

Министерство культуры и духовного развития
Республики Саха (Якутия)
Государственное казенное учреждение Республики Саха (Якутия)
«Якутская республиканская специальная библиотека для незрячих
и слабовидящих им. И.Н. Егорова - Горного»
Отдел учета документов и библиографии

«Инклюзия в культурном пространстве»

Методическое руководство по проведению
тренинг-интенсива по этике общения и сопровождению
инвалидов различных нозологий

Якутск, 2024 г.

УДК 364.465-056.26(035)

ББК 60.9я2

И 65

Составители: Е. А. Потапова, Э. В. Заболоцкая

Ответственный за выпуск А. С. Корнилова

«Инклюзия в культурном пространстве» : методическое руководство по проведению тренинг-интенсива по этике общения и сопровождению инвалидов различных нозологий / Министерство культуры и духовного развития Республики Саха (Якутия), Якутская республиканская специальная библиотека для незрячих и слабовидящих им. И.Н. Егорова - Горного, Отдел учета документов и библиографии ; составители : Е. А. Потапова, Э. В. Заболоцкая ; ответственный за выпуск А. С. Корнилова. – Якутск, 2024. – 64 с. – Текст: непосредственный.

Методическое руководство дает базовые представления пониманию инвалидности, важности инклюзии, правил взаимодействия с людьми с особенностями развития и этически корректного языка. Издание предназначено для самых разных целевых аудиторий, включая людей разных возрастов и профессий, работающих в сферах образования, культуры, обслуживания и досуга, и других заинтересованных людей.

УДК 364.465-056.26(035)

ББК 60.9я2

И 65

© Якутская республиканская специальная библиотека для незрячих и слабовидящих им. И.Н. Егорова - Горного

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	5
Подготовка к тренинг-интенсиву.....	9
Важные определения.....	11
Социальная концепция инвалидности.....	12
Отличие терапевтических подходов от программ, направленных на повышение осведомленности и создание инклюзивной доступной среды.....	13
Сценарий по ведению тренинг-интенсива «Инклюзия в культурном пространстве» по этике общения и сопровождению инвалидов различных нозологий	14
<i>Приложение 1</i>	
ПАВЛОВА Ульяна Анатольевна «Терминология общения с людьми с инвалидностью».....	36
<i>Приложение 2</i>	
КОПЫРИНА Туяра Люминаровна «Этика общения с людьми с инвалидностью».....	39
<i>Приложение 3</i>	
ВАСИЛЬЕВА Алена Ивановна «Особенности социокультурной реабилитации людей с ограниченными возможностями зрения».....	43
<i>Приложение 4</i>	
СКРЯБИНА Елена Дмитриевна «Мир глухих».....	47

Приложение 5

ЯКОВЛЕВА Анисия Ильинична «Как строить коммуникации с людьми с синдромом Дауна».....51

Приложение 6

КАСАТКИНА Ольга Аркадьевна «Признаки людей с аутизмом. Потребности, сопровождение, подходы».....56

Список рекомендуемой литературы.....62

ВВЕДЕНИЕ

За последние годы во всем мире произошли огромные изменения в понимании инвалидности, изменилось понимание потребностей людей с особыми нуждами и их семей. Важность приобретают идеи инклюзивного взаимодействия, инклюзивной культуры, инклюзивного общества. Медленно, но неуклонно идея о ценности жизни любого человека овладевает общественным сознанием.

Люди с инвалидностью составляют специфическую социально-демографическую группу населения, численность которой на Земле постоянно увеличивается. В основе социальной модели инвалидности, закрепленной в «Конвенции о правах инвалидов», лежат идеи автономности личности, ее безусловного принятия в социуме, предоставления людям с инвалидностью полноценных возможностей участия в общественной деятельности, усиления их социальных связей, реализации прав. При этом отмечается, что учреждения культуры должны устранить физические и социальные барьеры, которые препятствуют полноценному включению человека с инвалидностью в культуру.

Подлинная инклюзия в культурной жизни – это не просто одноразовое, формальное участие людей с инвалидностью в культурных мероприятиях музея, театра или кинотеатра, где предоставлены все возможные меры доступности информации, коммуникации и архитектурной среды. Это процесс вхождения в культуру, связанный с полноправным участием всех людей, включая и людей с инвалидностью, в потреблении и создании культурных ценностей, это возможность ощутить чувство принадлежности к процессу творчества и сотворчества в реализации инклюзивных проектов и программ.

Таким образом, инклюзивная среда – это не только доступность физического пространства (лифт, пандус и т.д.), но и отсутствие предубеждений, мифов и барьеров

в отношении к людям, наличие понятной информации и поддержки там, где она необходима.

За последние годы вопрос инклюзии и доступности занимает особое место в деятельности учреждений культуры и искусств г. Якутска, что свидетельствует об изменениях в понимании инвалидности, потребностей людей с особыми нуждами и их семей. Интеграция людей с инвалидностью в общество является одной из задач социальной активности. Для преодоления самоизоляции людей с ограниченными возможностями по здоровью важную роль приобретает создание сети инклюзивных творческих лабораторий (центров) на базе учреждений культуры.

Инклюзивная творческая лаборатория (ИТЛ) подразумевает проведение тематических мероприятий, во время которых люди с инвалидностью работают над новыми креативными продуктами. Основной проблемой создания таких лабораторий является отсутствие методической базы, профессиональных компетенций сотрудников учреждений культуры по этике, общению и сопровождению инвалидов. Данный фактор послужил вызовом на организацию тренинг-интенсива по инклюзии и понятиям толерантности.

12 апреля 2024 года Якутской республиканской специальной библиотекой для незрячих и слабовидящих им. И.Н. Егорова - Горного при поддержке Министерства культуры и духовного развития РС(Я) проведен **тренинг-интенсив «Инклюзия в культурном пространстве»** для сотрудников государственных учреждений культуры и искусств г. Якутска.

Мероприятие было направлено на помощь в продвижении идей инклюзивного общества, а также на повышение профессиональных компетенций участников для создания благоприятной инклюзивной среды в учреждениях культуры и искусств г. Якутска.

Методическое руководство, составленное по итогам мероприятия, выделяет этику общения и сопровождение

инвалидов различных нозологий, важные определения по инклюзии и инвалидности, а также подготовку к проведению тренинг-интенсива. Практическая часть включает сценарий организации мероприятия, где осмысливаются процессы доступности и инклюзии.

Приложения содержат материалы выступлений спикеров-экспертов общественных организаций: ЯГО ВОГ, ЯГО ВОИ, ЯРО ВОС, РОО «Союз родителей детей с синдромом Дауна «Солнышки Якутии», АНО Абилитационный центр «Особый ребенок», Благотворительный фонд «Харысхал», Всероссийская организация родителей детей с инвалидностью и инвалидов старше 18 лет с ментальными и иными нарушениями, нуждающихся в представительстве своих интересов. Практические лекции с компактно сформированными блоками мастер-классов станут ориентиром в освоении навыков по этике общения и сопровождению инвалидов различных нозологий.

В списке рекомендуемой литературы представлены издания, помогающие глубже осознать процессы доступности и инклюзии в культуре, а также этику общения и сопровождение инвалидов различных нозологий.

Методическое руководство «Инклюзия в культурном пространстве» рекомендовано для использования при проведении семинаров и тренингов, посвященных пониманию инвалидности, толерантности, важности инклюзии, правил взаимодействия с людьми с особенностями развития и инвалидностью и этически корректного языка, современному пониманию концепции инвалидности.

Якутская республиканская специальная библиотека для незрячих и слабовидящих им. И.Н. Егорова - Горного выражает благодарность Министерству культуры и духовного развития РС(Я) за поддержку, а также спикерам-экспертам за содействие в организации мероприятия.

Мы надеемся, что данное методическое руководство найдет свое практическое применение по формированию коммуникативной компетентности сотрудников учреждений культуры и созданию возможностей для их активного участия в деятельности учреждений культуры по организации инклюзивной среды (площадки).

Предложенное методическое руководство не претендует на полноту и исключительность. Составители будут рады дополнениям, комментариям, новым креативным идеям о доступности и инклюзивности среды в учреждениях культуры: 677017, г. Якутск, пр. Ленина, 58. ГКУ РСЯ «Якутская республиканская специальная библиотека для незрячих и слабовидящих им. И.Н. Егорова - Горного», отдел учета документов и библиографии.

ПОДГОТОВКА К ТРЕНИНГ-ИНТЕНСИВУ

Тренинг-интенсив «Инклюзия в культурном пространстве» по этике общения и сопровождению инвалидов различных нозологий может использоваться для самых разных целевых аудиторий, включая людей самых разных возрастов и профессий, работающих в сферах образования, культуры, обслуживания и досуга, преподавателей и учащихся старших классов, колледжей, университетов и других заинтересованных людей.

Цели тренинг-интенсива.

Тренинг-интенсив должен дать участникам возможность освоить практические аспекты взаимодействия с людьми с особенностями развития и инвалидностью, а также представить современное понимание концепции инвалидности. Важной частью тренинга также являются обсуждение этически корректного языка и продвижение идеи инклюзивного общества.

Целевая аудитория тренинга.

Тренинг-интенсив создан для людей разных профессий, работающих в сферах образования, культуры, обслуживания и досуга. Тренинг доступен людям с самым разным жизненным опытом и практически любым уровнем образования (средняя школа и выше). Данный тренинг-интенсив также может быть полезен журналистам, руководителям и сотрудникам PR-департаментов.

Рекомендуемое число участников тренинга.

Рекомендуемое число участников группы для проведения тренинг-интенсива – 10-15 человек. Часть обсуждений и упражнений проводится со всей группой, часть упражнений – в парах.

При увеличении их числа тренинг-интенсив может превратиться в лекцию, что значительно снизит возможности участников делиться собственным опытом и задавать вопросы.

Кто может проводить тренинг?

Желательно, чтобы тренинг-интенсив проводили двое ведущих, это дает возможность лучше устанавливать контакт с участниками. Ведущие программы должны уметь открыто, спокойно и корректно взаимодействовать с участниками тренинг-интенсива. Специальных требований к уровню образования ведущих нет.

Помещение и оборудование, необходимое для проведения тренинга.

1. Требования к помещению.

Помещение должно быть комфортным для размещения группы из 17 человек (двое ведущих и не более 15 слушателей).

2. Мебель и оборудование.

Количество стульев соответствует числу людей. Стулья участников желательно расположить полукругом и при необходимости передвигать так, чтобы можно было работать в малых группах.

Стол для размещения компьютера и проектора для показа презентации.

Экран, компьютер, мультимедиапроектор и аудиоклонки (возможно также использование широкоэкранный телевизора с функцией демонстрации презентации).

Флипчарт и фломастеры.

Бейджи, на которых участники тренинга напишут свои имена.

Ориентировочное время проведения тренинг-интенсива – 2 часа с 15-минутным перерывом.

ВАЖНЫЕ ОПРЕДЕЛЕНИЯ

Инклюзивное общество (от англ. inclusion — включение) – это общество, которое уважает всех и ценит разнообразие, принимает отличия одних от других и активно борется с дискриминацией и предрассудками. Это общество, включающее в себя разных людей.

Толерантность (от лат. tolerare – терпеть, переносить, выносить, привыкать) – терпимость к иному мировоззрению, образу жизни, поведению и обычаям.

Доступная среда – это не только доступность физического пространства (лифт, пандус и т.д.), но и отсутствие предрассудков и барьеров в отношении людей. Эти барьеры могут быть очень разными. Отсутствие доступа к современной информации, предрассудки и мифы, существующие вокруг людей с особенностями развития, являются самыми распространенными барьерами в отношении к этим людям и их семьям. Доступная и безбарьерная среда позволяет людям с особыми потребностями свободно передвигаться в пространстве, иметь равный доступ к услугам, быть полноценными членами общества и получать необходимую информацию для комфортной жизни.

Инклюзивная творческая лаборатория – это инструмент для поиска и апробирования новых форм социокультурной интеграции людей (в том числе, с инвалидностью) средствами различных видов творчества. Инклюзивные лаборатории не только способствуют развитию творческого потенциала участника, но и служат важным элементом для социализации.

СОЦИАЛЬНАЯ КОНЦЕПЦИЯ ИНВАЛИДНОСТИ

Социальная концепция инвалидности предполагает, что барьером для участия в жизни общества является не сам человек с инвалидностью, а недоступность окружения. Например, для человека, передвигающегося на коляске, необходимы лифт, подъемник или пандус. В этом случае человек сможет беспрепятственно попасть в здание и передвигаться в нем.

Человек с инвалидностью является частью общества, и, чтобы социум стал для него комфортнее, необходимо вносить определенные изменения в окружение. К некоторым изменениям мы все давно привыкли – это указатели, пандусы, специально оборудованные туалеты и т.д. Некоторые адаптации только появляются – надписи шрифтом Брайля, звучащие светофоры и т.д. Изменения в коммуникации, отвечающие особенностям и потребностям человека, также имеют отношение к адаптации окружения. Создание доступной среды не предполагает попыток изменения человека с инвалидностью или преодоления его трудностей. Адаптации в окружении помогают человеку быть включенным в то, что происходит вокруг него, и комфортнее функционировать в обществе.

ОТЛИЧИЕ ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ПОДХОДОВ ОТ ПРОГРАММ, НАПРАВЛЕННЫХ НА ПОВЫШЕНИЕ ОСВЕДОМЛЕННОСТИ И СОЗДАНИЕ ИНКЛЮЗИВНОЙ ДОСТУПНОЙ СРЕДЫ

Терапевтические подходы всегда предполагают проведение профессиональной оценки и постановку конкретных измеряемых целей, которые могут быть достигнуты в результате проводимой терапии и направлены на изменение функционирования / повышение качества жизни (например, человек сможет самостоятельно сделать большее количество шагов, будет чаще обращаться с просьбой в течение дня или конкретного промежутка времени, скорость чтения повысится на N процентов и т.п.). Поставленные цели обсуждаются с самим человеком и / или его семьей, а их достижение тщательно отслеживается.

В последние десятилетия также нередко говорят о терапии с помощью искусства (арт-терапия, музыкальная терапия, музейная арт-терапия и т.д.). Однако жизнь человека не может состоять только из занятий и реабилитационных мероприятий. Чтобы жизнь была полноценной, в ней должно быть то же, что и у всех людей, – веселье, общение с друзьями, походы в музей или кинотеатр, посещение кафе и ресторанов, спортивных мероприятий, магазинов и клубов.

Тренинг-интенсив направлен на то, чтобы повысить качество взаимодействия с людьми с инвалидностью и их семьями, лучше понимать их потребности в рамках инклюзивной творческой лаборатории.

СЦЕНАРИЙ ПО ВЕДЕНИЮ ТРЕНИНГ-ИНТЕНСИВА «ИНКЛЮЗИЯ В КУЛЬТУРНОМ ПРОСТРАНСТВЕ» ПО ЭТИКЕ ОБЩЕНИЯ И СОПРОВОЖДЕНИЮ ИНВАЛИДОВ РАЗЛИЧНЫХ НОЗОЛОГИЙ

<i>Название раздела</i>	<i>Цель активности</i>	<i>Описание раздела рекомендации для ведущих тренинга</i>
<i>Время</i>		
Название тренинг-интенсива 1 минута	Участники рассаживаются, Приветствие ведущих.	«Инклюзия в культурном пространстве»: по этике общения и сопровождению инвалидов различных нозологий (!) Подсказки для ведущих Подготовьте заранее оборудование, стол и стулья для ведущих и участников.
Представление участников ~ 5 минут	Познакомить участников друг с другом, создать доброжелательную открытую атмосферу.	<ul style="list-style-type: none"> • Ведущие представляются, знакомит слушателей со спикерами (экспертами) тренинг-интенсива; • Участники по одному представляются, в несколько слов рассказывают о себе (например: «Меня зовут...», «Мне нравится...», «Я люблю заниматься...»); • Затем участник говорит о том, какой опыт общения с людьми с инвалидностью и их семьями у него есть. (!) Подсказки для ведущих Первыми представляются ведущие – это показывает, что ожидается услышать от остальных участников.
Цели тренинг-интенсива ~ 2 минуты	Познакомить участников с целями тренинг-интенсива	<ul style="list-style-type: none"> • Научиться использовать уважительный и корректный язык, когда говорим о людях с инвалидностью; • Понять, что всем людям

		<p>важны уважение, общение и новый опыт;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Научиться приемам корректного взаимодействия с людьми с особыми потребностями; • Продвигать идеи инклюзивного общества. <p>(!) Подсказки для ведущих</p> <p>Ведущие с самого начала задают правильный образец, демонстрируя уверенность и позитивный настрой, используют корректный язык на протяжении всего тренинг-интенсива</p>
<p>Ваши опасения ~ 3 минуты</p>	<p>Показать участникам, что они могут свободно делиться своими опасениями и работать с преодолением предрассудков.</p>	<p>Ведущий опрашивает участников группы о том, есть ли у них какие-либо опасения, касающиеся общения с людьми с инвалидностью (например, не является ли вредным для людей с особыми потребностями участие в жизни общества, включая досуг, общение с другими и т.д.).</p> <p>Один из ведущих записывает опасения участников на флипчарт.</p> <p>(!) Подсказки для ведущих</p> <p>Ведущие не комментируют и не вступают в споры или дискуссию, а лишь дают участникам возможность высказаться.</p>
<p>Терминология в общении с людьми с инвалидностью ~ 7 минут</p>	<p>Рассказать участникам об уважительном и корректном языке.</p>	<p>Ведущий обращает внимание к спикерам (экспертам), передает им слово.</p>
<p><i>см. Приложение 1</i></p>		
<p>Известные люди 1 минута</p>	<p>Переход к новому тематическому разделу.</p>	

<p>Известные люди с инвалидностью</p> <p>~ 10 минут</p>	<p>Рассказать об успешных людях с инвалидностью, объяснить, что наличие инвалидности не должно стать барьером для активной жизни, успехов и достижений.</p>	<p>Ведущий показывает слайд с изображением известного человека и спрашивает, знаком ли участникам этот человек, что они знают о его достижениях и что им известно о его инвалидности.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Людвиг ван Бетховен (1770-1827). Знаменитый немецкий композитор и пианист, ключевая фигура классической музыки. Писал во всех существовавших в его время жанрах. С 31 года слух Бетховена постепенно ухудшался, и со временем композитор полностью потерял слух. 2. Борис Кустодиев (1878-1927). Известный во всем мире художник. Член Ассоциации художников революционной России. Портретист, театральный художник, декоратор. Последние 15 лет жизни передвигался в специальном кресле. Он лежа писал кисточкой наверх и самые свои красочные картины «Купчиха», «Русская Венера» написал лежа. 3. Билл Гейтс (1950). Американский предприниматель и общественный деятель, один из создателей и бывший крупнейший акционер компании Microsoft. У него синдром Аспергера. 4. Иван Николаевич Егоров-Иван Горный (1935-2018). Незрячий поэт и публицист Якутии, первый тифлопедагог из народа саха, создатель якутского алфавита по системе Брайля. 5. Сара Бернар (1844-1923). Французская театральная актриса, легенда мировой сцены XX века. Во время одного из представлений она неудачно упала на колено и после этого годами терпела мучительные боли. В конце концов ногу ей ампутировали. <p>(!) Подсказки для ведущих</p>
--	---	--

		Ведущие приветствуют, если участники вспоминают других известных людей с инвалидностью.
Толерантность ~ 1 минута	Определение толерантности	Толерантность (от лат. <i>tolerare</i> – терпеть, переносить, выносить, привыкать) – терпимость к иному мировоззрению, образу жизни, поведению и обычаям.
Толерантность формируется с раннего детства ~ 2 минуты	Объяснить участникам, что толерантность – это не лозунг, а ощущение, которое формируется с раннего детства.	Ведущий рассказывает о том, что отношение ребенка к сверстникам с особенностями развития во многом зависит от отношения окружающих его взрослых, это подтверждают исследования. Если взрослый доброжелателен, спокоен, приветлив, проявляет уважение к другим детям (включая детей с особенностями развития), то и все дети будут вести себя так же.
Корректный язык ~ 1 минута	Рассказать участникам об уважительном и корректном языке.	Ведущие демонстрируют примеры использования корректного и некорректного языка.
Принцип «сначала человек» ~ 3 минуты	Познакомить Участников с принципом «сначала человек»	Ведущие рассказывают об истории возникновения принципа «сначала человек». (People First) и о том, почему этот принцип является важным. Люди с инвалидностью – прежде всего люди. У них те же права и потребности, что и у всех, – жить в семье, учиться, дружить, быть услышанными. Когда мы говорим о таких людях и общаемся с ними и их близкими, стоит помнить об этом. Некорректным и оскорбительным считается называть людей с инвалидностью, отталкиваясь от их нарушения / диагноза («слепые», «глухие», «отсталые», «дауны»),

		<p>«аутисты», «опорники» и т.д.).</p> <p>Корректно говорить: «ЧЕЛОВЕК / РЕБЕНОК с...» (аутизмом, синдромом Дауна, нарушениями слуха и т.д.).</p> <p>(!) Подсказки для ведущих</p> <p>Ведущие напоминают участникам об известных людях, о которых только что шла речь: мы в первую очередь вспоминаем о них как о людях и только после о том, что у них есть особые потребности.</p>
<p>Наши слова определяют наше отношение к людям</p> <p>~ 5 минут</p>	<p>Разобрать конкретные примеры использования корректного и некорректного языка и показать, что за этим стоит.</p>	<p>Участники обсуждают, какие термины являются корректными, а какие лучше не использовать. Ведущий уделяет особое внимание отличию терминов «болезнь» и «нарушение / особенность развития». Нарушение развития в отличие от болезни невозможно вылечить (например, невозможно ничего сделать с 47-й хромосомой при синдроме Дауна). Таким образом, не стоит дожидаться, пока человек «выздоровеет / излечится» и начнет жить обычной жизнью.</p> <p>Человек с инвалидностью имеет те же самые потребности, что и другие люди, – жить в семье, ходить в школу или работать, иметь друзей, весело проводить время и т.д.</p> <p>Иногда людям кажется, что наши отношение и установки важнее слов. Стоит напомнить, что очень часто то, что мы говорим, влияет на то, что мы делаем.</p> <p>(!) Подсказки для ведущих</p> <p>Если участники тренинга в своих вопросах или комментариях совершают ошибки в использовании корректного языка, ведущий тактично поправляет их.</p>

<p>Виды инвалидности</p> <p>~ 5 минут</p>	<p>Познакомить участников тренинг-интенсива с тем, какие существуют виды инвалидности / нарушений развития, рассказать о базовых правилах этикета в отношении людей с инвалидностью.</p>	<p>Ведущие рассказывают, какие бывают виды инвалидности / нарушений: двигательные, сенсорные (нарушения зрения и слуха), ментальные (трудности в установлении и поддержании отношений, понимании / соблюдении социальных правил и границ) нарушения, трудности в обучении (понимании, обработке информации, освоении новых навыков).</p> <p>Самым распространенным нарушением в развитии является аутизм (расстройство аутистического спектра, или РАС).</p> <p>У некоторых людей может быть сочетание различных нарушений.</p> <p>Ведущий приводит примеры, спрашивает участников, есть ли у них опыт общения с людьми с теми или иными нарушениями и что чувствовали участники тренинга при встрече / взаимодействии с особым человеком / ребенком. Ведущий рассказывает о базовых правилах этикета, действующих в отношении людей с инвалидностью.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Помним, что перед нами в первую очередь человек! • Работают те же самые правила этикета, что и при общении с обычными людьми / детьми. • Поздоровайтесь, представьтесь. • Вам стоит находиться на одном уровне с человеком. • Постарайтесь общаться с человеком на языке, который ему понятен. • Обязательно давайте человеку время для ответа. • Говоря с человеком, обращайтесь к нему, а не к его сопровождающему.
--	--	---

<p>Этика общения с людьми с инвалидностью</p> <p>~ 7 минут</p>	<p>Рассказать участникам об этике общения с людьми с инвалидностью.</p>	<p>Ведущий обращает внимание к спикерам (экспертам), передаёт им слово.</p>
<p><i>см. Приложение 2</i></p>		
<p>Нужна ли обществу инклюзия?</p> <p>~ 1 минута</p>	<p>Показать разницу между доступной средой и инклюзией</p>	<p>Ведущий рассказывает, что такое инклюзия и что недостаток информации может стать барьером для включения людей в жизнь. Наша общая задача – способствовать развитию инклюзии.</p> <p>Равноправие и равные возможности гарантированы Конституцией и законами РФ, а также международными актами, подписанными Россией.</p> <p>Чтобы это стало реальностью, мы должны научиться быть открытыми, уважительно говорить и уметь общаться.</p>
<p>Инклюзия</p> <p>~ 2 минуты</p>	<p>Познакомить участников с определением инклюзии и доступной среды.</p> <p>Объяснить, что участие в обычной жизни и досуговых активностях для людей с инвалидностью, их семей и всего общества является очень важным.</p>	<p>Инклюзивное общество – это общество, которое уважает всех и ценит разнообразие, принимает отличия одних от других и активно борется с дискриминацией и предубеждениями.</p> <p>Ведущие рассказывают о том, что, согласно современным исследованиям, участие людей с инвалидностью в обычной жизни и досуговых активностях хорошо и полезно и им, и их семьям. Это помогает повысить качество жизни человека и его семьи и приводит к снижению стресса.</p> <p>(!) Подсказки для ведущих</p> <p>Ведущие провоцируют участников на то, чтобы они сами формулировали, каким образом</p>

		участие в жизни общества позитивно влияет на человека и его семью.
Доступная среда ~ 2 минуты	Познакомить участников с определением инклюзии и доступной среды	<p>Отсутствие адекватной информации порождает мифы, страхи и недостаток взаимопонимания.</p> <p>Доступная / безбарьерная среда позволяет людям с особыми потребностями свободно передвигаться в пространстве, иметь равный доступ к услугам, быть полноценным членом общества и получать необходимую информацию для комфортной жизни.</p> <p>Доступная среда – это не только доступность физического пространства (лифт, пандус и т.д.), но и отсутствие предубеждений и барьеров в отношении к людям.</p> <p>Многие люди с инвалидностью долго были изолированы от общества.</p> <p>Мы не могли видеть их в школе, магазине, на детской площадке, в музее, парке, в общественном транспорте и т.д. Поэтому многие просто не знают, как общаться с такими людьми. Некоторые боятся сделать что-то не так, обидеть человека (ребенка, взрослого или его близких) и поэтому предпочитают отойти в сторону. Получается, что недостаток информации порождает разобщенность.</p> <p>В современном мире легко найти любую информацию.</p> <p>Организации, занимающиеся помощью людям с инвалидностью и защитой их прав, сами люди и их близкие могут поделиться своими знаниями.</p> <p>(!) Подсказки для ведущих</p> <p>Ведущие еще раз подчеркивают, что целью данного тренинга является</p>

		предоставление современной информации об инвалидности и о том, какие у них потребности в рамках инклюзивной творческой лаборатории.
Принципы общения с людьми с инвалидностью 1 минута	Переход к новому тематическому разделу	
Учимся общаться (демонстрация видеороликов и дискуссия) ~ 20 минут	<p>Научиться лучше общаться с людьми с особыми потребностями, глядя на типичные ошибки и обсуждая, как поступить правильно.</p> <p>Короткие видеоролики иллюстрируют эти ошибки.</p>	<p>Ведущие предлагают участникам посмотреть ролики и прокомментировать то, что там происходит.</p> <p>Ведущие задают участникам три вопроса:</p> <ul style="list-style-type: none"> • что происходит в данной ситуации? • насколько корректной была коммуникация в каждом конкретном случае? • что нужно было сделать по-другому и почему это важно? <p>После просмотра каждого видеоролика ведущий стимулирует участников тренинг-интенсива к обсуждению.</p> <p>Возможно, не все участники сразу поймут, в чем была ошибка. Ведущий внимательно слушает участников, спрашивает, есть ли у кого-то другое мнение. Очень важно дать участникам возможность самостоятельно формулировать свои наблюдения, не навязывая собственную позицию и не критикуя.</p> <p>(!) Подсказки для ведущих</p> <p>Важно также напоминать об использовании корректного языка. Все видеоролики просматриваются и обсуждаются по такой же схеме.</p>
<p>Видеоролик № 1. «Человек с нарушением зрения» https://www.youtube.com/watch?v=sCzLiHKYV58&list=PLa0C6RjbxZAK6h6uT9m7l</p>		

Человека с нарушением зрения, стоящего на светофоре, «доброжелатель» насильно переводит через дорогу. Оказавшись на другой стороне пешеходного перехода, человек объясняет «доброжелателю», что он не собирался переходить дорогу.

~ 3 минуты	<p>(!) Подсказки для ведущих</p> <p>Коммуникация является сильной стороной людей с выраженными нарушениями зрения. Вы всегда можете поговорить с человеком, понять, нужна ли ему ваша помощь и чем вы можете помочь.</p> <p>Если у человека есть служебная собака и вы хотите ее погладить, спросите разрешения у хозяина.</p> <p>Предупреждайте человека о том, что происходит вокруг него, отвечайте на его вопросы.</p> <p>Используйте инструкции на Брайле, если есть такая необходимость. Обеспечьте возможность изучить пространство руками – потрогать муляж учебного пособия, монитор и т.п.</p>
------------	---

<p>Роль социокультурной реабилитации в жизни незрячих или людей с ограниченными возможностями зрения</p> <p>~ 7 минут</p>	Рассказать участникам о роли социокультурной реабилитации в жизни незрячих или людей с ограниченными возможностями зрения.	Ведущий обращает внимание к спикерам (экспертам), передаёт им слово.
--	--	--

см. Приложение 3

Видеоролик № 2. «Общение через сурдопереводчика»

https://www.youtube.com/watch?v=x9uZ1LaegSI&list=PLa0C6RjbxZAK6h6uT9m7lgX5_hDEeD535&index=72

Показана небольшая сцена общения молодого человека и девушки с нарушением слуха. Им помогает сурдопереводчик. Молодой человек сразу переключается на общение с переводчиком и забывает, что нужно смотреть при разговоре на собеседника, а не на того, кто помогает с переводом. Девушке приходится постараться, чтобы вновь обратить на себя внимание.

~ 3 минуты	<p>(!) Подсказки для ведущих</p> <p>Нарушения слуха могут быть выражены по-разному. У</p>
------------	--

	<p>некоторых людей, которым хорошо подобраны слуховые аппараты, нарушения могут быть совсем небольшими. Однако, когда вокруг шумно и людно, в новой и незнакомой обстановке человеку может быть поначалу нелегко «выделить сигнал из шума». Собственная речь может звучать менее четко, быть более громкой, по-другому интонированной.</p> <p>Не делайте вид, что понимаете человека, если его речь очень трудно различить. Чтобы лучше понять, не заставляйте повторять многократно, лучше попробуйте другие способы. Возможно, человек может написать то, что он хочет вам сказать. Если вам кажется, что человек вас не понимает, вы также можете написать то, что хотели сказать. Используйте блокнот, пластиковую дощечку и ручку или фломастер. Пишите печатными буквами.</p> <p>Некоторые люди пользуются жестовым языком. Это такой же язык со своими правилами и конструкциями, как и все другие языки. Например, в Швеции жестовый язык считается официальным государственным языком. В некоторых странах люди выбирают изучение жестового языка в качестве иностранного в университете или колледже. Если человек и / или его сопровождающий общается только на жестовом языке, вы можете общаться с ним на знакомом вам обоим языке – письменно. Помните: когда вы общаетесь с человеком с нарушенным слухом с помощью сурдопереводчика, вы продолжаете общаться с ним, а не с переводчиком.</p> <p>Если люди читают с губ, постарайтесь говорить более четко, избегайте длинных фраз, не отворачивайтесь от них и не прикрывайте рот руками или объектами.</p>	
<p>Мир глухих ~ 7 минут</p>	<p>Рассказать участникам о роли социокультурной реабилитации в жизни людей с нарушениями слуха.</p>	<p>Ведущий обращает внимание к спикерам (экспертам), передаёт им слово.</p>
<p><i>см. Приложение 4</i></p>		
<p>Особые дети – обычные интересы ~ 2 минуты</p>	<p>Объяснить, что дети с особенностями развития – это прежде всего просто дети.</p>	<p>Ведущие напоминают участникам, что дети с особенностями развития – это прежде всего дети, они нуждаются не в жалости или сочувствии, а в уважении и в том, чтобы вместе с другими детьми</p>

		<p>получать удовольствие, играть, общаться и учиться новому.</p> <p>Все дети очень разные, у них могут быть разные способности и интересы, различная степень выраженности нарушений, но в первую очередь они являются детьми.</p> <p>Они приходят в учреждения культуры, досуга и общественные места не для того, чтобы получить диагноз или программу реабилитации, а для того, чтобы поиграть, пообщаться, что-то купить или принять участие в общей активности.</p> <p>(!) Подсказки для ведущих</p> <p>Ведущие еще раз подчеркивают различия между терапевтическими программами и созданием доступной инклюзивной среды.</p>
<p>ПЕРЕРЫВ 15 минут</p>		
<p>Видеоролик № 3. «Человек на коляске» https://www.youtube.com/watch?v=w4nUfzHCAh8&list=PLa0C6RjbxZAK6h6uT9m7IgX5_hDEeD535&index=71</p> <p>Молодой человек подходит к девушке, передвигающейся на коляске. Перед началом разговора он опирается локтями на ее средство передвижения. Это недопустимо так же, как если бы на вас кто-то облокотился. Важно соблюдать личное пространство человека. Коляска – часть этого пространства.</p>		
<p>~ 3 минуты</p>	<p>(!) Подсказки для ведущих</p>	<p>Часто используют аббревиатуру ДЦП (детский церебральный паралич), когда говорят о людях с двигательными нарушениями. Церебральный паралич – это лишь один из диагнозов, при которых у человека могут быть нарушения опорно-двигательного аппарата.</p> <p>У людей с двигательными нарушениями могут быть трудности в использовании рук и / или ног, однако иногда затрагивается только одна сторона тела, одна конечность</p>

	<p>(рука или нога) или только ноги.</p> <p>У многих людей с двигательными нарушениями нет когнитивных трудностей (трудностей в понимании ситуаций, заданий или активностей). Некоторым из них при этом бывает трудно говорить, но это далеко не всегда означает, что человек не понимает сказанного.</p> <p>Люди, которые самостоятельно передвигаются в коляске (крутят колеса руками или используют коляску с электроприводом), могут хорошо пользоваться руками, опираться на руки, поддерживать себя руками и т.д. Эту их сильную сторону нужно использовать, давая им самим перемещаться и выполнять активности, однако предварительно необходимо спросить человека, считает ли он, что ему потребуется помощь.</p> <p>Людям с более выраженными трудностями может понадобиться модификация активности – от частичного участия до адаптации приспособлений для выполнения активностей (специальные ножницы, насадки на столовые приборы, карандаши и кисточки и т.д.).</p> <p>Не пытайтесь пересадить человека из его кресла на обычный стул. Если требуется, чтобы человек сидел во время активности, старайтесь использовать его собственное кресло (специальный стул / коляску). Оно, скорее всего, лучше отвечает его потребностям и обеспечивает безопасность, нежели обычный стул. Если человека придется пересадить, лучше, если это будет делаться под руководством самого человека или его сопровождающего, сначала спросите, как это делается обычно, чтобы обеспечить комфорт и безопасность.</p> <p>Постарайтесь дать возможность человеку выполнить самостоятельно то, что он может. Иногда вам нужно просто подождать и поддержать инициативу.</p>
<p>Видеоролик № 4. «Человек с синдромом Дауна»</p> <p>Молодой человек заходит в общественный транспорт, ищет кондуктора, чтобы показать билет. Подойдя ближе, он видит, что контролер – человек с синдромом Дауна. Вместо того чтобы привычным образом дать билет на проверку, он начинает «сюсюкать» и вести себя так, как будто перед ним маленький ребенок.</p>	
<p>~ 2 минуты</p>	<p>Не забывайте, что люди с синдромом Дауна все прекрасно понимают и общаться с ними стоит как со взрослыми людьми – на равных.</p> <p>(!) Подсказки для ведущих</p>

	<p>Цель просмотра и обсуждения этого ролика – показать, что не стоит, не разобравшись, кто перед вами, делать преждевременные выводы. Важно дать человеку возможность ответить.</p> <p>Интеллектуальные (когнитивные) нарушения могут быть выражены в разной степени. Само по себе наличие диагноза или синдрома не подразумевает обязательное наличие значительных когнитивных нарушений. Например, во многих странах люди с синдромом Дауна часто живут независимо, работают, некоторые создают собственные семьи.</p> <p>Однако есть и те, кто нуждается в постоянной поддержке и сопровождении на протяжении всей жизни. Если у человека есть когнитивные нарушения, ему иногда требуется больше времени, чтобы понять смысл сообщения или освоить новый навык. Иногда бывает трудно понять речевое сообщение, особенно если слов слишком много.</p> <p>Визуальные (зрительные) восприятие и коммуникация часто являются сильными сторонами людей с когнитивными нарушениями, аутистическими расстройствами и гиперактивностью.</p> <p>Иметь интеллектуальные нарушения – не значит всю жизнь оставаться маленьким ребенком. Относитесь к человеку так же, как и к другим людям такого же возраста. Не стоит «сюсюкать» и говорить искусственно «детским» языком.</p> <p>Используйте более простые фразы и визуальную поддержку, попробуйте конкретизировать инструкции, четче показывайте, что вы ожидаете от человека. Если вы теряете внимание и интерес человека, попробуйте стратегии частичного участия (выполнение только части активности, ускорьте переход от инструктажа к непосредственной деятельности, по возможности упростите задачу).</p>	
<p>Как строить коммуникации с людьми с синдромом Дауна</p> <p>~ 7 минут</p>	<p>Рассказать участникам об особенностях коммуникации с людьми с синдромом Дауна</p>	<p>Ведущий обращает внимание к спикерам (экспертам), передает им слово.</p>

Видеоролик № 5. «Сенсорная перегрузка»

https://www.youtube.com/watch?v=bNyYZsfM5d0&list=PLa0C6RjbxZAK6h6uT9m71gX5_hDEeD535&index=74

Мама с сыном идут по торговому центру. У мальчика аутизм, поэтому многое вокруг ему кажется неприятным, раздражающим и пугающим. Со стороны может показаться, что ребенок очень капризный, но не делайте поспешных выводов. У людей с расстройством аутистического спектра могут возникать трудности с обработкой сенсорной информации, что приводит к сенсорной перегрузке.

Данные ВОЗ по аутизму

~ 3 минуты

Показать, что расстройства аутистического спектра являются самыми распространенными нарушениями развития.

Рассказать о том, что такое расстройство аутистического спектра.

Аутизм – самое распространенное нарушение развития.

По данным Всемирной организации здравоохранения, аутизм встречается у одного человека из 100.

Аутизм в современной классификации называется расстройством аутистического спектра (РАС), потому что все люди с аутизмом очень разные, и это не одно нарушение, а целый спектр.

Люди с аутизмом часто острее реагируют на то, что происходит вокруг. Обычные для других людей сенсорные ощущения могут вызывать сенсорную перегрузку.

Некоторые люди с аутизмом, особенно когда волнуются или находятся в новой и незнакомой обстановке, совершают повторяющиеся движения, закрывают руками уши, многократно повторяют одни и те же фразы.

Некоторые люди с РАС много говорят на темы, которые им особенно интересны, однако при этом не всегда обращают внимание на реакцию своего собеседника.

Некоторым людям с аутизмом трудно принять неожиданные изменения. Зрительное восприятие и зрительная память часто являются сильной стороной людей с РАС.

		<p>Приверженность правилам и рутине также может быть сильной стороной такого человека.</p> <p>Существует миф об агрессивности людей с аутизмом. Это не так. Любое поведение имеет причину. Проявление агрессии чаще всего связано с тем, что человеку трудно выразить то, что он чувствует, либо трудно регулировать собственные эмоции.</p>
<p>Признаки людей с аутизмом. Потребности, сопровождение, подходы</p> <p>~ 7 минут</p>	<p>Рассказать участникам об особенностях людей с аутизмом, об их потребностях, сопровождении и подходах.</p>	<p>Ведущий обращает внимание к спикерам (экспертам), передаёт им слово.</p>
<p><i>см. Приложение 6</i></p>		
<p>Принципы общения</p> <p>1 минута</p>	<p>Переход к новому тематическому разделу.</p> <p>Познакомить с подходом PAWSS – конкретными приемами, помогающими наладить взаимодействие и общение</p>	<p>Ведущие знакомят участников с подходом PAWSS*, который помогает эффективно общаться с людьми с аутизмом, ментальными нарушениями и другими видами инвалидности.</p> <p>Данный подход был создан специалистом Центр развития и инвалидности Университета Нью-Мексико (США).</p> <p>*Подход PAWSS, Kathleen Mo Taylor, UNM, 2009</p> <p>Подход основан на современном понимании особенностей и потребностей людей, имеющих ментальные нарушения, аутизм и другие виды инвалидности.</p> <p>PAWSS – это аббревиатура P (Positioning) – взаимное расположение / дистанция; A (Ask) – обратитесь с вопросом: вовлекайте во взаимодействие или игру; W (Wait) – ждите;</p>

		<p>S (Short) – краткость; S (Simple) – простота.</p>
<p>Дистанция и положение тела во время общения</p> <p>1. Найдите оптимальную дистанцию. Для выполнения данного упражнения участники делятся на пары. При обсуждении вопроса оптимальной дистанции и положения тела для общения участники имеют возможность попрактиковаться:</p> <ul style="list-style-type: none"> • вести беседу на разных дистанциях (слишком близко, слишком далеко и на расстоянии вытянутой руки); • попробовать ситуацию, когда один из них сидит на стуле / на полу, а другой стоит / нависает над ним. <p>После завершения этого упражнения ведущий просит участников поделиться мнением о том, как они себя чувствовали, что было комфортно, а что дискомфортно.</p> <p>Комфортное расположение партнеров по коммуникации предполагает, что люди повернуты лицом друг к другу. Они находятся примерно на расстоянии вытянутой руки. Если один из партнеров по коммуникации значительно ниже (например, взрослый и ребенок), имеет смысл присесть, чтобы человек мог лучше видеть лицо собеседника.</p> <p>2. Вовлеките человека во взаимодействие. Некоторым людям с аутизмом и другими особенностями развития гораздо труднее инициировать общение. Они могут очень хотеть общаться, но при этом не знать, как начать.</p> <p>Участники обсуждают следующие вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • чего не стоит делать, привлекая внимание человека, и почему? • как можно привлечь внимание человека, какие способы привлечения внимания существуют? <p>Обращение по имени или вопрос «как тебя зовут?» могут быть хорошим началом разговора.</p> <p>Не стоит пытаться трогать человека для привлечения внимания, это может его испугать.</p> <p>Не стоит также щелкать пальцами или размахивать руками для привлечения внимания.</p>		

	<p>3. Подождать и посмотреть. Некоторым людям с аутизмом / ментальными нарушениями нужно больше времени для обработки информации или ответа.</p> <p>Вопрос к участникам: «Как вам кажется, почему?»</p> <p>Участники могут предложить варианты, почему человеку может потребоваться больше времени для ответа.</p> <p>Ведущие еще раз проговаривают, что человеку с особенностями развития иногда необходимо больше времени на обработку информации или на то, чтобы ответить (подобрать слова или произнести их). В диалоге всегда участвуют двое – у каждого участника диалога должна быть возможность ответить.</p> <p>Не все люди с аутизмом / ментальными нарушениями пользуются речью, некоторые используют для общения собственное тело (жесты, выражение лица, движения) или дополнительные устройства для коммуникации (электронные устройства, карточки, написанные слова). Эти средства коммуникации имеют такую же ценность, как и речь, которой пользуются типичные люди.</p> <p>4. Краткость и простота. Ведущие рассказывают участникам о некоторых особенностях взаимодействия с детьми: для взрослых в порядке вещей изменять свою речь (говорить больше), когда обнаруживается, что ребенок не понимает.</p> <p>Чем меньше понимает человек, тем больше мы иногда говорим.</p> <p>Мы «бомбардируем» людей слишком большим количеством информации, что только снижает их способность понимать. Не стоит сразу же повторять вопрос или инструкцию, если вам кажется, что человек не понимает. Старайтесь использовать короткие понятные фразы.</p> <p>(!) Подсказки для ведущих</p> <p>Ведущий приводит свои примеры и просит участников привести примеры того, как короткие и простые фразы могут способствовать улучшению коммуникации. Например, объявления в общественном транспорте, на вокзале или в аэропорту.</p>
<p>Пять полезных стратегий,</p>	<p>Стратегия 1. Используйте рутины. Рутинa – это последовательность событий, которые</p>

которые могут быть полезны при организации активности, среды и взаимодействии с людьми с аутизмом / ментальными нарушениями

15 минут

повторяются и всякий раз выглядят одинаково. Для следования рутине не нужно тратить время и силы. Рутинная деятельность является знакомой и привычной и поэтому успокаивает и снижает тревогу.

Например, рутинной при посещении музея / игрового парка может стать то, что каждый раз при переходе в новый зал / игровую зону группа посетителей выстраивается кругом возле экскурсовода / ведущего.

Стратегия 2. Допускайте частичное участие.

Все люди разные, у них разные возможности, интересы, разная способность удерживать внимание, переносить шум и т.д.

Некоторые люди с радостью участвуют во всем происходящем (находятся в кинозале в течение всего фильма, ходят по магазинам, пользуются общественным транспортом, участвуют в занятии, сидят за столом в ресторане вместе со всей компанией и т.д.).

Есть люди, которым может быть трудно принимать участие во всем, что происходит в рамках определенной активности. Но это не означает, что человек вообще не может ходить в кино, музей, магазин или ресторан.

Для некоторых людей окружение может казаться слишком шумным (вспоминаем ролик о сенсорной перегрузке), некоторых пугают новые места (а значит, к ним нужно привыкать постепенно), кому-то может быть непросто усидеть на месте, а другим может быть не очень интересно и понятно то, что происходит.

Для некоторых людей, которым трудно привыкать к незнакомым обстоятельствам, уже само присутствие в новой ситуации является большим достижением.

Некоторые люди будут принимать участие в активности лишь непродолжительное время.

Постепенное увеличение времени участия в активности поможет человеку лучше ее принимать и больше в ней участвовать.

Некоторым людям может потребоваться довольно много времени, чтобы начать полностью участвовать в активности.

Если вы теряете внимание и интерес человека во время активности, попробуйте стратегии частичного участия.

Стратегия частичного участия может помочь людям получать удовольствие и выполнять посильные для них задания вместе с другими.

Стратегия 3. Хвалите, поощряйте и подкрепляйте.

Подкрепление – один из самых сильных инструментов изменения поведения человека.

Подкрепление следует сразу же за желаемым поведением и приводит к увеличению вероятности повторения этого поведения в будущем.

Похвала является одним из видов подкрепления.

Если вы хотите похвалить человека за то, что он внимательно слушает или активно участвует в каком-то процессе, сделайте это сразу же, как только заметите проявление желаемого поведения, а не после окончания активности, занятия или экскурсии.

Исследования показывают, что подкрепление желаемого поведения является гораздо более эффективным инструментом обучения, чем наказание. Например, постоянные угрозы и замечания группе детей за то, что они ведут себя шумно, чаще всего не приводят к тишине на экскурсии или уроке.

Подкрепление может быть различным – вербальным (одобрение, похвала, позитивный комментарий) или материальным (стикер, жетон, возможность заняться любимым делом на недолгое время) и т.п.

Подкрепление не является чем-то искусственным, оно постоянно присутствует в нашей обычной жизни – мы работаем за зарплату, собираем фишки по промоакции, с большей вероятностью покупаем товары со скидками и т.д.

Стратегия 4. Используйте зрительную поддержку.

Зрительная поддержка помогает лучше ориентироваться в пространстве.

Все мы пользуемся указателями, читаем дорожные знаки и надписи. Это помогает нам найти правильную дорогу, выход из помещений, сориентироваться в общественном месте, найти нужную улицу или дом.

Визуальная (зрительная) поддержка поясняет вербальную информацию. Представим себе, насколько больше волнения мы испытывали бы, если бы при покупке билетов нам просто говорили дату и время отправления нашего авиарейса / поезда / автобуса.

Пословица гласит: «Слово не воробей, вылетит не поймаешь». В отличие от слов визуальная поддержка долго остается с нами.

Визуальная поддержка помогает понять, что будет происходить дальше (многие из нас собирали мебель по схемам или готовили пищу по написанным рецептам или рецептам в картинках).

Используйте блокнот / пластиковую дощечку и ручку / фломастер. Пишите печатными буквами. Визуальная поддержка помогает лучше понимать ситуацию и более успешно справляться с задачами.

Стратегия 5. Структурируйте пространство и время.

Организация пространства должна помогать человеку лучше понять, что будет происходить и что ожидается от него.

Организация пространства помогает сделать его более понятным и безопасным.

В местах, где обычно бывает много людей (вокзалы, аэропорты, остановки общественного транспорта, большие торговые центры), специальным образом продумывается зонирование пространства. Например, зона ожидания, зона досмотра, зона посадки. Тщательно продумывается, где находятся входы и выходы.

Правильное зонирование пространства помогает человеку понять, где нужно подождать, где оставляют верхнюю одежду, где необходимо стоять, за какие линии заходить воспрещается и т.д.

Некоторым людям трудно понять, как долго будет продолжаться определенная активность (например, ребенок может протестовать, не желая заканчивать понравившуюся игру). Таймеры (визуальные или звуковые) помогут понять, что активность окончена.

Все мы знаем, что такое школьный звонок – окончание урока или перемены. И с этим не имеет смысла спорить.

(!) Подсказки для ведущих

Ведущие неоднократно подчеркивают, что в каждой конкретной ситуации нам в первую очередь нужно смотреть на человека, а не на его нарушение.

Только наблюдая за человеком, можно понять, насколько успешно строится процесс коммуникации.

<p>Подведение итогов</p> <p>~ 10 минут</p>	<p>Обсуждение опасений участников и того, удалось ли снять имевшиеся опасения.</p> <p>Обсудить и закрепить полученные знания, ответить на вопросы участников.</p>	<p>Ведущий обращается к флипчарту, где были записаны опасения, касающиеся общения с людьми с особыми потребностями, которые высказали участники в начале тренинга.</p> <p>Участники поочередно высказываются, удалось ли им в ходе тренинга преодолеть свои опасения.</p> <p>Ведущие предлагают каждому участнику по очереди сказать, что для него было важным на этом тренинге и почему.</p> <p>Предлагается выбрать что-то одно, что было наиболее важным.</p> <p>Ведущий может высказаться первым – что для него было важным в этом тренинге.</p> <p>В конце ведущие рассказывают, где можно найти полезные материалы о том, как эффективно общаться с людьми с особыми потребностями.</p>
<p>QR-код</p>	<p>Участники оставляют отзывы.</p>	<p>Ведущие предлагают участникам тренинг-интенсива оставить отзыв:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Что для вас было важным на этом тренинге? • Почему? • Пожелания.
<p>Контактные данные</p>	<p>Для обращений по проведению тренинг-интенсива и иным возникающим вопросам.</p>	
<p>Общее фотографирование</p>		

Приложение 1

ПАВЛОВА Ульяна Анатольевна,
координатор по работе с волонтерами
Благотворительного фонда «Харысхал»

«Терминология общения с людьми с инвалидностью»

Многие привычные всем слова, понятия и фразы, по сути своей, – ярлыки и оскорбительные стереотипы. То, как мы говорим, тесно связано с тем, что мы думаем и как ведем себя по отношению к другим людям.

Увы, слишком часто в нашем обществе звучат такие неприемлемые слова и сравнения как «больной / здоровый», «нормальный / ненормальный», «умственно отсталый», «обычный / неполноценный», «даун», «калека» и т.п. Современному обществу следует приложить особые усилия к изменению ситуации, к выработке культуры инклюзии, к привитию этически выдержанной и грамотной терминологии.

Для этого необходима не только специальная просветительская работа в этом направлении, но и изменение всей культуры общественных взаимоотношений.

Корректный язык помогает формировать позитивный образ человека. Даже если мы считаем себя воспитанными людьми, не лишним будет прислушаться к рекомендациям – что желательно учитывать при общении с людьми, имеющими ту или иную инвалидность.

ИСПОЛЬЗУЙТЕ слова и понятия, НЕ создающие стереотипы:	ИЗБЕГАЙТЕ слов и понятий, создающих стереотипы:
Человек с инвалидностью	Больной; неполноценный; искалеченный, покалеченный, калека;

	с дефектом здоровья; с недостатком здоровья; ребенок с ограниченными способностями; человек с ограниченными возможностями
Человек без инвалидности	Здоровый, нормальный, полноценный
Человек, использующий инвалидную коляску; человек на коляске; человек с парализованными ногами	Прикованный к инвалидной коляске; паралитик; парализованный; прикованный к постели
Дети с инвалидностью	Дети-инвалиды
Имеет ДЦП (детский церебральный паралич), человек (ребенок/дети) с ДЦП	Страдает ДЦП, болеет ДЦП, «дэцэпэшник»
Человек, перенесший полиомиелит, имеет инвалидность в результате... человек, который перенес болезнь...	Страдает от полиомиелита / страдает от последствий полиомиелита, жертва болезни
Врожденная инвалидность, инвалид с детства	Врожденный дефект / увечье / несчастье
Незрячий, слабовидящий, с инвалидностью по зрению	Слепой, совершенно слепой, с нарушением зрения
Человек с особенностями развития / с особенностями в развитии, с ментальной инвалидностью, с особенностями ментального развития	Интеллектуально неполноценный, умственно отсталый, даун
Дети с особыми образовательными потребностями	Школьники-инвалиды
Человек с эпилепсией	Эпилептик, припадочный, страдающий эпилептическими припадками

Человек с особенностями психического (или эмоционального) развития	Псих, сумасшедший, люди с психиатрическими проблемами, душевнобольные люди, люди с душевным или эмоциональным расстройством
Неслышащий, слабослышащий человек, с инвалидностью по слуху	Глухой как пень, человек с нарушением слуха, человек (ребенок) с остатками слуха
Человек, пользующийся жестовой речью	Глухонемой
Человек с аутизмом	

На что нужно обязательно обратить внимание при выборе слов и выражений: следует избегать стереотипов! Кроме того, помните, что, стремясь к аккуратности и корректности, лучше избегать поспешных обобщений и предположений.

Наша речь связана с этикетом. Но, даже используя корректные выражения, можно поставить в неловкое положение и себя, и собеседника. Когда не знаешь, как правильно себя вести, – чувствуешь себя неловко и скованно. Поэтому, не стесняйтесь спрашивать – как сказать правильно, – у самих инвалидов!

КОПЫРИНА Туяра Люминаровна,
специалист ЯГО ВОИ

«Этика общения с людьми с инвалидностью»

Этика – учение о морали, нравственности. Термин «этика» впервые употребил Аристотель (384-322 до н.э.) для обозначения практической философии, которая должна дать ответ на вопрос, что мы должны делать, чтобы совершать правильные нравственные поступки.

Важнейшими категориями этики являются: добро, зло, справедливость, благо, ответственность, долг, совесть и т.д.

Составной частью этики является профессиональная этика – совокупность морально-этических и нравственных норм и модель поведения специалиста в соответствующей профессиональной сфере. Профессиональная, или так называемая деловая этика, призвана регулировать деятельность специалиста в сфере служебных отношений, в том числе к субъектам своего труда.

Совершенствование этических аспектов взаимоотношений с инвалидом помогает утверждению в общественном сознании идеалов альтруизма и гуманизма, способствует социокультурной реабилитации наших соотечественников с ограниченными возможностями.

Для многих общение с людьми с ограниченными возможностями становится настоящим испытанием. Люди боятся задеть инвалида неосторожным словом, взглядом, заставить человека почувствовать себя не комфортно.

Основное правило общения с инвалидами заключается в том, что вы никогда не должны показывать им свое превосходство и излишнюю сердобольность, и

навязчивое сочувствие. Общаться с инвалидами нужно так же, как вы общаетесь с остальными людьми и вести себя при этом нужно так же, как вы ведете себя всегда. И смотреть на людей с ограниченными возможностями на улице нужно так же, как вы смотрите на всех остальных. И ни в коем случае не нужно относиться к инвалиду как к ущербной личности.

Этика в общении с людьми с инвалидностью позволяет снять коммуникативные барьеры. Это реально действенный инструмент, который позволяет избежать морального травмирования человека с инвалидностью по причине незнания особенностей поведения с людьми, имеющими различного рода физические ограничения. Несмотря на свою простоту и интуитивную понятность, эти правила малоизвестны. Распространение информации с основными правилами общения с инвалидами будет способствовать формированию толерантного общества.

Как правильно вести себя с инвалидами?

Мы теряемся, сталкиваясь с человеком с ограниченными возможностями, чувствуем себя неловко и даже можем обидеть его неосторожным высказыванием. А еще такие люди, находясь в общественных местах, часто нуждаются в помощи, которую мы, опять же по незнанию, не можем им оказать. И здесь сами инвалиды приходят на помощь, давая советы, как правильно себя с ними вести. Знать это нужно каждому современному человеку. Люди с ограниченными возможностями – часть общества, и мы должны сделать их непростую жизнь легче.

Работниками учреждений и организаций, предоставляющих услуги населению, должна быть оказана помощь инвалидам в преодолении барьеров, мешающих получению ими услуг наравне с другими лицами.

Совокупность способностей, знаний и умений, необходимых для эффективного общения при оказании

помощи инвалидам в преодолении барьеров называется коммуникативная эффективность.

Коммуникация (общение) рассматривается как важнейшая сторона любой деятельности, во многом обеспечивающая ее успех и продуктивность. Коммуникативная компетентность необходима каждому. Для специалистов профессионально значимыми являются умения правильно воспринимать и понимать другого человека, грамотно оказывать услуги в учреждении или организации.

Развитие коммуникативных умений складывается из следующих основных навыков:

- избегать конфликтных ситуаций;
- внимательно слушать инвалида и слышать его;
- регулировать собственные эмоции, возникающие в процессе взаимодействия;
- обеспечивать высокую культуру и этику взаимоотношений;
- цивилизованно противостоять манипулированию.

Обращение к человеку: когда вы разговариваете с инвалидом, обращайтесь непосредственно к нему, а не к сопровождающему или сурдопереводчику, которые присутствуют при разговоре.

Пожатие руки: когда вас знакомят с инвалидом, вполне естественно пожать ему руку: даже те, кому трудно двигать рукой или кто пользуется протезом, вполне могут пожать руку – правую или левую, что вполне допустимо.

Называйте себя и других: когда вы встречаетесь с человеком, который плохо или совсем не видит, обязательно называйте себя и тех людей, которые пришли с вами. Если у вас общая беседа в группе, не забывайте пояснить, к кому в данный момент вы обращаетесь, и назвать себя.

Предложение помощи: если вы предлагаете помощь, ждите, пока ее примут, а затем спрашивайте, что и как делать.

Адекватность и вежливость: обращайтесь с взрослыми инвалидами как с взрослыми. Обращайтесь к ним по имени и на ты, только если вы хорошо знакомы.

Не опирайтесь на кресло-коляску: опираться или виснуть на чьей-то инвалидной коляске – то же самое, что опираться или виснуть на ее обладателе, и это тоже раздражает. Инвалидная коляска – это часть неприкасаемого пространства человека, который ее использует.

Внимательность и терпеливость: когда вы разговариваете с человеком, испытывающим трудности в общении, слушайте его внимательно. Будьте терпеливы, ждите, когда человек сам закончит фразу. Не поправляйте его и не договаривайте за него. Никогда не притворяйтесь, что вы понимаете, если на самом деле это не так. Повторите, что вы поняли, это поможет человеку ответить вам, а вам – понять его.

Расположение для беседы: когда вы говорите с человеком, пользующимся инвалидной коляской или костылями, расположитесь так, чтобы ваши и его глаза были на одном уровне, тогда вам будет легче разговаривать. Разговаривая с теми, кто может читать по губам, расположитесь так, чтобы на Вас падал свет, и Вас было хорошо видно, постарайтесь, чтобы Вам ничего (еда, сигареты, руки) не мешало.

Привлечение внимания человека: чтобы привлечь внимание человека, который плохо слышит, помашите ему рукой или похлопайте по плечу. Смотрите ему прямо в глаза и говорите четко, но имейте в виду, что не все люди, которые плохо слышат, могут читать по губам.

Не смущайтесь, если случайно допустили оплошность, сказав: «Увидимся» или «Вы слышали об этом...?» тому, кто не может видеть или слышать.

ВАСИЛЬЕВА Алена Ивановна,
директор Культурно-реабилитационного центра
ЯРО ВОС

«Особенности социокультурной реабилитации людей с ограниченными возможностями зрения»

Якутской республиканской организации Всероссийского общества слепых (ЯРООООИ ВОС) по состоянию на 01.04.2024 г. состоит на учете 2017 инвалидов по зрению. Из них 60% – инвалиды I группы. Средний возраст – 50-60 лет. ЯРОООИ ВОС имеет 20 местных организаций в 20 муниципальных образованиях республики. Коллектив ЯРООООИ ВОС состоит из 48 человек, из которых 37 человек являются инвалидами по зрению.

Традиционно слепоту делят на 3 группы:

1. тотально слепые, люди не отличающие света от тьмы;
2. слепой со светоощущением, воспринимает свет и различает его яркость. Такой слепой может различать не только свет, но иногда и цвета;
3. слабовидящие, люди с остротой зрения на лучшем глазу при коррекции от 0,05-0,4. При таких параметрах человек не распознает лица, видит в книгах и газетах только крупный шрифт.

В Культурно-реабилитационном центре ЯРООООИ ВОС (КРЦ ЯРОООИ ВОС) работа ведется по следующим направлениям:

- Творчество (вокал, театральная студия, проведение концертов, фестивалей);
- Интеллектуальная (кружки, игры для эрудитов, настольные игры);
- Спорт (шашки, шахматы, голбол, настольный теннис для незрячих Шоудаун).

Также проводятся республиканские, городские, выездные плановые мероприятия и все календарные праздники.

Незрячим людям в силу недуга близки временные и пространственные виды искусства, как: музыка, литература, театр, кино, ТВ, Интернет. Сложнее даются пространственные виды искусства: живопись, скульптура и т.д.

Последние годы наблюдается рост поздноослепших инвалидов по зрению. Работа с данной категорией инвалидности требует индивидуального подхода с привлечением специалистов, так как они делят жизнь на до и после, и в буквальном смысле учатся жить заново.

У инвалидов с рождения жизнь протекает примерно по одному сценарию. У них примерно одинаковая система ценностей, а что касается поздноослепших тут каждый случай индивидуален.

Для комплексной реабилитации гармоничного развития незрячих людей большое значение имеет работа учреждения культуры. Здания должны быть доступными для различных категорий инвалидности. Сотрудникам необходимо быть компетентными, толерантными, тактичными. Члены нашего общества высоко оценили опыт Якутской республиканской библиотеки для незрячих и слабовидящих им. И. Н. Егорова – Горного с Государственным театром оперы и балета им. Д. К. Сивцева - Суорун Омоллоон по дополнению тифлокомментариями оперу «Иоланта» и балет «Щелкунчик». Людям, которые испытывают трудности по зрению, очень важно, чтобы в учреждениях культуры были социально ориентированные проекты.

Основные правила грамотного общения с людьми, имеющими нарушения зрения.

- При общении с незрячим идентифицируйте себя, назвав свое имя;
- При обращении к незрячему называйте его по имени, если вы знакомы. Или, если вы не знакомы,

прикоснитесь рукой к его плечу в начале диалога, иначе незрячий может не понять с ним ли вы разговариваете; Или же если незрячий находится с группой читателей, не забывайте каждый раз называть того, к кому обращаетесь;

- При разговоре с незрячим не избирайте посредником его сопровождающего или родственников, а обращайтесь непосредственно к нему;

- При разговоре, опишите коротко, что находится вокруг как можно более конкретнее. Например: «По всей левой стороне зала находится ряд столов на расстоянии полуметра друг от друга» или: «Слева от двери, как заходишь, находится информационный стенд» и т.д. Обратите внимание на наличие бьющихся предметов. Предупреждайте о препятствиях в комнатах (ступенях, низких притоках) и на улицах (лужах, ямах, трубах и т.п.);

- В шумном помещении во время разговора не отходите от слепого, не предупредив его об этом. При сильном шуме он может не заметить, что вы отошли, и продолжать говорить в пустое пространство. А затем, обнаружив, что вас нет, почувствует себя неловко;

- Вполне уместно употреблять в диалоге с незрячим глаголы «видеть», «смотреть» и их производные – в данном контексте они обозначают «узнавать что-то новое». Не стоит говорить «щупайте» вместо «смотрите», как раз это слово не совсем корректно;

- Употребление названий цветов при общении с незрячим абсолютно уместно, ведь в определенном контексте цвет часто определяет образ (белый – светлый, черный – темный, красный – горячий и т.д.), а это значит, обозначение цвета помогает незрячим расширить их восприятие;

- Предлагая свою помощь, направляйте человека, не стискивайте его руку, идите так, как вы обычно ходите. Не нужно хватать слепого человека и

тащить его за собой. Но бывает и так, что незрячим удобно класть свою руку на плечо сопровождающего. Так же не стоит говорить: «Я отведу вас», лучше сказать: «Я схожу с вами»;

- Когда вы предлагаете незрячему человеку сесть, не усаживайте его, а направьте руку на спинку стула или подлокотник. Если вы знакомите его с незнакомым предметом, не водите по поверхности его руку, а дайте ему возможность свободно потрогать предмет. Если вас попросили помочь взять какой-то предмет, не следует тянуть кисть слепого к предмету и брать предмет его рукой; Поверьте мне, некоторые так и поступают иногда, а это абсолютно недопустимо.

- Избегайте расплывчатых определений и инструкций, которые обычно сопровождаются жестами, выражений вроде: «стакан находится где-то там на столе», «это поблизости от вас...». Старайтесь быть точным: «стакан посередине стола», «стул справа от вас»;

- Если вы заметили, что незрячий человек сбился с маршрута, не управляйте его движением на расстоянии, подойдите и помогите выбраться на нужный путь.

Важно: слепого вы можете узнать по белой трости, часто и слабовидящие используют белую трость для безопасности на дорогах. И помните: незрячий человек не нуждается в вашей жалости, ну а разумное сострадание соотносимо к любому живому существу, которому требуется помощь. Не обижайтесь, если вашу помощь отклонили.

Во избежание недоразумений, надо помнить, что перед вами человек с проблемами по зрению, он может слышать вашу речь, но не может уследить за вашей мимикой, взглядом, жестиком, и есть вероятность, что человек может вас неверно понять и сделать неправильные выводы.

СКРЯБИНА Елена Дмитриевна,
председатель ЯГО ВОГ

«Мир глухих»

Многие глухие, особенно молодые люди из крупных городов, не считают себя инвалидами, а относят к себя к социокультурному меньшинству. Сообщество глухих, разделяя и уважая культуру и нормы слышащего большинства, считает себя особой группой, у которой, как у любой национальности, есть свой язык, культура, история, свои правила поведения и этика общения, свои общественные организации.

Глухие имеют право на услуги переводчиков жестового языка практически во всех сферах жизни. Однако сервис переводческих услуг еще недостаточно развит в РФ, квалифицированных переводчиков не хватает.

У большинства неслышащих людей «глухой» голос, искажена речь, нечеткие звуки при произношении, неточная интонация, неверные ударения в словах. Но они не могут слышать и контролировать свою речь.

В России глухих с раннего возраста обучают речи с использованием слуховых аппаратов. Но надо понимать, что результаты зависят от способностей, состояния слуха и других факторов. Настоящие успехи делают немногие, и, как правило, чем хуже учить говорить правило, чем хуже слух – тем труднее выработать хорошее произношение. Решение задачи обучения речи требует многочасовых занятий. Откуда взять эти часы? Только отняв от общего образования. При этом мы рискуем получить на «выходе», по сути, безграмотных людей, обладающих некой весьма примитивной имитацией настоящей устной речи. Что лучше – «говорение» или образование? В школе всех детей учат рисовать, но много

ли Рафаэлей и Рембрандтов удастся воспитать? Для глухого человека намного важнее читать – тогда откроется неограниченный мир информации и культуры; а также грамотно писать – тогда не будет проблем письменного общения, в том числе через интернет.

Ребенка следует вооружить не только языком, но и мышлением. Иначе он окажется пленником конкретного, чувственно воспринимаемого мира. Опасность эта многократно возрастает, если ребенок глух и слышащих родителей (90% глухих детей имеют слышащих родителей) не знают, как общаться с ребенком, и используют рудиментарные формы диалога и языка, что не способствует развитию детского интеллекта. Эта проблема снимается, если родители изучают жестовый язык.

Существуют национальные жестовые языки (Русский жестовый язык – РЖЯ (RSL), Американский жестовый язык – ASL. Лингвисты всего мира признают жестовые языки глухих полноценными лингвистическими системами.

15 сентября 2011 года Институт языкознания РАН признал, что жестовые языки являются полноценными естественными языками, что они равноправны звучащим словесным языкам, а также закрепил название «Русский жестовый язык».

В мае 2012 года Приказом № 574-Н Министерства здравоохранения и социального развития РФ утверждены квалификационные характеристики должности «Переводчик русского жестового языка».

30 декабря 2012 года Президент РФ подписал Федеральный закон № 296 «О внесении изменений в статьи 14 и 19 Федерального закона «О социальной защите инвалидов», в соответствии с которым статус русского жестового языка изменился со «средства межличностного общения» на «язык общения», т.е. РЖЯ признается полноценной лингвистической системой. Определение статуса РЖЯ как языка общения при

наличии нарушений слуха и речи, в том числе в сферах устного использования государственного языка РФ, коренным образом меняет общую ситуацию для неслышащих людей и будет содействовать полноценному участию глухих и слабослышащих людей во всех сферах деятельности.

Как начать диалог с глухими людьми?

В любом случае, для неслышащих очень важен визуальный контакт, то есть Ваше лицо должно быть обращено к глухому собеседнику.

1. Контакт «глаза – в глаза». Если Вы отводите глаза, то это может восприниматься, как нежелание общаться, обида или пренебрежение.

2. Не прикрывайте свой рот. Во время разговора Ваше лицо и рот не должны быть прикрыты руками, чтобы глухой человек смог видеть артикуляцию ваших губ, и лицо должно быть хорошо освещено.

3. Не кричите. Не следует кричать и очень повышать при разговоре голос, крик искажает артикуляцию, а человеку со слуховым аппаратом может просто причинить физическую боль. Также Ваше лицо при этом может выглядеть сердитым, что помешает глухому правильно понять Вас. Главное – говорить спокойно и четко, короткими, простыми фразами.

Если Вас просят повторить что-то, попробуйте перефразировать свое предложение. Используйте общие жесты, пантомиму. Убедитесь, что Вас поняли и не стесняйтесь переспросить, поняли Вас собеседник.

Если Вы видите, что Вас не понимают, то лучше написать глухому собеседнику то, что хотели сказать. Но не следует писать и говорить одновременно, ведь неслышащий не видит в это время вашего лица и губ. Однако, надо помнить, что для ряда глухих письменное общение также может представлять проблему, ведь для иностранцев, русский язык не является родным языком.

Как позвать глухого собеседника?

Если глухой находится близко от вас, но не смотрит на вас, не нужно «нападать» на него сзади, надо просто дотронуться до его плеча или руки выше локтя, похлопать по плечу, руке.

Можно топнуть несколько раз по полу в помещении, при условии, что пол деревянный, а не кафельный; ударить пару раз по предмету (например, по столу) – вибрация будет передаваться через костную проводимость.

Если глухой находится очень далеко, можно попросить другого человека привлечь его внимание.

В любом общении главное – это взаимное уважение и желание быть понятым. Не бойтесь ошибаться и пробовать. Ваши искренность и благожелательность обязательно помогут вам наладить контакт.

ЯКОВЛЕВА Анисия Ильинична,
руководитель Региональной общественной организации
«Союз родителей детей с синдромом Дауна
«Солнышки Якутии»

«Как строить коммуникации с людьми с синдромом Дауна»

Существующие исследования обычно касаются более широкой группы населения – людей с интеллектуальными нарушениями:

- Великобритания, 2015 год, авторитетная организация «Менкап» сообщает: «оплачиваемую работу в компаниях имеют менее 20% людей из этой группы»;
- Нидерланды предоставляет цифру 11% по стране;
- США, Центр социального развития и образования Массачусетского университета и Институтом Гэллапа: «В масштабе страны 34% людей с интеллектуальными нарушениями имеют работу; 53% из них работают в конкурентном секторе (то есть около 17% от общего числа); 38% – в «защищенных мастерских»; 9% – в семейном бизнесе.

Основные принципы общения.

○ *Принцип зеркала.* Дети с синдромом Дауна хорошо учатся через подражание. В дефектологии это называется эхопраксией. Чтобы чему-то научить ребенка, нам нужно стать его зеркальным отражением. Все что мы хотим передать ему, мы показываем сами. Из таких детей вырастают очень хорошие помощники по дому.

○ *Принцип любви.* Эмоциональность у детей достаточно сохранна. Это лежит в основе всего воспитания и обучения. Процесс обучения ребенка с синдромом Дауна должен строиться с опорой на эмоции, на позитив, доброжелательность. Дети с ограниченными

возможностями здоровья очень чутко реагируют на искренность. Фальшивая улыбка их отталкивает.

- *Принцип четкости.* Главное правило для успешной коммуникации – говорить простыми и короткими предложениями, чтобы ребенок мог вас понять. Также стоит проявить терпение, когда он пытается вам что-то сказать. У людей с синдромом Дауна осложнена работа голосовых связок, им трудно говорить. Не перебивайте собеседника, не вставляйте свои слова и фразы. Подождите пока он закончит мысль, даже если это дается ему с трудом.

- *Принцип объятия.* Дети с синдромом Дауна очень любят обниматься, даже с незнакомыми людьми. При встрече и общении с таким ребенком нужно быть готовым к тому, что он может неожиданно подойти и обнять вас посреди беседы. Не надо пугаться, отталкивать ребенка. Ответьте на объятия, ребенок так выражает свое дружелюбие.

- *Принцип признания.* Не нужно говорить о ребенке в третьем лице. Часто, встречая ребенка с инвалидностью, мы обращаемся к сопровождающему взрослому: «Можно дать ему конфету?», «А он умеет говорить?». Поступая так, мы отказываем маленькому человеку в принятии, показываем, что он – не такой, как все. Поэтому всегда лучше говорить с самим ребенком и дать ему возможность ответить.

Помните, что у детей с синдромом Дауна очень развиты эмоции и эмпатия. Их легко обидеть, они сопереживают чужому горю, сочувствуют, если кому-то плохо.

Сохраняйте тихий и спокойный тон в голосе. Громкий говор не делает вашу речь понятнее.

При подборе подходящих по возрасту слов, помните, что вам нужно знать психологический возраст человека, а не его количество лет, указанное в паспорте. Имейте в виду, что умственно отсталые люди тоже могут быть взрослыми и обладать соответствующим словарным

запасом, так что не следует говорить с ними, как с пятилетними детьми.

Не стоит прикрывать свой рот, если ваш собеседник внимательно наблюдает за вашим артикуляционным аппаратом, так как ему это может помочь лучше вас понять.

Не следует пародировать произношение слов слабоумного человека в надежде, что таким образом он сможет лучше вас понять. Данный подход не увенчается успехом, а наоборот, сделает вашу речь еще сложнее для понимания, создавая впечатление, что вы просто смеетесь над психически неполноценным человеком.

Избегайте сливания своих слов воедино, глотая при этом окончания. Например, тяжело будет понять следующее: «Тыхочкуша?». Чаще всего, самым трудным аспектом разбора речи будет попытка установить, где одно слово заканчивается, а второе начинается. Делайте небольшие паузы между словами, если вы чувствуете на то необходимость.

По возможности, прибегайте к употреблению простых и коротких слов вместо длинных и сложных. Слово «дом» будет лучше, нежели «квартира», например. «Делать» звучит понятнее, чем «изготавливать».

Не старайтесь впечатлить своего психически неполноценного друга чрезмерным богатством своего вокабуляра и двухэтажными синтаксическими конструкциями.

Самым главным советом в обращении с умственно отсталыми людьми является наличие уважения и понимания. Эти люди ничем не хуже вас; они обладают такими же чувствами, как и вы, умея распознать надменное или предвзятое отношение, по поводу чего они набрались достаточно много опыта.

Умственно отсталый человек ни в коем разе не тупой, ведь ему приходится преодолевать такие жизненные обстоятельства, которые вам и не снились. Им труднее функционировать на том же уровне, что и вы. Этот

человек просто другого склада ума, и он никак не заслуживает насмешек со стороны.

Возьмите на заметку, что вы должны внимательно слушать и наблюдать за своим собеседником. В большинстве случаев, общение с умственно отсталым человеком представляет собой попытку научиться понимать иностранный акцент. Будьте готовы сменить стиль своей речи на более уважительный тон, если необходимо.

Предупреждения.

Психически неполноценные люди не являются более агрессивными по сравнению с остальной долей населения.

- Вспышки насилия, возникающие со стороны умственно недостаточных людей, берут свое начало от окружающих их людей, которые своим недоверчивым и насмешливым отношением подталкивают их на совершение злодеяний.

Поймите, что данная категория людей все еще подвержена жесткой дискриминации, и люди, работающие с ними плечом к плечу, не всегда осознают, как они ущемляют достоинство своих братьев-человеков такими действиями, на которые бы они никогда не пошли при работе с людьми, не имеющими таких отклонений.

- Они тоже имеют свои идеи, предложения, надежды и ожидания, которые рушатся теми, кто считает их неспособными на такую активность. Представьте, если бы вам, человеку, способному на трезвое и аналитическое мышление, говорили, что вы на самом деле не в состоянии делать самостоятельных поступков, принимая судьбоносные для вас решения без вашего на то согласия.

- Особенно непосильная ноша возводится на тех, кто имеет трудности с речью, что выводит их на путь агрессии, как единственного способа быть услышанным. Неспособность говорить совсем не значит то, что человеку нечего сказать.

Родители, мамы особенных детей в жесточайшей боли находятся зачастую. Нельзя им задавать такие вопросы из-за любопытства, как:

- «У вас еще есть дети?»

- «У вас муж есть?»

Если захочет, мама ребенка с синдромом Дауна сама расскажет.

КАСАТКИНА Ольга Аркадьевна,
психолог АНО Абилитационный центр
«Особый ребенок»

**«Признаки людей с аутизмом.
Потребности, сопровождение, подходы»**

Аутизм – это нарушение коммуникативных функций невыясненной природы. Характеризуется специфическим восприятием мира, приводящим к проблемам с социализацией. По данным ВОЗ, сегодня примерно каждый 68 новорожденный имеет признаки расстройства аутистического спектра (РАС), причем количество таких детей продолжает расти – примерно на 13% в год.

Что необходимо знать об аутизме:

1. Аутизм не болезнь, это нарушение функционирования организма и развития. Помочь человеку с аутизмом может ранняя диагностика, реабилитация и педагогическое сопровождение.

2. Аутизм нельзя определить, пока ребенок находится в утробе матери. Его симптомы становятся заметны между 1-3 годами жизни.

3. Люди с аутизмом часто оказываются талантливыми в отдельных областях знаний – в истории литературе, математике, географии и музыки. Они с легкостью запоминают большие тексты. Но им с трудом даются самые простые действия: разговор на повседневные темы, поход в магазин, переход улицы, приготовление еды.

4. Уровень интеллектуального развития при аутизме может быть самым различным – от глубокой умственной отсталости до феноменальной одаренности в науке, искусстве и спорте, от полного отсутствия речи до гипербобщительности.

5. Расстройство аутистического спектра отмечено у многих известных людей.

6. Люди с аутизмом могут быть гиперчувствительны к внешним раздражителям: уличному шуму, нахождению в толпе, яркому освещению, определенным вкусам, сильным запахам и прикосновениям.

7. Люди с аутизмом страдают от социальной слепоты – неспособности понять настроение и чувства другого человека. Они понимают буквально все сказанное вами и с трудом воспринимают нюансы человеческих отношений.

8. При первом знакомстве человек с аутизмом может показаться вам излишне прямолинейным и даже бестактным, но на самом деле у него в мыслях не было обижать вас – он просто пытается общаться.

9. Некоторые из людей с аутизмом при правильной реабилитации способны вести самостоятельную жизнь, иметь семью и друзей.

10. Люди с аутизмом не опасны для окружающих. Более того, в незначительной степени аутистические черты присутствуют у большинства людей, живущих среди нас.

Главной задачей родителей и педагогов является развитие самостоятельности у детей с аутизмом и их последующая интеграция в жизнь общества. Они обладают огромным творческим и интеллектуальным потенциалом.

Признаки аутизма:

- Неуместный смех или хихиканье;
- Отсутствие чувства опасности;
- Может избегать объятий;
- Необычные и однообразные игры. Неровность в физических и вербальных навыках;
- Трудности в выражении потребностей. Может использовать жесты;

- Необычная привязанность к предметам;
- Повышенная реакция на звуки или отсутствие реакции;
- Вращение предметов или вращение на месте;
- Пониженная чувствительность к боли;
- Настаивает на однообразии;
- Может избегать контакта глазами;
- Повторение чужих слов и фраз;
- Может предпочитать одиночество;
- Трудности в общении с другими людьми.

Психологи и педагоги коррекционных школ вывели определенные правила, исходя из особенностей мировосприятия таких детей и их отношения к окружающим. Следуя им, возможно наладить контакт, способствовать развитию способностей и социализации особых детей и подростков.

Методики построения общения.

1. Вести себя тише.

Разговаривайте спокойно, размеренным тоном. Дети с РАС (расстройствами аутистического спектра) не способны считать ваши эмоции с голоса: они реагируют на любое резкое изменение тона. Повышение или понижение голоса воспринимают как повод к беспокойству.

Избегайте громких звуков. Ребята с этим отклонением часто имеют сверхчувствительный слух, поэтому многие звуки, которых не замечают другие дети, для них могут показаться болезненными.

Не ссорьтесь в присутствии ребенка с РАС. Общаясь в семье употребляйте доброжелательные интонации в голосе, они воспринимаются детьми как позитивный фактор.

Обращайте внимание на музыкальный фон в играх, мультфильмах, аудиокнигах. Исключите быструю, ритмичную музыку любых направлений. Звуки природы,

размеренная, спокойная классика лучше подойдут для нервной системы особенных детей.

2. Уважение и порядок.

Обращайтесь по имени, чтобы показать, кому предназначена ваша речь. Можете дополнительно коснуться плеча, чтобы помочь малышу сфокусироваться на вас. Но не перестарайтесь: такие дети очень ревниво относятся к личному пространству. Даже касания хорошо знакомых людей могут быть для них неприемлемы.

Любые изменения в распорядке или окружающем мире вводите постепенно, так как такие люди плохо переносят перемены в окружающем мире. Аутисты консервативны по природе своей.

Чтобы рассказать о чем-то новом, дать дополнительную информацию о мире, ориентируйтесь на интересы ребенка, ставьте их в основу своего высказывания. Тогда он заинтересуется и запомнит рассказанное с большей вероятностью.

Разработайте строгий распорядок дня, введите правила и ограничения. Сами соблюдайте их всегда и избегайте изменений. Это позволит аутисту чувствовать себя уверенней, убережет от внутреннего дискомфорта.

Благодаря продуманной и последовательной работе, интеллект детей реализуется полностью. Не исключено, что они будут комфортно себя чувствовать и могут учиться в обычной школе.

Что делать нельзя?

Разбираясь, как вести себя с ребенком-аутистом, подростком, как общаться с аутичным человеком в семье, стоит упомянуть и о тех действиях, которые совершать нельзя.

Большинство страдающих РАС, даже легкой формой, тяжело идут на контакт с родными людьми, не говоря уже о новых знакомых. Пугливы, и, как следствие, закрываются от общения. Аутисты легко отказываются от

контакта. Одна неудачно оброненная фраза может свести к нулю общение с ребенком-аутистом.

Общаясь с детьми-аутистами:

- Учитывайте прямолинейность собеседника. Люди с РАС плохо воспринимают иносказания, иронию. При этом прямолинейны и даже во взрослом возрасте плохо считывают чужие эмоции. Не всегда следуют неписанным общественным правилам. Но, говоря что-то, возможно, для вас неприятное, они не стремятся обидеть собеседника. Просто констатируют конкретный факт или задают действительно интересующий их вопрос.

- Не игнорируйте аутиста, не говорите о нем в третьем лице в его присутствии. Как только малыш или подросток понимает, что в разговоре его не учитывают или игнорируют, подчеркивая отличие от окружающих, он еще больше закрывается, погружаясь в свои переживания и чувство одиночества, считая, что общество отвергает его из-за отличий.

- Не нарушайте личные границы и не повышайте голос. Аутичные люди нервно реагируют на чрезмерные проявления эмоциональности и нарушение их личных границ. Повышение голоса пугает их, приводит к состоянию сильного стресса, от которого они будут долго восстанавливаться. А телесный контакт с не знакомым близко человеком воспринимается как жестокое нарушение границ.

Если вы хотите прикоснуться к аутисту – спросите на это разрешение. Некоторые ребята успокаиваются, если их обнять, но это редкий случай. И далеко не от всех окружающих они готовы принять подобный близкий контакт.

- Не оказывайте помощь, о которой вас не попросили. В ситуации, когда человек с РАС ведет себя странно, а сопровождение реагирует не так, как вы считаете нужным – проигнорируйте происходящее. Родители и сопровождающие знают об особенностях больше вас. Стороннее вмешательство лишь усиливает

стресс и усугубляет ситуацию. Если все же решили вмешаться, то перед тем, как начать оказывать помощь, спросите, нужна ли она.

Рассказывайте окружающим о людях с особенностями, чтобы они лучше понимали трудности, с которыми сталкиваются эти малыши, и не реагировали на них слишком резко или негативно. Как правило, даже в детском саду ребята, узнавшие об особенностях аутиста из их группы, начинают вести себя дружелюбнее по отношению к нему, учитывают его потребности, чем, когда просто думают, что он странный.

Детям и взрослым необходимо рассказывать, как познакомиться, начать общаться и подружиться с ребенком-аутистом. Эти люди не опасны для общества. И аутизм никак не связан с умственной отсталостью. Наоборот, такие люди талантливы в определённой области, склонны к искренним положительным эмоциям, открыты.

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Российская Федерация. Законы. О социальной защите инвалидов в Российской Федерации : Федеральный закон № 181-ФЗ : [принят Государственной думой 20 июля 1995 года : одобрен Советом Федерации 15 ноября 1995 года]. – URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_8559/ (дата обращения: 15.04.2024). – Текст : электронный.
2. Ассоциация лиц использующих альтернативную и дополнительную коммуникацию : [сайт]. – СПб., сор. 2009-2021. – URL: <https://rus-aac.ru/main> (дата обращения: 15.04.2024). – Текст: электронный.
3. Благотворительный фонд поддержки слепоглухих «Со-единение» : [сайт]. – М., сор. 2014-2024. – URL: <https://so-edinenie.org/> (дата обращения: 15.04.2024). – Текст: электронный.
4. Методические рекомендации для учреждений культуры по созданию условий для участия инвалидов в культурной жизни общества / Министерство культуры и туризма Рязанской области ; Рязанская областная специальная библиотека для слепых ; Региональный методический центр по работе с инвалидами. – Рязань, 2016. – 23 с. – Текст: непосредственный.
5. Методическое пособие для обучения (инструктирования) сотрудников учреждений МСЭ и других организаций по вопросам обеспечения доступности для инвалидов услуг и объектов, на которых они предоставляются, оказания при этом необходимой помощи. В 2 частях. Часть 1 / Р. Н. Жаворонков, Н. В. Путило, О. Н. Владимирова [и др.] ; Министерство труда и социальной защиты населения Российской Федерации. – М., 2015. – 555 с. – Текст: непосредственный.

6. Региональная общественная организация людей с инвалидностью «Перспектива» : [сайт]. – М., сор. 2023. – URL: <https://perspektiva-inva.ru/> (дата обращения: 09.04.2024). – Текст: электронный.

7. Технологии доступной коммуникации : методические рекомендации / О. А. Мирошниченко, И. Г. Вечканова, О. С. Кудря ; под ред. О. А. Мирошниченко. – СПб : ФГБУ ФНОЦ МСЭ и Р им. Г. А. Альбрехта Минтруда России : ЦИАЦАН, 2024. – 96 с. – Текст : непосредственный.

8. Фонд «Обнажённые сердца»: информационная платформа для специалистов и родителей детей с особенностями развития : [сайт]. – М. – URL: <https://nakedheart.online/> (дата обращения: 05.04.2024). – Текст : электронный.

9. Этика общения и сопровождения лиц с ограниченными возможностями здоровья : методические рекомендации / Тульская областная специальная библиотека для слепых ; составитель М. В. Лунева ; редактор Е. А. Чепелева ; компьютерная верстка и печать Н. П. Мызенковой ; ответственный за выпуск А. М. Чуканова. – 2-е изд., перераб. и доп. – Тула, 2018. – 47 с. – Текст : непосредственный.

10. Этика общения с людьми, имеющими инвалидность : памятка-рекомендация / составитель Н. А. Назарько. – Таганрог : ЦГПБ ЦЕМ, 2013. – 31 с. – Текст : непосредственный.

«Инклюзия в культурном пространстве»

методическое руководство по проведению
тренинг-интенсива по этике общения и сопровождению
инвалидов различных нозологий

Составители: Е. А. Потапова, Э. В. Заболоцкая
Редакторы: Е. А. Потапова, В. П. Иванова
Компьютерный набор и верстка:
Е. А. Потапова, Д. С. Константинова
Ответственный за выпуск А. С. Корнилова

Подписано в печать 19.04.2024

Формат 60x84/16

Тираж 5

Отпечатано в отделе медиа и тифлотехнологий
ГКУ РС(Я) «Якутская республиканская специальная библиотека для
незрячих и слабовидящих им. И.Н. Егорова - Горного»

г. Якутск, пр. Ленина, 58
Телефон: 8-4112-403980, Факс: 8-4112-403979
Эл. почта: rbs@gov14.ru