D3-a diena. Planavimas ir organizavimas

- Laiko planavimas

TIKSLAI:

- išmokti organizuoti savo kasdienes užduotis.
- išmokti susidoroti su spaudimu.
- lavinti laiko pojūtį.

- Laikmačio žaidimas



Pomidorų technika yra bene garsiausia laiko valdymo įgūdžių ugdymo metodika. Jį sukūrė italas Francesco Cirillo. Tuo pačiu šis metodas yra labai paprastas ir efektyvus.

Norint pritaikyti šią techniką, reikalingas veiklų, kurias reikia atlikti grupėje, sąrašas ir virtuvės laikmatis (dažniausiai tai yra pomidoro ar pyrago formos laikmatis), nuo kurio technika ir pavadinta. Tačiau galite naudoti ir išmaniojo telefono programėlę, kurios yra skirtos „Android“ ir „iOS“.

1) Sudaryti sąrašą su užduotimis;

Pavyzdžiui: „Palieskite ką nors mėlyno“

„Rasti tris dalykus, kurie patinka visiems“

„Surask tris dalykus, kurių visi nemėgsta“

„Parašykite visų gimtadienio datą“

2) Padalinkite grupę į mažas grupes;

3) Pateikite jiems jų sąrašą;

4) Nustatykite laikmatį į 10 minučių;

5) 10 minučių užsiėmimo pabaigoje daroma 5 minučių pertrauka;*

6) Kitas laikmatis nustatomas dar 10 minučių.

*Vedėjas turėtų pasiūlyti dalyviams pasirinkti tai, kas jiems labiausiai patinka per 5 minučių pertrauką, pvz., „išgerti kavos, pasiklausyti mėgstamos dainos, užmerkti akis atsipalaiduoti“.



Dalyvių, turinčių klausos negalią, jūs galite duoti tam tikrų pritaikymų: jie negali klausytis laikmačio, todėl turite rasti kitą būdą, kaip juos įspėti. Pavyzdžiui, galite naudoti mirksinčią šviesą arba tiesiog išjungti kambario apšvietimą, kai laikas pasibaigs.

kiekvieno dalyvio savanoris turėtų palengvinti klausos negalią turinčio ir likusios grupės bendravimą, kad būtų užtikrintas jo aktyvus dalyvavimas.

- *Vienos minutės žaidimas*



Visi dalyviai turi užmerkti akis.

Vedantysis turi nustatyti laikmatį (be jokio garso), kad galėtų sekti laiką.

Kiekvienas dalyvis užsimerkęs turėtų atsisėsti, kai mano, kad praėjo minutė.

Kiti užduočių pavyzdžiai, jei turite dalyvių su fizine negalia, gali būti tai, kad kiekvienas iš jų turėtų apsisukti (jei jie yra vežimėlyje, tai gerai), arba pakelti ranką (bet pasirūpinkite, kad visi galėtų pakelti ranką) arba pajudinti bet kurią kitą kūno dalį, kai mano, kad praėjo daugiau nei viena minutė.



5 minutės apibendrinimo: labai mažai tikėtina, kad dalyviai sėdės / atliks užduotį tuo pačiu metu. Pagrindinė šio pratimo idėja yra parodyti, kad kiekvienas skirtingai suvokia laiką ir gali jus išmokyti, kad kai kurios veiklos gali užtrukti daug ilgiau, nei manote. Tai verčia kiekvieną susimąstyti apie savo laiko panaudojimą ir ar tai veiksminga, ar ne.

- **Organizaciniai įgūdžiai**

TIKSLAS:

- savirefleksija nusistatant prioritetus.

- *Stiklainio pratimas*



Šiam žaidimui reikalingos priemonės:

- Didelis stiklinis indas kiekvienam dalyviui.
- Įvairūs objektai: viskas gerai, pavyzdžiui, akmenys, akmenukai, smėlis ir kt.

Nepamirškite kiekvienam dalyviui duoti tiek pat daiktų.

Kiekvienas dalyvis turi užpildyti savo stiklainį pasirinktais daiktais. Tikslas yra įdėti visus daiktus į stiklainį. Šio žaidimo sėkmė priklauso nuo to, kuriuos elementus įvedėte pirmiausia. Jei, pavyzdžiui, nusprendėte pirmiausia įdėti smėlį, bus sunku ką nors kita įterpti.

5 minutės apžvalgos: šis stiklainis vaizduoja jūsų gyvenimą, o objektai yra dalykai, kuriais bandote žongliuoti. Šis žaidimas moko susidėlioti užduočių prioritetus. Pavyzdžiui, akmenys reiškia kažką didelio ir svarbaus, todėl juos reikia įdėti pirmiausia.

- **Dykumos salos žaidimas**     

Tai grupinis žaidimas, kuriam reikia rašiklio, popieriaus ir daug fantazijos.

Kiekvienas dalyvis turi įsivaizduoti, kad yra paliktas dykumos saloje. Galėdamas pasirinkti tik 3 dalykus, ką jis pasiimtų su savimi?

Šiuos 3 dalykus kiekvienas turi surašyti ant popieriaus per 2 minutes ir per 1 minutę už svarbiausią dalyką gauna taškų, o už nesvarbius – nulį.



Jei grupė sudaryta iš dalyvių, turinčių regos negalią, žaidimą galima organizuoti kaip fokuso grupę, o ne rašyti ant popieriaus, bet jei tokių dalyvių yra tik keli, žaidimą galima palengvinti tradiciniu būdu ir savanoriai gali užsirašyti. dalyviams; klausos negalią turintiems dalyviams, kurie nenaudoja žodinio bendravimo ir neturite gestų kalbos vertėjo, jie gali užrašyti savo mintis, o vedėjas ar savanoris perskaitys tai garsiai.

Šio žaidimo tikslas – išsiaiškinti, ar įmanoma susidėlioti prioritetus: jei gyvenime nesilaikysite laiko valdymo taisyklių, išsirinkti 3 dalykus per 2 minutes gali būti sunku.

Šio žaidimo metu susidariusi situacija gali būti gana panaši į jūsų darbinį gyvenimą, kai svarbioms užduotims atlikti turite, pavyzdžiui, 2 valandas ir turite susidėlioti prioritetus, kad juos sėkmingai įgyvendintumėte. Praktikuodami šį pratimą galite atpažinti blaškymąsi ir pagerinti dėmesį.

• Ankstesnės darbo / savanorystės patirties įsivertinimas

TIKSLAI:

- Dalyvių žinių, įgūdžių ir patirties supratimas.
- Konkrečių įgūdžių ir pasiūlymų apie gyvenimo aprašymą įgijimas.



Įsivertinimo lentelė

Ši savęs vertinimo lentelė yra lengvas ir paprastas būdas papasakoti apie ankstesnę darbo ir (arba) savanoriškos veiklos patirtį. Tai leidžia pagalbininkui sužinoti, kiek pasitiki darbu ar savanorystės patirtimi, ko jie išmoko ir ar yra patenkinti, ar ne.



Jei dalyvis turi regos negalią, vedėjas gali suskirstyti grupę į poras. Jie turi apklausti vienas kitą ir paklausti: „Ką tu veikei? - "Ką tu išmokai?" – „Ką galite patobulinti?"/>

Jie turės 5 minutes. Po to vedantysis paprašo kiekvienos poros pasirinkti lyderį, kuris papasakos, ką pasakė.

Testą rasite čia - 2 priedas - Įsivertinimo lentelė, p.25

- **Mano įgūdžių kontrolinis sąrašas**



Mano įgūdžių kontrolinis sąrašas yra dar vienas paprastas būdas iširti, kaip dalyviai susitvarko darbo / savanoriškos veiklos situacijoje.

Tai leidžia vedėjui geriau sužinoti, kokios yra bet kurio grupės nario ribos ir stipriosios pusės, ir pritaikyti tolesnius užsiėmimus savo poreikiams. Jį gali užpildyti visi, o esant regos negaliai turintiems dalyviams vedėjas gali perskaityti kontrolinį sąrašą ir paprašyti dalyvių pakelti ranką, ar tai kažkas jiems tinkama, ar ne.

Testą rasite čia – 3 priedas – Mano įgūdžių kontrolinis sąrašas, p.26

- **Mano įgūdžių aplankas**



Konkreto aplanko kūrimas yra geras pratimas žmonėms, turintiems mokymosi negaliai. Nes įprastos mokymo programos jiems nėra lengvai prieinamos.

Šiam žaidimui jums reikia:

- segtuvų
- įprastų darbo užduočių nuotraukų (pagal dalyvių pageidavimus)
- socialinių ir praktinių įgūdžių nuotraukų
- rašiklių ir spalvotų rašymo priemonių
- popieriaus

Vedėjas bendradarbiauja su dalyviais kurdamas savo aplanką: kiekvienas dalyvis turi sukurti savęs aprašymą su pagrindine jam svarbia informacija. Tada jie prideda norimas nuotraukas. Tarp paveikslėlių pridėkite tai, kas jiems labiau patinka.

Vedėjas gali atspausdinti po vieną maketą kiekvienam dalyviui, užpildyti ir papildyti vaizdais.

Aplanką rasite čia – 4 priedas – Mano įgūdžių aplankas, p.27

- **Įdarbinimo ir priėmimo procesas**

TIKSLAI:

- Supratimas apie įdarbinimo ir priėmimo procesą.
- Žinios apie savanorio pareigas ir teises.

- Pateikite dalyviams bendrą informaciją apie savanorių įdarbinimo ir priėmimo procesą.



- Paaiškinkite jiems, kad jie gali pažvelgti į jūsų savanorio pareigas

svetainėje arba galite tai padaryti kartu per individualų susitikimą, pasirenkant vietą, kurioje norėtų savanoriauti. Pasirinkę priimančią organizaciją ir patikrinę savanorio profilio ir organizacijos ieškomo savanorio profilio atitikimą, su pasirinkta priimančia organizacija pasidalinsite jų profilio informacija (CV arba aplankas) ir ieškosite įtraukimo bičiulio, kuris gali paremti savanorį.

Pasakykite dalyviams, kad paprastai savanorių koordinatorius savanoriškos veiklos vietoje nori susitikti su savanoriais prieš tai, kad nuspręstų, ar galite ten savanoriauti.

Kartais savanorio gali būti paprašyta pasirašyti savanorišką sutartį: savanoriškos sutartys padeda organizacijoms ir savanoriams žinoti, ko vieni iš kitų tikėtis. Jos išdėstomos taip:

- ką organizacija pasiūlys savo savanoriams
- ko iš jų tikisi.
- jie neatspindi teisinės sutarties.

Savanorių sutartys įvairiose organizacijose skiriasi, tačiau dažniausiai jose nurodoma tokia informacija: savanoris ir organizacijos duomenys, savanorio siūlomų paslaugų rūšis, savanorio vadovo kontaktai, kontaktai kritiniais atvejais, atsakomybė, terminai (reikalingas laikas) , grąžinti savanorio išlaidas (jei tokių yra), savanorių draudimo apsaugą (jei yra), sveikatos ir saugos arba konfidencialumo rekomendacijas.

Paprastai organizacijos, turinčios savanorius, turi savo savanorių draudimo planą, tačiau gali atsitikti taip, kad jos paprašys jūsų, kaip savanorio, apmokėti jūsų pačių draudimą (šią dalį pritaikykite pagal įprastas procedūras jūsų šalyje). .

Organizacijoms reikia draudimo, kad apsaugotų save ir savo savanorius nuo rizikos. Priklausomai nuo pasirinkto draudimo plano, jie gali padengti: savanorio sužalojimą ar ligą savanoriaujant, kompensaciją trečiajai šaliai pateikus pretenziją už: netyčinį trečiosios šalies sužalojimą arba netyčinį sugadinimą trečiojo asmens turtui. Jei draudimas nepadengia žalos, o jūs gadinate trečiosios šalies turtą, jūsų gali būti paprašyta padengti sugadintos žalos išlaidas (šią dalį pakoreguokite pagal įprastas jūsų šalyje taikomas procedūras).

Galutinis kurso veiklos įvertinimas

- **Vertinimo tinklas**



Priemonės: virvelių ritinys, popierius, padalytas į keturias vietas su šiais klausimais: Ko galėtumėte pasimokyti iš grupės? Ką iš čia parsineši namo? Kuo galėtum prisidėti? Kokie tavo ateities planai?

Pasakykite dalyviams, kad jie stovėtų arti ratu. Vedėjas paprašo grupės po vieną pateikti grįžtamąjį ryšį grupei, atsakant į klausimus apskritimo viduryje esančiame popieriuje.

Pirmasis asmuo pradeda nuo kelių sakinių, laikydamas virvelės ritinį, tada, apsukęs siūlą aplink riešą, sviedžia kam nors. Taip kiekvienas turi galimybę pasidalinti savo mintimis, o pabaigoje nupintas puikus tinklas, suteikiantis „susijungimo vienas su kitu“ jausmą.

Vedėjas turėtų priminti klausimus galimiems dalyviams su regėjimo negalia.



- **Taško sujungimas**

Medžiagos:

- didelis plakatas arba popieriaus ritinys,
- žymekliai / rašikliai,
- paryškintuvai.

Padėkite didelį tuščią grupės plakatą ant grindų arba ant didelio stalo ir kiekvienam dalyviui duokite po vieną rašiklį/žymeklį. Visi rašikliai/žymekliai turi būti skirtingų spalvų.

1- Paprašykite dalyvių užrašyti žodžius, susijusius su temomis, apie kurias jie sužinojo mokymų metu (pvz., komandinis darbas, tolerancija, kūrybiškumas...).

2. Po 2-4 minučių paprašykite jų užrašyti žodžius apie tai, ką jie patyrė, pavyzdžiui, veiklą ar išbandytus dalykus (pvz., žaisti žaidimus, kurti CV/portfelį...).

3- po 2-4 minučių paprašykite jų užrašyti žodžius apie dalykus, kurių jie iš tikrųjų išmoko (darbas komandoje, kantrybe, problemų sprendimas...).

Pastaba: galite sumažinti arba padidinti raundų skaičių, pvz., „dalykai, kurie pasikeitė jūmyse“, „dalykai, kuriuos praleidote“ ir kt. Galite palengvinti procesą padėdami dalyviams prisiminti skirtingas treniruočių akimirkas.

4 - Paprašykite dalyvių plakate susieti skirtingus žodžius (savo ar kitų), sukurdami labirintą arba nubrėždami liniją savo paryškintuvais. Kiekvienas dalyvis plakate turėtų pasirinkti bet kokius žodžius, kurie, jo nuomone, yra susiję su jo mokymosi keliu, net jei tuos žodžius parašė kažkas kitas. Jie gali juos sujungti kaip tik nori, jei tik jie jiems yra prasmingi.

5 - kartu pažiūrėkite į plakatą ir pakomentuokite, pavyzdžiui, apie bendrus mokymus arba apie ką nors įdomaus, kas atsirado.

1 PRIEDAS – SAVARANKIAUKIME!

Stalo žaidimas apie savanorystę

TAISYKLĖS:

Turite atvykti į savanorių centrą.

Bet kelias sunkus ir pilnas dalykų, kuriuos turite išmokti!

Tai veikia kaip žąsų žaidimas.

Jei nori žaisti, tu turi mesti kauliuką ir turite išmesti skaičių 6, kad būtų galima pradėti.

Perkelk savo pėstininką.



Ko tau reikia:

- kauliukų
- pėstininkų tiek, kiek yra dalyvių
- lentos ir kortelių spaudinių

„Savanorystės piktograma“ reiškia tu vėl turi mesti kauliuką.

„Miego piktograma“ reiškia turite praleisti savo eilę.

„Visi kartu piktograma“ reiškia, kad turite laukti palydovo savo langelyje.

Po to jūs užduosite jam asmeninį klausimą.

„Trys žodžiai“ reiškia, kad jūs turite rasti tris žodžius, apibūdinančius tai, kas yra savanorystė.

„Mano kompetencija“ reiškia, kad turite rasti savo įgūdžius ir pasakyti juos grupei.

„Klausimo piktograma“ reiškia, kad turite pasirinkti klausimų kortelę ir atsakyti į klausimą.

„Šauktukas“ reiškia, kad turite pasirinkti situacijų kortelę, kurioje pateikiamos tikroviškos situacijos, kas gali nutikti kiekvienam savanoriui. Turėtumėte išspręsti situaciją.



Galite perdirbti kai kuriuos senus pėstininkus arba pakartotinai panaudoti kai kuriuos senus mažus mygtukus ar net plastikinius dangtelius.

Kas gali būti savanoriu?

- a. Tik jauni žmonės
- b. Dirbantys žmonės
- c. Visi

Kiek valandų savanoris turi būti aktyvus organizacijoje?

- a. Tiek laiko, kiek to reikalaujama organizacijoje.
- b. 5 valandas per savaitę.
- c. Kiek nori savanoris.

Ar galima savo savanorystės patirtį įrašyti į CV?

- a. Taip.
- b. Ne.

Ar gali savanoriai užsidirbti pinigų už savanorystę?

- a. Taip.
- b. Ne.

Ar savanoriai turi būti paruošti/apmokyti veiklai?

- a. Taip.
- b. Ne.

Ar savanoriškai veiklai reikalingas formalus išsilavinimas?

- a. Taip.
- b. Ne.

Ar savanorystė gali padėti keliauti?

- a. Taip.
- b. Ne.

Ar savanoris turi teisę pasakyti „ne“ tam tikroms užduotims?

- a. Taip.
- b. Ne.

Ar organizacija turi sudaryti sutartį su savanoriu?

- a. Taip.
- b. Ne.

Ar žmonės su negalia gali būti savanoriai?

- a. Taip
- b. Ne
- c. Gal būt

KLIAUSIMŲ KORTELES

**Lyja ir veikla
negali vykti
lauke, kaip
planuota.**

**Jūsų įtraukimo
draugas serga.
Bet jūs vis tiek
norite eiti į
savanorystės
veiklą.**

**Pamiršote
susisiekti
svarbiu telefonu
– paskambinkite
savo
koordinatoriui.**

**Pradedate kaip
savanoris šioje
naujoje NVO ir
pastebite
diskriminacinį
požiūrį.**

**Norite įtraukti
vietinės vidurinės
mokyklos
mokinius dalyvauti
jūsų veikloje.**

**Jūsų tėvai manė,
kad jūsų
organizacija yra
sekta, ir neleido
prisijungiate prie
veiklos.**

**Norite surengti
gimtadienį
vienam iš
savanorių.**

**Jūs esate
naujokas ir
norite tarp
savanorių
susirasti naujų
draugų.**

**Turite skubių
darbų ir neturite
laiko
savanoriauti.**

**Jūs sergate ir
negalite eiti į
asociaciją dėl
savanoriškos
veiklos.**

SITUACIJŲ KORTELĖS

2 PRIEDAS. Įsivertinimo lentelė

Ankstesnės darbo/savanorystės patirties įsivertinimas

Ankstesnės darbo / savanorystės patirties įsivertinimas

ĮVERTINIMAS

Kaip man sekėsi pasiekti norimą rezultatą?



JAUSMAI

Kaip aš jaučiausi?



KĄ AŠ ATLIKAU PRAKTIŠKAI?

Papasakokite apie tai, ką veikėte per savo ankstesnę darbo / savanorystės patirtį.

KO AŠ IŠMOKAU?

Papasakokite, kokių naujų įgūdžių ar žinių įgijote savo darbo / savanorystės dėka

KĄ AŠ GALIU PATOBULINTI?

Kokios yra konkrečios strategijos ar veiklos, kurių galiu imtis, kad kitą kartą patobulinčiau tam tikrus įgūdžius?

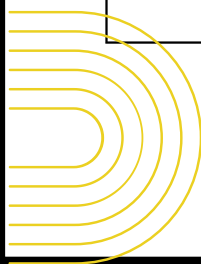
3 PRIEDAS. Mano įgūdžių kontrolinis sąrašas

Minkštųjų įgūdžių įsivertinimas

MANO ĮGŪDŽIŲ SĄRAŠAS

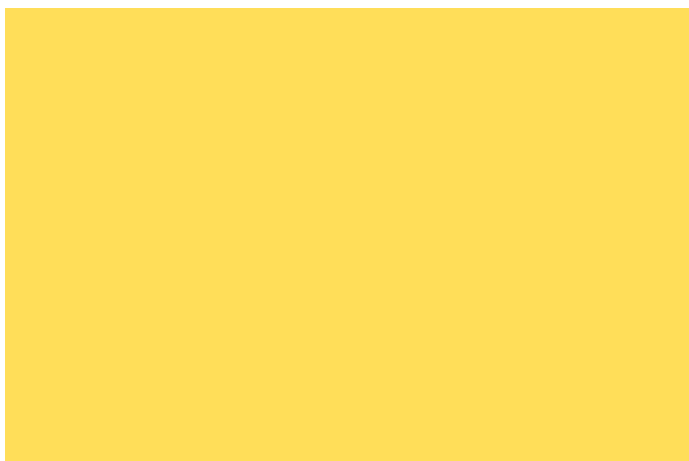
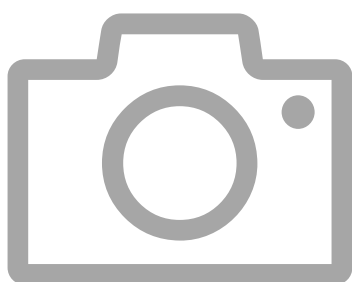
Perskaitykite kiekvieną teiginį žemiau. Pažymėkite langelį, kuris geriausiai atitinka jūsų įgūdžius ir požiūrį.

| | |
|---|--|
| Ateinu laiku | |
| Aš neskambinu sergantis, nebent iš tikrųjų sergu. | |
| Aš laikausi savo terminų. | |
| Aš skiriu laiko iš tikrųjų išklausti žmonių poreikius. | |
| Aš išlieku ramus ir profesionalus, net kai žmonės nėra tokie. | |
| Su malonumu priimu naujas užduotis. | |
| Galiu įvertinti problemas ir rasti sprendimą. | |
| Aš vadovaujuosi vertinimu ir priimu pagrįstus sprendimus. | |
| Į situacijas žiūriu iš kito žmogaus perspektyvos. | |
| Aš laikausi požiūrio „Mes visi kartu“. | |
| Esu lankstus ir nebijau keisti planų, jei kažkas neveikia. | |
| Kilus konfliktams veikiu kaip taikdarys. | |



4 PRIEDAS -

Mano įgūdžių aplankas



KONTAKTAI



el.paštas



Telefono nr.



Adresas:



Gyvenamoji šalis:

Informacija apie mane:

Gimimo data:

...../...../.....

Išsilavinimas:

Pagrindinė
mokykla

Aukštoji
mokykla

Universitetas

Taikomųjų mokslų universitetas

Profesinis išsilavinimas

Gimimo vieta:

.....

Pažymėjimas

DALYVIO

išdidžiai nurodo, kad

Sėkmingai užbaigė treniruotę
apie įtraukią savanorystę





Place, Date

Sertifikatą išduodančios organizacijos pavadinimas



Co-funded by
the European Union



| | | |
|-------------------------------------|---|---|
| Projekto pavadinimas | IMProVE 2:0 – Inclusive Method in Professional Volunteering in Europe | |
| Vadovaujanti partnerių organizacija | 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 |  |

