Slachta Margit
Nemzeti Szociálpolitikai Intézet

KOMMUNIKÁCIÓ ÉP ÉS FOGYATÉKOSSÁGGAL ÉLŐ EMBEREK KÖZÖTT – FÓKUSZBAN A LÁTÁSSÉRÜLT SZEMÉLYEK

EFOP-3.8.2-16-2016-00001 és
VEKOP-7.5.1-16-2016-00001
kiemelt projektek
Cím: 1071 Budapest, Peterdy u. 15.
E-mail: efop382@nszi.hu
E-mail: vekop751@nszi.hu

SZÉCHENYI 2020
MAGYARORSZÁG KORMÁNYA
Európai Unió
Európai Szociális Alap
BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

Kommunikáció ép és fogyatékossággal élő emberek között – fókuszban a látássérült személyek

OKTATÓI SEGÉDANYAG

Németh Orsolya

Dr. Nagyné Berke Mónika

Németh Zsuzsanna Orsolya

Szakmai lektor

Szilaj Zsolt

EFOP-3.8.2-16-2016-00001 és a VEKOP-7.5.1-16-2016-00001 azonosítószámú, Szociális humán erőforrás fejlesztése című kiemelt projekt

Az EFOP-3.8.2-16-2016-00001 és a VEKOP-7.5.1-16-2016-00001 azonosítószámú, Szociális humán erőforrás fejlesztése című kiemelt projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

A kiadvány a Slachta Margit Nemzeti Szociálpolitikai Intézet

EFOP-3.8.2-16-2016-00001 és a VEKOP-7.5.1-16-2016-00001

azonosítószámú,

Szociális humán erőforrás fejlesztése című kiemelt projekt

keretében készült

Kiadja Slachta Margit Nemzeti Szociálpolitikai Intézet

1138 Budapest, Váci út 191.

Telefon: +36 1 450 32 30, +36 1 450 32 40

www.nszi.hu

Felelős kiadó Dr. Tóth Tibor főigazgató

Budapest, 2021.

Tartalom

Előszó 5
Bevezetés 7
Első továbbképzési nap 10
1. A Tajgetosztól az észszerű alkalmazkodásig 13
1.1 Asszociációs kör 13
1.2 Fogalomdefiniálás 13
1.3 A Tajgetosztól az észszerű alkalmazkodásig 14
1.4 Fogalmak, példák 14
2. A fogyatékosságok típusai 15
2.1 Ismeretek a fogyatékossággal élő emberek csoportjairól 15
2.2 A fogyatékosságok típusai 15
2.3 A fogyatékos emberek helyzete 16
3. Kommunikáció fogyatékossággal élő emberekkel 17
3.1 Kommunikációs gátak és a saját akadályozottság 17
3.1.1 Páros élménymegosztás 17
3.1.2 Élménymegosztás a saját akadályozottságról 17
3.1.3 Kommunikáció fogyatékossággal élő emberekkel 18
3.1.4 A képzési nap zárása 18
Második továbbképzési nap 19
3.2. Kommunikáció fogyatékossággal élő emberekkel, a segítő kapcsolat 19
3.2.1 Helyezd el magad! 19
3.2.2 Élő szobor 19
3. 2. 3 A törékeny kapcsolat vagy páros rajzolás 20
3.2.4 Szituációs gyakorlat 20
4. A látássérültség fokozatai, kommunikáció látássérült emberekkel 21
4.1 Tabu 21
4.2 A látássérültség fokozatai, kommunikáció látássérült emberekkel 21
4.3 Láss más szemmel! 22
4.4 Filmnézés 22
4.5 Szerepjáték 23
4.6 Segítő és segített 24
5. Önálló életvitelt és kommunikációt segítő eszközök és technológiák 25
5.1 Eszközök és technológiák tematikus gyűjtése 25

5.2 Önálló életvitelt és kommunikációt segítő eszközök és technológiák 25
5.3 Eszközök és technológiák demonstrálása 25
5.4 Forgószínpad 26
5.5 Élményfeldolgozás 26
5.6 A képzési nap zárása 26
Harmadik továbbképzési nap 27
6. Látássérült személyeket segítő intézményi háttér és szolgáltatások 27
6.1 Esetfeldolgozás – segítő intézményi háttér 27
6.2 Látássérült személyeket segítő intézményi háttér és szolgáltatások 28
6.3 Intézménytérkép 28
7. A fogyatékosság és a speciális igények kommunikálása 29
7.1 A segítségkérés kommunikálása 29
7.2 Segítségkérés a gyakorlatban 29
7.3 Reakciók a segítségkérésre 29
7.4 Szükséglet és igény kommunikálása 30
8. Konklúzió: asszertív és erőszakmentes kommunikáció 31
8.1 Mitől működik és mitől nem? 31
8.2 Asszertív és erőszakmentes kommunikáció 32
8.3 Az asszertív jogok 32
8.4 Asszertív, agresszív, manipulatív kommunikáció 32
8.5 Bizalom-játék 34
9. Kommunikáció ép és fogyatékossággal élő emberek között – A segítő-segített kapcsolaton túl 35
9.1 Fogyatékossággal élő emberek atipikus szerepben 35
9.2 Fogyatékossággal élő emberek ábrázolása 35
9.3 „Mellesleg” 36
10. A képzés zárása 37
10.1 Mit viszek magammal? 37
10.2 Plakátkészítés 37
10.3 Képzés zárása 37
Forgatókönyv 38

Előszó

Köszöntjük a 30 tanórás **„Kommunikáció ép és fogyatékossággal élő emberek között – fókuszban a látássérült személyek”** c. szakmai tanfolyam típusú továbbképzésen!

Mit ad a résztvevőnek Kommunikáció ép és fogyatékossággal élő emberek között – fókuszban a látássérült személyek” c. továbbképzés, milyen kompetenciákkal bővül szakmai tudása?

A továbbképzés célja, hogy a szociális szféra legkülönbözőbb területén tevékenykedő szakemberek saját élményen és személyes találkozáson alapuló, komplex elméleti és gyakorlati ismereteket szerezzenek a fogyatékossággal élő emberekkel kapcsolatosan – kiemelten a látássérült személyekre vonatkozóan, amely az élet számos területére, így többek között a segítségnyújtás, a tanulás és a munkavégzés, a szabadidős tevékenységek, a társadalmi részvétel, a speciális segédeszközök és a környezeti adaptációk, az ellátások és kedvezmények, a fizikai és infókommunikációs akadálymentesítés és az egyenlő hozzáférés területeire is kiterjednek.

A továbbképzésnek hangsúlyos eleme a fogyatékosságról, mint társadalmi jelenségről való gondolkodás megalapozása, a segítő-segített hierarchia gyengítése, a fogyatékos személyekkel kapcsolatos sztereotípiák és előítéletek árnyalása, csökkentése. A résztvevők a képzésen való aktív részvétellel lehetőséget kapnak saját, a fogyatékosságokkal és a fogyatékossággal élő emberekkel kapcsolatos élményeik feldolgozására, értelmezésére, szakmai és személyes kérdéseik megválaszolására, az őket akár szakmai, akár személyes érdeklődésből érintő témákban hiteles információk megszerzésére. A program átfogó tudást nyújt a fogyatékosság meghatározásairól, egyes típusairól, az érintetteket támogató intézményrendszerről és szolgáltatásokról, illetve tájékozódási pontokat nyújt a terület még elmélyültebb megismeréséhez. **A továbbképzés megfelelő gyakorlati óraszámban biztosít teret** saját élmények, esetek feldolgozására, a munkahelyi, fogyatékossággal élő személyekkel kapcsolatos, elsősorban kommunikációs eredetű elakadásokhoz kapcsolódó megoldási lehetőségek megismerésére, a munkakörnyezetbe "elvihető" **gyakorlati tudás megszerzésére**.

Hogyan épül fel „ Kommunikáció ép és fogyatékossággal élő emberek között – fókuszban a látássérült személyek”c. továbbképzés?

Tananyagegység	Óraszám	Forma
1. Jelenléti kézpés	10 tanóra	jelenléti
2. Jelenléti kézpés	10 tanóra	jelenléti
3. Jelenléti kézpés	10 tanóra	jelenléti

Bevezetés

A tananyag gazdag és szerteágazó körét öleli fel a fogyatékossággal és a fogyatékossággal élő személyekkel kapcsolatos tudástartalmaknak és gyakorlati információknak. A szerzők célja az ismerettár összeállításával nem elsősorban az elméleti tudás átadása, bár kétségtelen, hogy alapvető ismeretekre minden a területen dolgozó szakembernek szüksége van. Ugyanakkor ennél lényegesen fontosabb, égetőbb cél tapasztalatunk szerint, hogy a szociális szféra munkatársai releváns és kézzel fogható, a gyakorlatban hasznosítható ismeretekért nyúlhassanak, amikor látóterükbe fogyatékossággal élő kliens kerül, amire a szakma minden területén van esély. A tananyag összeállítása során ennek az igénynek megfelelve elsősorban olyan információkat gyűjtöttünk össze és rendszereztünk, amelyek konkrét helyzetekben, például segítségnyújtás, nehezített kommunikáció vagy eddig meg nem tapasztalt élethelyzet esetén lehetnek a gyakorló szakember hasznára.

Tananyagunk a teljesség igénye nélkül ad tudást a fogyatékosság és az egyes fogyatékossági típusok definícióiról és kritériumairól, a fogyatékosságügy lapfogalmairól, a hazai fogyatékosságügyet meghatározó jogi normákról, a rehabilitáció elméletéről és gyakorlatáról, a fogyatékossággal élő személyekkel való kommunikációról. Ezen felül kiemelt hangsúlyt helyezünk a látássérült személyekkel kapcsolatos információnyújtásra, ide értve a speciális segédeszközökkel, az intézményrendszerrel és segítő szolgáltatásokkal, a speciális kommunikációs nehézségekkel és az azokra adható megfelelő válaszokkal, illetve a segítő-segített kapcsolat megannyi csapdájával összefüggő tudást. Nem véletlen, hogy a tananyag szövegén túl gazdag szakirodalmi és online dokumentumokat tartalmazó ajánlóval is színesítjük a dokumentumot, hiszen - szerencsére - ma már számos szakember és laikus személy is szívesen és magától értetődő módon kutat a világhálón egy-egy problémahelyzet megoldása érdekében. Tovább színesítendő az egyébként is gazdag témakört, a fogyatékossággal élő személyek életét, sajátos világszemléletét és nem mindennapi teljesítményét bemutató irodalmi és filmes ajánlót is készítettünk, melynek szórakoztató értékét éppúgy hangsúlyosnak tartjuk, mint a benne rejlő szemléletformáló erőt.

A továbbképzési tartalmak elsajátítását támogató szakmai anyag a résztvevők és képzők számára.

1. **Hallgatói tananyag:**
   - A továbbképzés témájához kapcsolódó elméleti ismereteket ad át.
   - Az adott fejezetben tanultak áttekintését segíti.
   - Gyakorlatorientált szakma- és módszerspecifikus ismereteket közvetít.
   - Az elsajátított ismereteket kérdések mentén is ellenőrizhetővé teszi.
   - Lehetőséget teremt egy-egy téma elmélyültebb tanulmányozására a felhasznált és ajánlott irodalom segítségével.

2. **Prezentáció:**
   - A továbbképzési program egyes elméleti és gyakorlati elemeinek bemutatását segítő diasorozat. A prezentáció vetítése segíti a tanfolyam strukturálását, az időkeretek betartását.
   - A diák alatti jegyzet az oktatóknak szól, amely a gördülékeny tanfolyamvezetést szolgálja.

3. **Oktatói segédanyag:**
   - A továbbképzés megtartását támogató bővebb szakmai és módszertani háttéranyag.
   - A résztvevők felé támasztott követelmények megfogalmazása.

- A számonkérés értékelési szempontjainak bemutatása.
- Az egyes témákhoz tartozó diák kijelölése.
- A szakmai tanfolyamhoz szükséges mellékletek bemutatása.
- Forgatókönyv, mely a továbbképzés főbb tartalmi elemeit, szerkezetét, időkeretét és módszereit, eszközeit foglalja össze.

A szakmai tanfolyam során nem az a cél, hogy a Hallgatói tananyagban található összes elméleti ismeretet elmondja az oktató. A cél az, hogy a legfontosabb ismeretek, szemlélet átadását követően a felmerülő kérdések, gyakorlatok által az elméleti ismeretanyag azonnal összekapcsolódjon a résztvevők mindennapi szakmai munkájával és gondolatokat ébresszen.

A továbbképzés megtartásához javasolt felkészülési lépések:

1. Olvassa át részletesen a továbbképzés megtartásához rendelkezésre álló anyagokat, ismerje meg a továbbképzés kontextusát, célját, tartalmát, lehetséges résztvevőit, időkereteit és a továbbképzés megtartásához szükséges feltételeket.
2. Az Oktatói segédanyagot és a rendelkezésre álló prezentációt párhuzamosan, egymással összhangban érdemes átolvasni, megismerni. Olvassa el a diákon található jegyzeteket, egészítse ki saját gondolataival, tapasztalataival! Szükség esetén érdemes az anyagban hivatkozott szakirodalomból is célzottan tájékozódni.
3. A résztvevők maximális bevonása és a velük való hatékony kommunikáció céljából a továbbképzés megtartása előtt olvassa át a Hallgatói segédanyagot is. Ismerje meg, milyen információkhoz jutnak a témából a résztvevők!
4. A továbbképzési feltételek és a forgatókönyv figyelembevételével készüljön fel a továbbképzés megtartására.
5. Gondolja át előre és rögzítse a továbbképzés során bemutatandó példákat.
6. Tervezze meg az időkereteket és a megoldandó feladatokat! Fontos, hogy mindenre maradjon és jusson idő! Könnyebb lesz ezt átgondolni, miután megismerte a résztvevőket (milyen szakterületről érkeztek, milyen végzettséggel, milyen tapasztalatokkal).
7. Építse fel a gyakorlatokat! Biztosítsa a tárgyi feltételeket!
8. Találja ki, hogy a prezentáció vetítését hogyan teszi interaktívvá! Például, amikor már ismeri a résztvevők szakmai tapasztalatát, utalhat ezekre vagy ismerve, hogy melyik résztvevő, mely területről érkezett, megkérdezheti, ott mit tapasztalt a témával kapcsolatban. Ügyeljen arra, hogy a ppt-k vetítése közben nem az a cél, hogy a Hallgatói segédanyagot szóról szóra elmondja az oktató. A cél: struktúrát adni, figyelmet felhívni, elméleti ismeretek és gyakorlati tapasztalatok között koherenciát megteremteni, az összefüggéseket felismerni és áttekinteni.

Javaslatok a továbbképzés egyes elemeinek megvalósításához:

- ***Elméleti előadás*** – fontos, hogy az előadások interaktív jellegűek legyenek, amelynek keretében az oktató folyamatosan visszacsatolást kér az elhangzottakkal kapcsolatban a résztvevőktől (elsősorban a témához kapcsolódó munkatapasztalataikat illetően), illetve azokra reflektál.
- ***Gyakorlat*** – a témák feldolgozására irányuló résztvevői gyakorlatok többféle formában (egyéni munka, páros gyakorlat, kiscsoportos feladat, nagycsoportos megbeszélés) a tapasztalati tanulást szolgálják.

Gyakorlati szempontok az oktatási napok hatékony lebonyolításához:

A továbbképzésen résztvevő szakemberek a saját szakmaterületük szakértői, számos képzésen, továbbképzésen, szakmai tanfolyamon, műhelymunkán vettek már részt. Várhatóan nagy elvárásokkal érkeznek a továbbképzésre, ezek közül a következő öt a legfontosabb:

- A résztvevő szakemberek elvárják, hogy azonnal használható tudást kapjanak, azaz a gyakorlatban alkalmazható információkat adjunk számukra. Tudni akarják, hogyan

kapcsolódik az adott tanulási program vagy továbbképzés az aktuális élethelyzetükhöz és munkafeladataikhoz, és hogyan segíti őket a program a szakmai céljaik elérésében – azaz, mit tudnak ebből használni?

- Közvetítsük a résztvevők felé, hogy a gyakorlat(ok) és az elméleti tananyag a résztvevők által alkalmazható lesz majd a valós helyzetekben.
- Elvárják, hogy tiszteljék és partnerként kezeljék őket. Nagyra értékelik, ha a továbbképzés oktatója tiszteletet mutat az egyén és a tanulási folyamat eredményeképpen elért eredmények iránt. Fontos számukra az, hogy a képző építsen a résztvevő szakemberek korábbi, a tanulás szempontjából releváns és meghatározó tapasztalataira.
- Elvárják, hogy aktívan részt vehessenek a tanulási folyamatban. A felnőttek kedvelik az aktív tanulást, a kiscsoportos feladatokat, és azokat, amelyek helyváltoztatással járnak. Az aktív részvétel elkötelezetté teszi a résztvevőt a tanulási folyamat iránt és nyitottabbá teszi új koncepciók befogadására.
- Elvárják, hogy a gyakorlatok után azonnali visszajelzéseket kapjanak. Az időben történt helyesbítő visszajelzés a sikeres tanulást, a tartalom és a készségek jó elsajátítását eredményezi. A tapintatos visszajelzés segíti a résztvevőt hibáinak kijavításában és megerősíti a helyes hozzáállást. A felnőtt tanulók a kedves, konstruktív kritikát szeretik. A helyesbítő visszajelzést minden esetben előzze meg egy elismerő, dicsérő visszajelzés.
- Elvárják, hogy a továbbképzés támogató környezetben valósuljon meg:
    - Szólítsunk minden résztvevőt a nevén a továbbképzés ideje alatt.
    - Hallgassuk meg minden résztvevő kérdését és véleményét.
    - Legyünk udvariasak és türelmesek.
    - Biztosítsuk a résztvevőket arról, hogy a hibázás a tanulás része.
    - Keressünk alkalmat arra, hogy mindenkit megerősítsünk.
    - Bátorítsuk a résztvevőket, hogy segítsék egymást a tanulás során.
    - Gondoskodjunk arról, hogy a tanulási környezet a lehető legkényelmesebb legyen.

Első továbbképzési nap

Bemutatkozás, a továbbképzés indítása

90 perc Gyakorlat (Bevezető diasor) (Bevezető Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Bemutatkozás, tapasztalatok, motivációk, elvárások (50 perc gyakorlat) A csoportvezető röviden bemutatkozik, majd megkéri a csoporttagokat, hogy röviden mutatkozzanak be, illetve osszák meg egymással motivációikat, tapasztalataikat, elvárásaikat. Szempontok: - név - foglalkozási terület - klienskör - feladatok - gyakorlati tapasztalatok - előzetes ismeretek - a témához kapcsolódó nézetek - a továbbképzéssel kapcsolatos motivációk - a továbbképzéssel kapcsolatos elvárások Névismétlő kört teszünk, mindenki elmondja azt a nevet, ahogyan szeretné, ha a csoportban szólítanák. A mellette ülő elmondja az előtte szóló nevét és a sajátját. A harmadik személy értelemszerűen az előző kettő és a saját nevét mondja, és így tovább. Ez a gyakorlat segíti, hogy a résztvevők minél hamarabb és gördülékenyebben tudják egymást nevükön szólítani a csoportmunka során. További névtanulást segítő gyakorlatok • Indiánnév: Mindenki kitalál magának egy rá illő, saját magát jellemző „indián nevet”, pl. „szelíd mosoly”, majd nagykörben mindenki röviden bemutatja a saját „indián nevét”. • Bemutatkozás alliterációval: Minden csoporttag elmondja a saját keresztnevét és egy rá jellemző tulajdonságot, mely a neve kezdőbetűjével alliterál. • Térbeli szociometria: Egymás megismerése mozgásos gyakorlat	• Az ismerkedést, névtanulást, a megfelelő csoportlégkör kialakulását számos gyakorlat szolgálhatja. Hogy az alábbiakban leírt gyakorlatok közül melyiket választja az oktató, az egyéni preferenciáján, valamint a csoport létszámán, sajátosságain múlik. • Fontos az idői keretek tartása, a frappáns, célirányos gyakorlatvezetés, hogy megfelelő bizalomteli csoportlégkör alakulhasson ki. • Nagy létszámú csoport esetén névtáblák kitűzése / használata is javasolt.

segítségével. A csoporttagoknak a megadott szempontok mentén kell csoportokba rendeződni és elhelyezkedni a térben. A térbeli elhelyezkedés lehetséges szempontjai: lakhely, életkor, foglalkozás, munkahely, klienskör. • Páros bemutatkozás: A csoporttagok párokba rendeződnek, majd röviden bemutatkoznak egymásnak, mesélnek magukról pár percben. A nagykörben mindenki a párját mutatja be és megosztja a csoporttagokkal, amit a páros beszélgetés során megtudott róla. A bemutatás történhet úgy is, hogy a résztvevők a párjukat egyes szám első személyben beszélve, a másik háta mögé állva mutatják be. • Térbeli szociometria: Egymás megismerése mozgásos gyakorlat segítségével. A csoporttagoknak a megadott szempontok mentén kell csoportokba rendeződni és elhelyezkedni a térben. A térbeli elhelyezkedés lehetséges szempontjai: lakhely, életkor, foglalkozás, munkahely, klienskör. • Páros bemutatkozás: A csoporttagok párokba rendeződnek, majd röviden bemutatkoznak egymásnak, mesélnek magukról pár percben. A nagykörben mindenki a párját mutatja be és megosztja a csoporttagokkal, amit a páros beszélgetés során megtudott róla. A bemutatás történhet úgy is, hogy a résztvevők a párjukat egyes szám első személyben beszélve, a másik háta mögé állva mutatják be. • Ismerkedés kiscsoportban: 3 fős csoportok alakulnak, a csoportok feladata olyan egyedi jellemzők keresése, mely csak az egyik csoporttagra jellemző hármuk közül, majd olyan közös tulajdonságok keresése a feladatuk, melyek a csoport mindhárom tagjára igazak. Végezetül az egyedi és közös tulajdonságok megjelenítése egy háromszög segítségével, ahol belül kapnak helyet a közös jellemzők, a háromszögön kívül pedig az egyediek.	

Keretek, csoportszabályok tisztázása (30 perc gyakorlat) • A csoport közösen rögzíti a működéshez szükséges legfőbb csoportszabályokat. • Elvárások, félelmek összegyűjtése: Kiscsoportos beszélgetés keretében a résztvevők összegyűjtik és rögzítik a képzéssel kapcsolatos elvárásaikat, félelmeiket. A csoportok feladata azon kérdések körüljárása, hogy „Mit szeretnék, hogy történjen, vagy ne történjen ezen a képzésen?” • Végül minden kiscsoport röviden megosztja megbeszélésük konklúzióját, a sarkalatos pontok rögzítésre kerülnek táblán vagy flipchart-on. • Nagykörben a csoport működési feltételeinek, kereteinek, szabályainak közös tisztázása és rögzítése. **A továbbképzés felépítése, a teljesítés feltételei (10 perc gyakorlat)** • A projekt és a továbbképzés felépítésének ismertetése. • A teljesítés feltételeinek ismertetése. • Záróteszt teljesítése • Hiányzásra vonatkozó előírások	• **Csoportszabályok:** - Titoktartás - Kommunikáció: egyes szám első személy, tisztelet, tartózkodás az ítélkezéstől - Részvétel: aktivitás, önkéntesség - Időkeretek: a nap kezdése, zárása, szünetek - Technikai kérdések: mobiltelefon-használat stb. Érdemes hangsúlyozni, hogy a csoportszabályok a közös munkát, tanulást segítik, a segítő kapcsolatokban gyakran használt szóbeli megállapodásnak számítanak. • Tekintettel arra, hogy a képzés számos interaktív gyakorlatot, tréning-elemet is tartalmaz, fontos az esetleges félelmek, gátak, aggodalmak tisztázása és feloldása. • A bizalomteli légkör érdekében elengedhetetlen a csoportszabályok és keretek közös meghatározása, hogy mindenki biztonságban érezze magát a csoportban. • Látássérült csoportvezető esetén a speciális kommunikációs igények megfogalmazása is meg kell jelenjen a csoportszabályok között.

Szünet

1. A Tajgetosztól az észszerű alkalmazkodásig

Összesen 120 perc Gyakorlat, 60 perc Interaktív előadás (1. sz. diasor)

1.1 Asszociációs kör

30 perc Gyakorlat

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Asszociációs kör	Nagykörben a „fogyatékosság” kifejezésre szabad asszociáció révén megfogalmazódó szavak, kifejezések összegyűjtése, rögzítése a táblán vagy flipchart-on. Rövid beszélgetés az asszociáció eredményeiről, az összegyűjtött fogalmakról, azok jelentéséről, érzelmi töltetéről. Fontos a nagykörös beszélgetés irányítása, mederben tartása, hogy ne váljon a gyakorlat parttalanná, terjengőssé. Célszerű az asszociáció során megjelenő fogalmak megfigyelése, különös tekintettel azok érzelmi töltetére, valamint sorrendiségére, hogy mely fogalom mely más fogalmat hív elő.

1.2 Fogalomdefiniálás

60 perc gyakorlat (1. sz. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Fogalomdefiniálás	3-4 fős kiscsoportos munka keretében 1-1 fogalom körüljárása, definiálása a feladat. Minden csoport kap egy kártyát, feladatuk a kártyán szereplő fogalom megvitatása, kidolgozása. A gyakorlat zárásaként a csoportmunka lényegi összefoglalása nagykörben. Az alábbi fogalmakat tartalmazzák a kártyák, melyeket ki kell dolgozni: esélyegyenlőség, szegregáció, integráció/inklúzió, diszkrimináció, pozitív diszkrimináció, sztereotípia, előítélet, ésszerű alkalmazkodás, akadálymentesítés, egyenlő esélyű hozzáférés, egyetemes tervezés, „semmit rólunk nélkülünk”. A kiscsoportok nagykörben történő beszámolói során szükséges a fogalmak pontosítása, definiálása. A hallgatók megkapják a fogalmak pontos leírását a 1. sz. handoutban.

Szünet

1.3 A Tajgetosztól az észszerű alkalmazkodásig

60 perc Interaktív előadás

Előadás	Instrukciók az oktatónak
A Tajgetosztól az észszerű alkalmazkodásig	Az előadás fő témái és kulcsszavai: a fogyatékosság fogalma, meghatározása, a fogyatékossággal élő emberekhez való viszonyulás története, változásai, terminológia, megfelelő szóhasználat és annak változásai, fogyatékos szerep és beteg szerep, jogok és esélyegyenlőség. Instrukció: Az előadás interaktív jellegű, teret kell biztosítani a résztvevők kérdéseinek, tapasztalatainak.

1.4 Fogalmak, példák

30 perc gyakorlat (2. sz. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Fogalmak=példák	A csoporttagok párokba rendeződnek és a már korábban használt fogalomkártyák közül választanak egyet. Feladatuk, hogy az adott fogalomra konkrét példákat, eseteket gyűjtsenek akár saját tapasztalataikból, emlékeikből, a médiából, de akár ki is találhatnak történeteket. A párok röviden ismertetik munkájuk eredményét a csoporttal. Instrukció: Ez a gyakorlat segít elmélyíteni a fogalmakat és összekötni őket a gyakorlattal. Az oktató részéről törekedni szükséges a fogalmak pontos használatának gyakorlására.

Ebédszünet

2. A fogyatékosságok típusai

Összesen: 45 perc Gyakorlat, 45 perc Interaktív előadás (2. sz. diasor)

2.1 Ismeretek a fogyatékossággal élő emberek csoportjairól

15 perc Gyakorlat (3. sz. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Ismeretek a fogyatékossággal élő emberek csoportjairól	A résztvevőket 3-4 fős kiscsoportokba osztja az oktató. Feladat: A résztvevők gyűjtsék össze a kiscsoportos munka során, hogy milyen típusú fogyatékosságokat ismernek, mely szempontok mentén lehet a különböző fogyatékossági csoportokat, fogyatékossággal élő embereket megkülönböztetni. Instrukció: Szempontok a csoportosításhoz: értelmi / testi fogyatékosság, született / szerzett, látható / nem látható, enyhe / súlyos. Konklúzió a fogyatékossággal élő emberek populációjának heterogenitása.

2.2 A fogyatékosságok típusai

45 perc Interaktív előadás

Előadás	Instrukciók az oktatónak
A fogyatékosságok típusai	Az előadás fő témái és kulcsszavai: fogyatékossággal élő embereket érintő statisztikák, jogszabályok, fogyatékossági típusok megnevezései, fokozatai, ellátások, kedvezmények, speciális kommunikációs igények, segédeszközök, segítő szervezetek, foglalkoztatás. Részletesebben lásd: 2. sz. diasor Instrukció: Az előadó biztosítsa a hallgatók aktív részvételének lehetőségét, legyen módjuk a kérdések, tapasztalatok megosztására.

2.3 A fogyatékos emberek helyzete

30 perc Gyakorlat (4. sz. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
A fogyatékos emberek helyzete	3-4 fős kiscsoportok alakulását követően minden csoport húz / kap egy kártyát. Feladatuk a kártyán szereplő kérdés körüljárása, megvitatása és megválaszolása. Munkájuk konklúzióját minden csoport röviden ismerteti a nagykörben. A kártyák a következő kérdéseket tartalmazzák: Hány fogyatékossággal élő személy él ma Magyarországon és milyen életkori arányok figyelhetők meg? Hogy nézhet ki a különböző fogyatékossági típusok aránya? Milyen kedvezményekre jogosult egy látássérült ember? Milyen lehetőségei, nehézségei lehetnek egy értelmi fogyatékos felnőttnek a mindennapi életben? Milyen tanulási és munkalehetőségei lehetnek a hallássérült személyeknek? Instrukció: A csoportok által feldolgozásra kerülő kérdések segítik pontosítani és árnyalni a fogyatékossággal élő emberek helyzetét a mai Magyarországon.

Szünet

3. Kommunikáció fogyatékossággal élő emberekkel

Összesen: 150 perc Gyakorlat, 30 perc Interaktív előadás (3. sz. diasor)

3.1 Kommunikációs gátak és a saját akadályozottság

3.1.1 Páros élménymegosztás

Gyakorlat 20 perc (5. sz. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Páros élménymegosztás	Feladat: minden résztvevő idézzen föl és ossza meg párjával egy kommunikációs helyzetet közte és egy fogyatékossággal élő személy között. Próbálják megragadni, mitől működött és mitől volt nehéz ez a szituáció a számukra. Nagykörben a párok csak a kommunikációt segítő és gátló tényezőket jelzik röviden vissza. Instrukció: Fontos az idői keretek tartása a páros munkában, mert valószínűleg ez a téma sok történetet fog előhozni a résztvevőkből. Nagykörben érdemes csak a kommunikációs tényezőkre fókuszálni.

3.1.2 Élménymegosztás a saját akadályozottságról

Gyakorlat 25 perc (6. sz. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Élménymegosztás a saját akadályozottságról	Feladat: Mindenki megoszt egy saját élményt, amikor valamilyen téren ő volt akadályozott / fogyatékos, mi volt számára nehézség és mi jelentett számára segítséget ebben az akadályozott helyzetben. Instrukció: Ez a gyakorlat érzékeny témákat is érinthet, ezért a vezető részéről különösen fontos a figyelem és empátia. Többen megérintődhetnek a csoporttagok közül, ezért a vezető részéről fokozott érzékenység és óvatosság szükséges a téma feldolgozása során.

3.1.3 Kommunikáció fogyatékossággal élő emberekkel

30 perc Interaktív előadás

Előadás	Instrukciók az oktatónak
Kommunikáció fogyatékossággal élő emberekkel	Az előadás fő témái és kulcsszavai: fogyatékossággal élő emberek iránti attitűd és azok megnyilvánulása a kommunikációban, kommunikációs gátak és alapelvek, a segítés helyes és helytelen módjai, segítő kapcsolat, tanult tehetetlenség.

3.1.4 A képzési nap zárása

15 perc gyakorlat

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
A képzési nap zárása	Zárókör: Ki mit visz el magával a mai napból? Mi tetszett a legjobban?

Második továbbképzési nap

3.2. Kommunikáció fogyatékossággal élő emberekkel, a segítő kapcsolat

90 perc Gyakorlat

3.2.1 Helyezd el magad!

15 perc Gyakorlat (7. sz. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Helyezd el magad!	Feladat: Egy képzeletbeli vonal mentén a terem két pontját viszonyítási pontként használva mindenki helyezze el magát és helyezkedjen el a teremben az alábbi szempontok szerint: Mennyire szeretik, ha mások segítenek nekik, mennyire szeretnek ők segíteni másoknak, mennyire tartják jó segítőnek magukat. Instrukció: A gyakorlatnál fontos szempont, hogy a 3 különböző kérdés esetében hogyan változik 1-1 személy térbeli elhelyezkedése. Ezt érdemes a gyakorlat után röviden megosztani a csoporttagoknak és reflektálni saját működésükre a segítés / segítettség terén.

3.2.2 Élő szobor

15 perc Gyakorlat

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Élő szobor	Feladat: 4-5 fős csoportokban élő szobor alkotása, amelyben a résztvevők megjelenítik, hogy mit jelent számukra a segítő kapcsolat. Instrukció: Ez a gyakorlat szimbolikus jellegű, kreativitást igényel, ezért elképzelhető, hogy a vezetőnek segítenie kell kicsit, hogy elinduljanak az érzések, gondolatok, ötletek. Ugyanakkor hozzájárul ahhoz, hogy a résztvevők mélyebb szinten is rálássanak saját segítői attitűdjükre és viszonyulásukra a segítő szituációkhoz.

3. 2. 3 A törékeny kapcsolat vagy páros rajzolás

20 perc Gyakorlat

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
A törékeny kapcsolat vagy A páros rajzolás	A. Feladat A törékeny kapcsolat. A csoporttagok párokat alkotnak és szemben állva egymással a tenyerük, esetleg ujjbegyük segítségével, a két végénél megtámasztva tartanak meg, egyensúlyoznak egy szívószálat vagy hurkapálcát. A gyakorlat nonverbális, azaz szóbeli kommunikáció nélkül kell a pároknak együttműködni. A pár perces gyakorlatot követően A párok megosztják tapasztalataikat egymással, majd a nagy körben. Megfigyelési szempontok: milyen volt az együttműködés, ki volt az irányító és az irányított, ki melyik szerepben érezte komfortosabban magát. B. Feladat Páros rajzolás. A párok szemben helyezkednek el egymással, előttük egy lap. Feladatuk verbális kommunikáció nélkül közösen, ketten egy ceruzát fogva egy rajzot készíteni. A gyakorlat megbeszélési szempontjai: hogyan tudtak kommunikálni, egymásra figyelni, ki volt az irányító és ki az irányított. Instrukció: A két gyakorlat egymással ekvivalens, ezért az oktatóra van bízva, hogy melyiket választja. Az egymásra figyelés nonverbális kommunikációs eszközökkel, a kooperativitás, vezető / vezetett szerep témáját mindkét gyakorlat érinti. Mivel a gyakorlat fontos kérdéseket érint mind a személyiséget, mind a segítő kapcsolatot tekintve, fontos a reflexiók nagykörben történő megbeszélése, feldolgozása.

3.2.4 Szituációs gyakorlat

40 perc Gyakorlat (8. sz. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Szituációs gyakorlat	Feladat: A csoporttagok párokba rendeződnek és felidéznek, majd megosztanak egymással egy kommunikációs helyzetet, esetleg segítő szituációt, mely köztük és egy fogyatékossággal élő személy között valósult meg. A páros élménymegosztást követően a párok röviden megjelenítik / eljátszák az egyikük történetét. Instrukció: A történetek megjelenítése során fontos kiemelni a konstruktív, illetve destruktív kommunikációs elemeket és megerősíteni a kívánatos segítői attitűdöt és kommunikációt.

Szünet

4. A látássérültség fokozatai, kommunikáció látássérült emberekkel

Összesen: 135 perc Gyakorlat 45 perc Interaktív előadás (4. sz. diasor)

4.1 Tabu

15 perc Gyakorlat (9. sz. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Tabu	Feladat: Nagykörös beszélgetés, tabu szavak, kifejezések közös gyűjtése, melyeket nem merünk használni, amikor látássérült személlyel beszélünk. A kerülendő és kívánatos szavak, kifejezések közös rögzítése flipchart-ra. Instrukció: Az oktatónak tisztában kell lennie a kerülendő és a használható kifejezésekkel látássérült személyek vonatkozásában.

4.2 A látássérültség fokozatai, kommunikáció látássérült emberekkel

45 perc Interaktív előadás

Előadás	Instrukciók az oktatónak
A látássérültség fokozatai, kommunikáció látássérült emberekkel	Az előadás fő témái és kulcsszavai: vak, aliglátó, gyengénlátó, csőlátás, látótérkiesés, macula degeneráció, farkasvakság, siketvakság, Helyes és helytelen szóhasználat, a segítés alapelvei, kommunikációs alapelvek, látó vezető technika, környezeti tényezők, vakvezetőkutya. 4. sz. ppt. Instrukció: Elengedhetetlen, hogy az oktató ismerje a különböző látássérülést okozó szembetegségeket és azok látásteljesítményre, látásminőségre gyakorolt hatását, továbbá, hogy tisztában legyen a megfelelő látó-vezető technikával és a korrekt szóhasználattal.

4.3 Láss más szemmel!

15 perc Gyakorlat

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Láss más szemmel!	Feladat: szimulációs szemüvegek segítségével a különböző szembetegségek okozta látásélmények megismerése, kipróbálása. Milyen élményt nyújtanak az egyes szemüvegek, a különböző látás-élmények, kinek melyik a legfrusztrálóbb. Instrukció: A szimulációs szemüvegek beszerezhetők a Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetségénél, valamint megyei egyesületeinél és az elemi rehabilitációs központokban. Ha az oktató nem tudja beszerezni őket, házilag is előállíthatók, ha más megoldás nem áll rendelkezésre.

4.4 Filmnézés

15 perc Gyakorlat (10. sz. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Filmnézés	Feladat: filmrészletek közös megnézése pl.: Helen Keller életrajzi filmből vagy Siketvaksággal kapcsolatos film. Instrukció: A filmrészletek megfigyelési szempontja a siketvak személyek kommunikációs lehetőségei, eszközei, nehézségei. A Kismadár c. film részletek: 11. perctől hozzávetőlegesen 7-8 perc 40. perctől 4-5 perc 60. perctől 5-6 perc 1.11-től a végig https://youtu.be/QndpTtrJt5A

Szünet

4.5 Szerepjáték

45 perc Gyakorlat (11. sz. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Szerepjáték	A csoporttagok párokban dolgoznak fel egy helyzetet, melyet egy szituációs kártyán kihúztak. Feladatuk az általuk húzott kártyán szereplő szituáció megjelenítése szerepjáték formájában. A szituációs kártyák a következők: Egy látássérült személy a posta bejáratában várakozik, segítségre lenne szüksége a sorszám húzásban és a megfelelő ablak megtalálásában. Egy látássérült személy a kormányablakban próbál hivatalos ügyet intézni, de nem akarják elfogadni az aláírását. Nagy sor kezd kialakulni a busz első ajtajánál, mivel a sofőr nem akarja felengedni a járműre a látássérült személy vakvezetőkutyáját. A boltban az eladó arra lesz figyelmes, hogy egy látássérült vásárló nagyon közelről próbálja elolvasni a termékek feliratát, de nagyon nehezen megy neki az apró betűk kisilabizálása. Megszólítja önt az utcán egy látássérült járó-kelő és egy pontos cím iránt érdeklődik, mert nem tudja, merre induljon. Az étteremben, miközben saját ebédjét fogyasztja, a szomszéd asztalnál egy látássérült pár ül. A pincér nagyon elfoglalt, ezért nem tudja nekik felolvasni az étlapot. A pályaudvaron, miközben ön a vonatára vár, háta mögül fehérbot csattogása üti meg a fülét. Szóba elegyednek és kiderül, a látássérült személynek segítségre van szüksége, hogy megtalálja saját vonatát. Egy látássérült ismerőse megkéri, hogy segítsen neki az elektronikus ügyintézésben, mert nem akadálymentes a felület. Ön egy kicsit bizonytalan, mert így ismerőse szenzitív adataira is ráláthat. Szomszédjában egy látássérült édesanya lakik. Reggel összetalálkoznak a lépcsőházban. Észreveszi, hogy a nő blúzán egy folt van. Nem szeretné, hogy szomszédasszonya kellemetlen helyzetbe kerüljön, de megbántani sem akarja. A meccsen ül és észreveszi, hogy az ön szomszédságában ülő két fiatalember látássérült, ezért nem tudják követni a meccs történéseit. Nem szeretné, hogy ők is kimaradjanak az élvezetből. Instrukció: A szituációk megjelenítése során fontos kiemelni a megfelelő mennyiségű és minőségű segítségnyújtás módjait, valamint a felvázolt problémák reális megoldási lehetőségeit.

4.6 Segítő és segített

45 perc Gyakorlat

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Segítő és segített	A csoporttagok ismét párokban dolgoznak, a pár egyik tagjának bekötjük a szemét, a pár másik tagja lesz a segítő. Majd szerepet cserélnek. Feladatuk közös séta a térben, átvezetés akadálypályán, irányítás szavakkal. Ha a fizikai tér megengedi, kipróbálhatják a gyakorlatot a termen kívül is az épületet bejárva. A gyakorlat elengedhetetlen részét képezi az élmények, tapasztalatok, érzések megosztása a nagykörben. Instrukció: Mivel a bekötött szem sokak számára frusztráló lehet, erre tekintettel kell lenni és lehetőséget kell biztosítani a helyzet elhagyására. Kiemelt jelentőségű az érzések, élmények feldolgozása a gyakorlathoz kapcsolódóan.

Ebédszünet

5. Önálló életvitelt és kommunikációt segítő eszközök és technológiák

Összesen: 150 perc Gyakorlat, 30 perc interaktív előadás (5. sz. diasor)

5.1 Eszközök és technológiák tematikus gyűjtése

30 perc Gyakorlat (12. sz. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Eszközök és technológiák tematikus gyűjtése	3-4 fős kiscsoportban segítő eszközök és technológiák gyűjtése tematikusan a következő területekre lebontva: háztartás, egészség, közlekedés, szabadidő, tanulás/munka, kultúra. A kiscsoportok röviden ismertetik gyűjtő munkájuk eredményeit a nagykörben. Instrukció: A csoportvezetőnek ismernie szükséges azon alapvető segédeszközöket, amelyek a látássérült emberek életét megkönnyítik.

5.2 Önálló életvitelt és kommunikációt segítő eszközök és technológiák

30 perc Interaktív előadás

Előadás	Instrukciók az oktatónak
Önálló életvitelt és kommunikációt segítő eszközök és technológiák	5 sz. diasor. Az előadás fő témái és kulcsszavai: „teljes élet”, önállóság és autonómia, önrendelkezés, segédeszközök, technológiák és lehetőségek ismertetése (elektronikus nagyító, képernyőolvasó program, iPhone/woice over, Távszem, Braille-írás, hangoskönyvtár. Instrukció: Az előadás interaktív jellegét szükséges fenntartani, hogy a résztvevők fel tudják tenni kérdéseiket és meg tudják osztani tapasztalataikat.

5.3 Eszközök és technológiák demonstrálása

30 perc Gyakorlat

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Eszközök és technológiák demonstrálása	A különböző informatikai segédeszközök, technológiák és lehetőségek rövid demonstrációja. A következő lehetőségeket, segédeszközöket javasoljuk bemutatni: képernyőolvasó programmal ellátott számítógép, okos telefon, Távszem szolgáltatás, audionarráció. Instrukció: Amennyiben az oktató számára nem állnak rendelkezésre ezek az eszközök, ill. nem lehetséges azok személyes demonstrálása, az eszközöket és módszereket videók, filmek segítségével is be lehet mutatni a résztvevőknek.

Szünet

5.4 Forgószínpad

45 perc Gyakorlat (13. sz. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Forgószínpad	Párokban forgószínpad-szerűen ismerkedés a különböző segédeszközökkel, majd azok kipróbálása bekötött szemmel vagy szimulációs szemüvegben. A következő segédeszközök kipróbálását javasoljuk: számítógép képernyőolvasó programmal, okostelefon, elektronikus nagyító, folyadékszint-jelző, színfelismerő, beszélő vérnyomásmérő, pénzfelismerő/pénzfelismerés, aláírókeret. Instrukció: Fontos, hogy a csoportvezető ismerje a bemutatásra kerülő eszközöket, tudja, hogy mire és hogyan használhatók, illetve legyen tisztában azok korlátaival is. A segédeszközök beszerezhetők a Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetségénél ill. a Vakok és Gyengénlátók Közép-Magyarországi Regionális Egyesületénél működő segédeszközboltokban, illetve kölcsönözhetőek is az MVGYOSZ egyes tagegyesületeinél.

5.5 Élményfeldolgozás

30 perc Gyakorlat (14. sz. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Élményfeldolgozás	Nagykörös beszélgetés és élménymegosztás a segédeszközök kipróbálásához kapcsolódóan. A gyakorlat során felmerülő érzések feldolgozása, esetleges kérdések megválaszolása. Instrukció: A gyakorlat során mélyebb érzések, frusztrációk, esetleges érintettségek is felszínre kerülhetnek, ezért fontos ezen érzések, feszültségek feldolgozása, levezetése.

5.6 A képzési nap zárása

15 perc Gyakorlat

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
A képzési nap zárása	Zárókör: Ki mit visz el magával a mai napból? Mi tetszett a legjobban?

Harmadik továbbképzési nap

6. Látássérült személyeket segítő intézményi háttér és szolgáltatások

Összesen: 60 perc Gyakorlat, 30 perc Interaktív előadás (6. sz. diasor)

6.1 Esetfeldolgozás – segítő intézményi háttér

30 perc Gyakorlat (15. sz. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Esetfeldolgozás – segítő intézményi háttér	3-4 fős kiscsoportok alakulnak, majd húznak / kapnak egy rövid esetleírást. A kiscsoportok átgondolják, hogy a kártyájukon szereplő személy hol és milyen jellegű segítséget igényelhet. Feladatuk az esetleíráshoz kapcsolódó segítő intézményi háttér, esetleges lehetőségek megvitatása, összegyűjtése. A gyakorlat zárásaként minden csoport röviden ismerteti munkájuk konklúzióját a nagykörben. Esetkártyák: 4 tagú család második gyermekénél 1 éves kor körül derül ki, hogy a kicsi nem mutat érdeklődést a vizuális ingerek iránt, mert súlyos látáskárosodása van. A szülők tanácstalanok, hogy hova fordulhatnak ebben a helyzetben. Tizennégy éves látássérült tanuló most kezdi a gimnáziumot. Mivel speciális általános iskolában tanult, minden helyzetben bizonytalan. Nehézséget jelent számára a beilleszkedés, a tananyagok beszerzése és a tanórák követése. Látássérült egyetemista most került a fővárosba, problémát jelent számára az egyetemi rendszerben történő eligazodás, a tananyagok digitális formájához történő hozzáférés. Látássérült fiatalember otthonról végzi munkáját, így nem tud munkatársaival kapcsolatokat kialakítani. Szeretne új embereket megismerni, kulturális és sportprogramokon részt venni, de nem tudja, hová fordulhatna segítségért. Pályakezdő látássérült fiatal diplomája megszerzését követően szeretne szakmájában elhelyezkedni. Az álláskeresésben, a számára megfelelő munkahely megtalálásában lenne szüksége segítségre. Középkorú látássérült férfi cukorbetegség következtében kb. 1,5 év alatt szinte teljesen elveszítette a látását. Jelenleg az önellátásban is segítségre szorul, munkáját is elveszítette. 60-év körüli látássérült nő makula degeneráció következtében elveszítette olvasási képességét, és mivel alig mer közlekedni a szociális kapcsolatai, korábbi kedvelt tevékenységei, mint például a színházba járás is megszűntek. Idős látássérült nő nem tudja értelmesen eltölteni a szabadidejét, mert korábbi kedvelt elfoglaltságait, mint például olvasás, rejtvényfejtés, kézimunka, már nem tudja folytatni.

	Instrukció: A gyakorlat lehetőséget nyújt arra, hogy feltárjuk, feltérképezzük a csoport intézményi háttérrel kapcsolatos előzetes tudását, elképzeléseit. Fontos, hogy az oktató átlássa és ismerje az ellátórendszert, hogy aktuálisan melyik szolgáltatás hol és hogyan működik és hogy egy adott intézményben milyen szolgáltatásokat lehet igénybe venni.

6.2 Látássérült személyeket segítő intézményi háttér és szolgáltatások

30 perc Interaktív előadás

Előadás	Instrukciók az oktatónak
Látássérült személyeket segítő intézményi háttér és szolgáltatások	6. sz. diasor. Az előadás fő témái és kulcsszavai: elemi rehabilitáció, segédeszköz boltok, érdekképviseleti és más civil szervezetek, valamint ezek szolgáltatásai, pl.: támogató szolgálatok, Távszem stb. Instrukció: Az interaktív jelleg megvalósítása kulcsfontosságú, hogy a csoporttagoknak legyen lehetőségük kérdéseiket, tapasztalataikat megosztani az előadás kapcsán. 6. sz. handout kiosztása

6.3 Intézménytérkép

30 perc Gyakorlat (16. sz. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Intézménytérkép	3-4 fős csoportokban a résztvevőknek azt kell körüljárni és megvitatni, hogy 1-1 intézmény milyen problémákban tud segítséget nyújtani a látássérült személyeknek. A csoportoknak a következő intézmények, szervezetek szolgáltatásait kell átgondolni, körüljárni: FPSZ Látásvizsgáló, érdekképviselet, segédeszköz-bolt, elemi rehabilitáció, korai fejlesztő, utazótanári szolgálat, egyetemi fogyatékosügyi/esélyegyenlőségi koordinátor. Instrukció: Ez a gyakorlat lehetőséget nyújt arra, hogy ne csupán az érintett személy, hanem az intézmény oldaláról nézve is átlássák a csoporttagok az ellátórendszert és azok fő szolgáltatásait.

Szünet

7. A fogyatékosság és a speciális igények kommunikálása

Összesen: 90 perc Gyakorlat

7.1 A segítségkérés kommunikálása

30 perc Gyakorlat (17. sz. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
A segítségkérés kommunikálása	Nagykörös beszélgetés: példák, tapasztalatok gyűjtése a látássérült emberek segítségkérésével kapcsolatban. A beszélgetés szempontjai: mennyire fontos a látássérült személy részéről a kezdeményezés, az evidens dolgok kommunikálása, a kommunikáció minősége, a szükségletek pontos megfogalmazása. Instrukció: Ez a gyakorlat előkészíti a terepet a fejezet további témái számára: a kommunikáció kölcsönössége, a segített fél felelőssége a segítői helyzetben. A továbbiakban ezek képezik a beszélgetés fókuszát.

7.2 Segítségkérés a gyakorlatban

30 perc Gyakorlat (18. sz. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Segítségkérés a gyakorlatban	Párokban ki kell dolgozni, majd meg kell jeleníteni egy olyan szituációt, amelyben egy látássérült személy kér segítséget. A szituáció lehet kitalált, vagy megtörtént eset egyaránt. A jeleneteket követően lehetőség nyílik a segítségkérés kívánatos és kevésbé kívánatos módjainak megfigyelésére és megbeszélésére. Instrukció: A megjelenített helyzetek segítségével fontos megerősíteni és elmélyíteni a kommunikáció helyes és helytelen módjait mind a segítő, mind a segített fél részéről.

7.3 Reakciók a segítségkérésre

15 perc Gyakorlat (19. sz. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Reakciók a segítségkérésre	Egy önként vállalkozó csoporttag szemét bekötjük, feladata, hogy társaitól segítséget kérjen. A csoport többi tagjának különböző módokon, például kedvesen, empatikusan, elutasítóan, agresszívan, türelmetlenül, teátrálisan, bunkón, okoskodva kell reagálni a segítségkérésre. Igény esetén lehetőséget kell biztosítani több személy számára is a segítségkérő szerepének kipróbálására. A gyakorlat zárásaként a tapasztalatok, érzések megosztása nagykörben.

	Instrukció: Fontos kiemelni és megbeszélni mind a segítségkérőben, mind a segítségadókban kialakult érzéseket. Érdemes odafigyelni az esetlegesen énidegen segítségadási reakciókra és az azok által kiváltott érzésekre is.

7.4 Szükséglet és igény kommunikálása

15 perc Gyakorlat (20. sz. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Szükséglet és igény kommunikálása	Nagykörös beszélgetés arról, hogy ki-ki a maga helyén / munkahelyén hogyan, miben tud segíteni látássérült ellátottjainak, klienseinek abban, hogy megfelelő módon tudják kommunikálni fogyatékosságukból adódó szükségleteiket, igényeiket. Instrukció: Az oktató részéről kiemelendő a résztvevők szerepe és felelőssége, hogy önállóságukban, szociális készségeik terén és kommunikációjukban támogassák látássérült ellátottjaikat, klienseiket.

Szünet

8. Konklúzió: asszertív és erőszakmentes kommunikáció

Összesen: 60 perc Gyakorlat, 30 perc interaktív előadás (8. sz. diasor)

8.1 Mitől működik és mitől nem?

15 perc Gyakorlat (21. sz. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Mitől működik és mitől nem?	Nagykörös beszélgetés arról, hogy mitől működik jól egy segítő kapcsolat és mitől nem. Az így kapott szempontokat rögzítjük 2 oszlopban flipchart-on. Instrukció: Fontos kiemelni, hogy a „jó” segítő kapcsolathoz szükséges az odafigyelés, empátia, elfogadás, őszinteség, míg az ítélkezésnek, minősítésnek, szánakozásnak nincs helye egy „jó” segítő kapcsolatban.

8.2 Asszertív és erőszakmentes kommunikáció

30 perc Interaktív előadás

Előadás	Instrukciók az oktatónak
Asszertív és erőszakmentes kommunikáció	8. sz. diasor. Az előadás fő témái és kulcsszavai: A segítő kapcsolat jellemzői, Rogers-i alapfogalmak (empátia, elfogadás, hitelesség), az asszertív kommunikáció ismérvei, az erőszakmentes kommunikáció. Instrukció: Az előadás interaktív jellegű, a hallgatók aktív részvételével történik. 8. sz. handout kiosztása.

8.3 Az asszertív jogok

10 perc Gyakorlat (22. sz. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Az asszertív jogok	Minden résztvevőnek kiosztjuk az asszertív jogok listáját, melyet a 9. sz. handout tartalmaz. Mindenki egyénileg elolvassa, majd párokban megvitatják a listát. A páros munka fő szempontjai: hogy tetszik nekik ez a lista, van-e valami, amivel nem értenek egyet, mi az, ami nekik a legnehezebben megy ebből a listából. A párok a nagykörben csak azt jelzik vissza, amivel leginkább nehézségük van az asszertív jogok közül. Instrukció: Ez a gyakorlat már előre mutat az asszertív kommunikáció lényegének megértése és gyakorlása irányába.

8.4 Asszertív, agresszív, manipulatív kommunikáció

20 perc Gyakorlat (23. sz. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Asszertív, agresszív, manipulatív kommunikáció	Az asszertív, agresszív, manipulatív kommunikáció felismerése és alkalmazása páros munka keretei között. A párok kapnak egy rövid szituációt, feladatuk, hogy mind a kérést, mind a reakciót fogalmazzák meg asszertív, agresszív és manipulatív formában. Végezetül minden pár röviden ismerteti a szituációt és mondataikat a nagykörben. Szituációk: Látássérült személyként problémát jelent számodra, hogy ép látású lakótársad a

	közös konyhában nem tart rendet, nem a megbeszélt helyükre pakol vissza, így nem találod meg sem a saját, sem a közös dolgokat. Jelezd ezt a problémát lakótársadnak. Idősek otthonában laksz, szobatársad rendszerint a szoba közepén teszi le papucsát. Mivel alig látsz, gyakran elbotlasz a papucsában. Jelezd felé ezt a problémádat. A patikában pár perce várakozol, mivel látássérültként nem tudsz sorszámot húzni. Kérj segítséget, hogy ki tudd váltani gyógyszereidet. A zebránál várakozol fehérbottal a kezedben, mivel nem ismered ezt a kereszteződést, nem mersz egyedül átkelni. Kérj segítséget egy járókelőtől. Munkahelyeden az új lift érintőgombokkal működik, de mivel semmit sem látsz, nem tudod egyedül kezelni. Kezdeményezd a vezetésnél, hogy általad is használható gombokkal, esetleg braille felirattal lássák el a liftet. Az utcán látod, hogy egy látássérült személy kutyát sétáltat és a kutya elvégezte a dolgát. Jelezd a látássérült személynek, hogy szedje össze a kutyakakit. Vonaton utazol, a fülkédben, ahol ülsz, utazik egy látássérült személy is, aki nagyon hangosan használja a telefonján a képernyőolvasót. Ez zavar téged, ezért kérd meg, hogy vagy halkítsa le, vagy használjon fülhallgatót. Szomszédoddal évek óta jó viszonyban vagy, de az utóbbi időben azt veszed észre, hogy nem köszön neked előre, sőt, ha te rákköszönsz, nagyon bizonytalan és szinte alig köszön neked vissza. Tudod, hogy kezd kialakulni nála egy szembetegség, de azt nem, hogy macula degeneráció miatt már egyáltalán nem ismeri fel az arcokat. Kérdezd meg tőle, miért nem köszön neked mostanság. Látássérült kollégád tegnap véletlenül a te esernyődet vitte haza. Jelezd neki ezt a problémát és cseréljétek vissza esernyőiteket. A zsúfolt buszon egy látássérült utas a kutyájával pont útban áll és akadályozza a mozgást a járművön. Te szeretnél mögötte elmenni, ezért kérd meg, hogy álljon picit arrébb. Instrukció: A gyakorlat a kommunikáció kölcsönösségét emeli ki, amelynek során mindkét félnek lehetnek igényei, szükségletei, melyeket asszertív módon kommunikálni kell.

8.5 Bizalom-játék

15 perc Gyakorlat

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Bizalom-játék	A segítő kapcsolat témájának lezárásaként, egyben a képzés lezárásához közeledve, egy bizalomjátékra kerül sor. Az alábbiakban 3 különböző lehetőséget mutatunk be, az oktató kiválaszthatja, hogy a csoport adottságaihoz, illetve egyéni preferenciájához illeszkedve melyiket választja. A. Ökölbe szorított kéz: párok egymással szemben ülnek. A pár egyik tagja ökölbe szorítja az egyik kezét, a pár másik tagjának az a feladata, hogy szavak nélkül, érintéssel rábírja, hogy kinyissa a kezét. A személy csak akkor nyissa ki a kezét, ha valóban azt érzi, hogy most már kinyithatja. B. harang: A csoporttagok szoros kis körben helyezkednek el, a kör közepén álló személy dülöngél, mint a harang nyelve, a többiek pedig megtartják őt. C. reptetés: A csoporttagok kis körben állva egyik társukat tenyerükkel megtartva emelik, megtartják. Instrukció: A segítő kapcsolat egyik alappillére a bizalom, ezek a játékok ezt kívánják szolgálni, egyszersmind lezárását is képezik a segítő kapcsolat témakörének.

Ebédszünet

9. Kommunikáció ép és fogyatékossággal élő emberek között – A segítő-segített kapcsolaton túl

Összesen: 90 perc Gyakorlat

9.1 Fogyatékossággal élő emberek atipikus szerepben

20 perc Gyakorlat (24. sz. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Fogyatékossággal élő emberek atipikus szerepben	3-4 fős kiscsoportban élmények, tapasztalatok megosztása olyan helyzetekről, amikor a résztvevők nem úgy kerültek kapcsolatba egy fogyatékossággal élő emberrel, mint segítségre szoruló személlyel. A beszélgetés konklúzióját a csoportok megosztják nagy körben is. Instrukció: Cél, hogy a résztvevők ne csak segítendő személyt lássanak a fogyatékossággal élő emberekben, hanem vegyék észre az akár „atipikus” szerepben lévő fogyatékossággal élő embertársaikat is.

9.2 Fogyatékossággal élő emberek ábrázolása

40 perc Gyakorlat (25. sz. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Fogyatékossággal élő emberek ábrázolása	Különböző filmek, filmrészletek közös megnézése és megvitatása. A következő filmeket ajánljuk: Isti Kinizsi100, Veszekedés, Csodabogarak, Can, Ismerős Arcok Szívemben tudlak c. klippje, Vak vagányok, Vaklárma. Instrukció: A filmek nyomán jelentkező kérdések, érzések megosztására is lehetőséget kell biztosítani. Lelőhelyek, filmcím, időtartam Vaklárma kocsmai jelenet: https://youtu.be/fC0J3qacbNA Időtartam: 3:31 perc Vaklárma fotózás: https://youtu.be/NrR0vI_7GCE Időtartam: 2:15 perc Vakvagányok részlet: https://youtu.be/GeAdyN4_wgU Időtartam: 4:07 perc Ismerős arcok Szívemben tudlak: https://youtu.be/IqT522xUzRQ Időtartam: 5:37 perc Együtt a fogyatékossággal élők elfogadásáért kampány reklámfilmje - A veszekedés: https://youtu.be/k55v4eYGDaw Időtartam: 1 perc Csodabogarak: https://youtu.be/rGGD3rL880U 50:31 perc A Kinizsi100-as első vak teljesítője: https://youtu.be/SuyMz1YaZAA Időtartam: 10’43

9.3 „Mellesleg”

30 perc Gyakorlat (26. sz. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
„Mellesleg”	3-4 fős kiscsoportban akár a médiából, akár saját ismeretségi körükből ismert vagy olyan fogyatékossággal élő személyeket keressenek, akikre nem, mint segítségre szoruló emberre tekintenek. Keressenek olyan példát is, akiről csak később (mellesleg) tudták meg, hogy van valamilyen fogyatékossága. A kiscsoportos beszélgetések konklúziója megosztásra kerül a nagykörben. Cél lehet az olyan területek kiemelése, ahol nagyobb számban találkozunk „sikeres”, esetleg népszerű fogyatékossággal élő személyekkel. Instrukció: Fontos a szemléletmódbeli váltás: a fogyatékossággal élő ember nem csupán segítségre szoruló személy, hanem lehetnek ők is „sikeresek”, népszerűek. Az ember elsősorban és mindenekelőtt ember, sok tulajdonsága van, melyek közül csupán egy, hogy van valamilyen fogyatékossága.

Szünet

10. A képzés zárása

Összesen: 90 perc Gyakorlat

10.1 Mit viszek magammal?

30 perc Gyakorlat

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Mit viszek magammal	Nagykörben annak megfogalmazása, hogy „mit viszek magammal a képzésről”. 1 szóban megfogalmazni a képzés konklúzióját. Annak a kérdésnek a megválaszolása, hogy mit tudsz majd leginkább hasznosítani a munkád során? Mi volt az a képzésen, amire leginkább rácsodálkoztál? Instrukció: Cél a képzés összegészére rátekinteni és hozadékát megfogalmazni.

10.2 Plakátkészítés

45 perc Gyakorlat

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Plakátkészítés	3-4 fős csoportokban plakát készítése, mely a legjobban megjeleníti, kifejezi számukra az ép és fogyatékossággal élő emberek közötti kapcsolatot és kommunikációt. Plakátok bemutatása és megvitatása nagykörben. Instrukció: A gyakorlat segít szimbolikus formában is megragadni és kifejezni az ép és fogyatékossággal élő emberek relációját, a képzés mondanivalóját.

10.3 Képzés zárása

15 perc Gyakorlat

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Képzés zárása	A képzés zárása, Tesztírás, Elégedettségi kérdőív kitöltése.

Forgatókönyv

IDŐSZAK	IDŐ (perc)	TÉMA	HANDOUT	PPT
ELSŐ TOVÁBBKÉPZÉSI NAP				
Délelőtt	90	Bemutatkozás, tapasztalatok, motivációk, elvárások	Bevezető Handout.	Bevezető diasor
	15	Szünet		
	30	**Gyakorlat** 1. A Tajgetosztól az észszerű alkalmazkodásig 1.1 Asszociációs kör		1. sz diasor
	60	**Gyakorlat** 1.2 Fogalomdefiniálás	1. sz. Handout	
	15	Szünet		
	60	**Interaktív előadás** 1.3 A Tajgetosztól az észszerű alkalmazkodásig		
	30	**Gyakorlat** 1.4 A Fogalmak, példák	2. sz. Handout	
	30	Ebédszünet		
Délután	15	**Gyakorlat** 2. A fogyatékosság típusai 2.1 Ismeretek a fogyatékossággal élő emberek csoportjairól	3. sz. Handout	2. sz. diasor
	45	**Interaktív előadás** 2.2 A fogyatékosság típusai		
	30	**Gyakorlat** 2.3 A fogyatékos emberek helyzete	4. sz. Handout	
	15	Szünet		
	20	**Gyakorlat** 3. Kommunikáció fogyatékkal élő emberekkel 3.1 Kommunikációs gátak és saját akadályozottság 3.1.1 Páros élménymegosztás	5. sz. Handout	3. sz. diasor
	25	**Gyakorlat** 3.1.2 Élménymegosztás a saját akadályozottságról	6. sz. Handout	
	30	**Interaktív előadás** 3.1.3 Kommunikáció fogyatékossággal élő emberekkel		
	15	**Gyakorlat** 3.1.4 A képzési nap zárása		

IDŐSZAK	IDŐ (perc)	TÉMA	HANDOUT	PPT
MÁSODIK TOVÁBBKÉPZÉSI NAP				
Délelőtt	15	**Gyakorlat** 3.2 Kommunikáció fogyatékossággal élő emberekkel, a segítő kapcsolat 3.2.1 Helyezd el magad!	7. sz. Handout	3. sz. diasor
	15	**Gyakorlat** 3.2.2 Élő szobor		
	20	**Gyakorlat** 3.2.2 A törékeny kapcsolat vagy páros rajzolás		
	40	**Gyakorlat** 3.2.4 Szituációs gyakorlat	8. sz. Handout	
	15	Szünet		
	15	**Gyakorlat** 4. A látássérültség fokozatai, kommunikáció látássérült emberekkel 4.1 Tabu	9. sz. Handout	4. sz. diasor
	45	**Interaktív előadás** 4.2 A látássérültség fokozatai, kommunikáció látássérült emberekkel		
	15	**Gyakorlat** 4.3 Láss más szemmel!		
	15	**Gyakorlat** 4.4 Filmnézés	10. sz. Handout	
	15	Szünet		
	45	**Gyakorlat** 4.5 Szerepjáték	11. sz. Handout	
	45	**Gyakorlat** 4.6 Segítő és segített		
	30	Ebédszünet		
Délután	30	**Gyakorlat** 5. Önálló életvitelt és kommunikációt segítő eszközök és technológiák 5.1 Eszközök és technológiák tematikus gyűjtése	12. sz. Handout	5. sz. diasor
	30	**Interaktív előadás** 5.2 Önálló életvitelt és kommunikációt segítő eszközök és technológiák		
	30	**Gyakorlat** 5.3 Eszközök és technológiák demonstrálása		
	15	Szünet		

	45	**Gyakorlat** 5.4 Forgószínpad	13. sz. Handout	
	30	**Gyakorlat** 5.5 Élményfeldolgozás	14. sz. Handout	
	15	**Gyakorlat** 5.6 A képzési nap zárása		

IDŐSZAK	IDŐ (perc)	TÉMA	HANDOUT	PPT
HARMADIK TOVÁBBKÉPZÉSI NAP				
Délelőtt	30	**Gyakorlat** 6. Látássérült személyeket segítő intézményi háttér és szolgáltatások 6.1 Esetfeldolgozás – segítő intézményi háttér	15. sz. Handout	6. sz.
	30	**Interaktív előadás** 6.2 Látássérült személyeket segítő intézményi háttér és szolgáltatások		
	30	**Gyakorlat** 6.3 Intézménytérkép	16. sz. Handout	
	15	Szünet		
	30	**Gyakorlat** 7. A fogyatékosság és a speciális igények kommunikálása 7.1 A segítségkérés kommunikálása	17. sz. Handout	
	30	**Gyakorlat** 7.2 Segítségkérés a gyakorlatban	18. sz. Handout	
	15	**Gyakorlat** 7.3 Reakciók a segítségkérésre	19. sz. Handout	
	15	**Gyakorlat** 7.4 Szükséglet és igény kommunikálása	20. sz. Handout	
	15	Szünet		
	15	**Gyakorlat** 8. Konklúzió: asszertív és erőszakmentes kommunikáció 8.1 Mitől működik és mitől nem?	21. sz. Handout	8. sz
	30	**Interaktív előadás** 8.2 Asszertív és erőszakmentes kommunikáció		
	10	**Gyakorlat** 8.3 Az asszertív jogok	22. sz. Handout	
	20	**Gyakorlat** 8.4 Asszertív, agresszív, manipulatív kommunikáció	23. sz. Handout	

	15	**Gyakorlat** 8.5 Bizalom-játék		
	30	Ebédszünet		
Délután	20	**Gyakorlat** 9. Kommunikáció ép és fogyatékossággal élő emberek között – A segítő-segített kapcsolaton túl 9.1 Fogyatékossággal élő emberek atipikus szerepben	24. sz. Handout	
	40	**Gyakorlat** 9.2 Fogyatékossággal élő emberek ábrázolása	25. sz. Handout	
	30	**Gyakorlat** 9.3 „Mellesleg”	26. sz. Handout	
	15	Szünet		
	30	**Gyakorlat** 10. A képzés zárása 10.1 Mit viszek magammal?		
	45	**Gyakorlat** 10.2 Plakátkészítés		
	15	**Gyakorlat** 10.3 Képzés zárása, tesztírás, elégedettségi kérdőív kitöltése		