



Всемирная Организация Здравоохранения

**Обучение в обществе для людей
с умственными и физическими
ограничениями**

28

**Обучающий пакет для членов семьи
человека с ограничениями
Социальная активность**

Для чего предназначен этот пакет?

Информация, приведенная в этом пакете, поможет вам понять человека, имеющего какие-либо нарушения или ограничения. Пакет содержит также информацию о том, как помочь такому человеку принимать участие в жизни семьи и общества.

Русская версия «Обучение в обществе для людей с умственными и физическими ограничениями» издается при поддержке Восточно-Европейского Комитета (Швеция).

Перевод — Белорусская ассоциация помощи детям-инвалидам при участии Санкт-Петербургского Института раннего вмешательства.

Издание второе, исправленное и дополненное.
Опробовано и протестировано в условиях России.

Под редакцией Е. В. Ключковой

Корректор, редактор	Ю. В. Князькина
Верстка	И. П. Лукин

ISBN 5-8049-0050-1

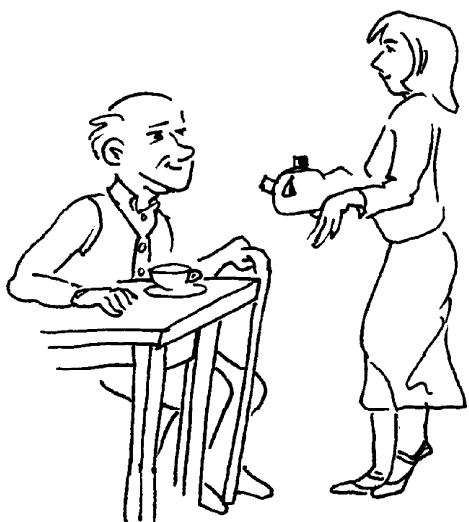
28. Обучающий пакет для членов семьи человека с ограничениями

Социальная активность

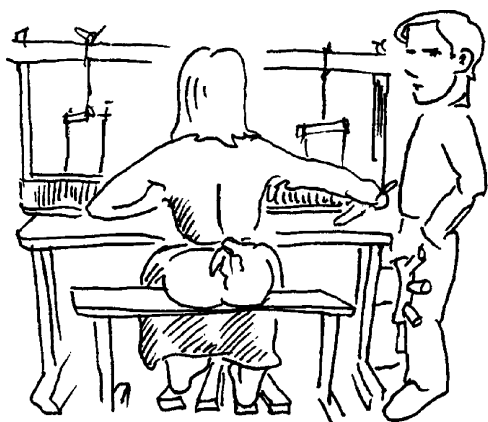


п Возможно, что человек, которого вы обучаете, — ваш близкий родственник или друг. Он нуждается в том, чтобы быть равноправным членом своей семьи. Даже если у него есть то или иное нарушение или ограничение, ему необходимо участвовать в различных событиях семейной жизни.

Каждый человек нуждается в том, чтобы быть активным членом общества. Человек, которого вы обучаете, также должен быть в состоянии участвовать в жизни общества.

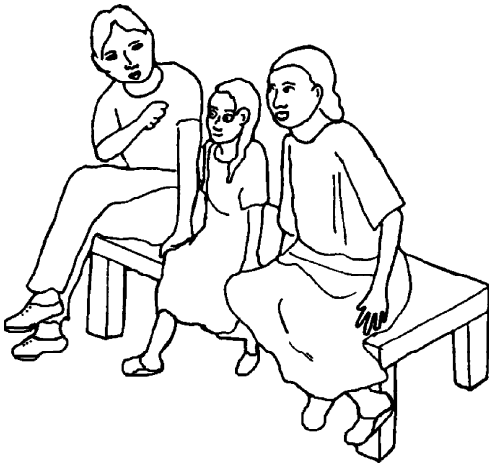


п Как семья, так и окружающие вас люди должны относиться к человеку с ограничениями как к равноправному члену семьи или общества. Как в семье, так и в обществе такого человека не нужно чрезмерно опекать из-за того, что у него есть какие-то ограничения. Окружающие не должны вести себя так, чтобы такой человек чувствовал себя не очень важным членом семьи или общества только потому, что у него есть какое-либо физическое или умственное ограничение.



п Люди с некоторыми видами нарушений или ограничений не могут участвовать во всех тех мероприятиях, в которых участвуют остальные люди. Возможно также, что люди с ограничениями не смогут участвовать в этих мероприятиях наравне с другими людьми. Но семья и общество могут обучать людей с ограничениями выполнять различные виды деятельности в том объеме, в котором эти люди могут их освоить.

п Иногда человек с ограничениями не может научиться делать все то, что делают другие люди. Даже в этом случае семья и друзья могут помочь такому человеку быть активным членом семьи и общества.

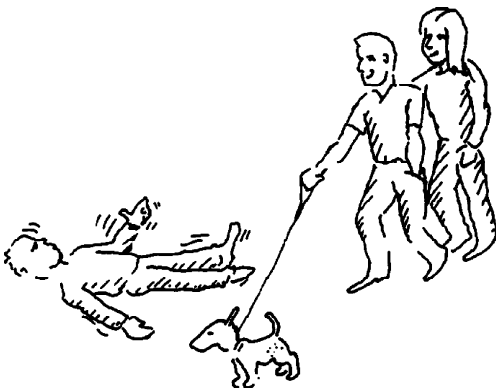


п В некоторых семьях и в обществе в целом люди с некоторыми нарушениями или ограничениями могут встретить не очень хороший прием. Этому существует множество причин. Так, некоторые люди могут воспринимать умственные или физические ограничения как наказание свыше. Они могут также бояться, что они сами «заразятся» этим, если посмотрят на человека, у которого есть какие-то нарушения, или прикоснутся к нему. В связи с такими предрассудками людей с нарушениями или ограничениями часто держат взаперти дома, а из-за этого они чувствуют себя менее значительными членами семьи и общества.



п Некоторые люди, имеющие то или иное ограничение, выглядят, говорят и ведут себя не так, как другие люди. Поэтому окружающие могут считать, что люди с ограничениями абсолютно не такие, как все другие люди. Но люди остаются людьми, независимо от того, есть ли у них какие-либо ограничения или нет.

п Дети и взрослые могут не обращать внимания на человека с ограничениями, когда он что-то говорит, или даже могут смеяться над его проблемами. Члены общества с физическими или умственными ограничениями могут восприниматься как менее важные по сравнению со всеми остальными.



п Те, кто насмехается над таким человеком, просто не понимают его. Они мало знают о людях с ограничениями. Они мало знают о разных нарушениях и о том, что их вызывает. Это незнание заставляет их бояться.

Попросите вашего Координатора объяснить таким людям, какие бывают виды нарушений и ограничений и что их вызывает. В этом случае люди

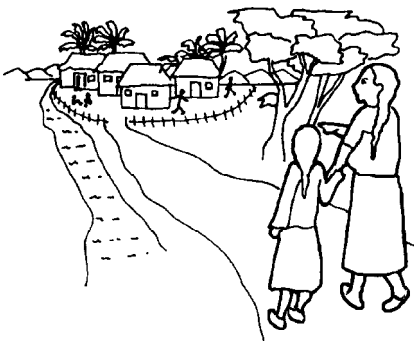
смогут лучше понимать членов общества, имеющих то или иное ограничение. И тогда их страхи рассеются. Семьи и общество в целом будут воспринимать людей с ограничениями как своих равноправных членов.

Как помочь людям понять, что такое «ограничение»



п Дети или взрослые, имеющие некоторые ограничения, должны общаться с друзьями и соседями и лучше узнавать друг друга. Не пытайтесь прятать человека, которого вы обучаете, от окружающих. Он нуждается в человеческом общении точно так же, как и другие люди.

п Берите такого человека с собой на прогулки по окрестностям, чтобы он мог познакомиться с другими людьми и побольше узнать о окружающем мире.



Затем предоставьте ему возможность гулять одному.

п Если человек, которого вы обучаете, не может самостоятельно передвигаться по окрестностям, учите его этому. Попросите у вашего Координатора обучающий пакет, который вы сможете использовать, чтобы учить такого человека самостоятельно передвигаться вне дома.

п Расскажите своим друзьям и соседям об ограничении, которое есть у человека, которого вы обучаете. Расскажите им, что он может делать. Дайте им понять, что он в состоянии выполнять все или почти все то, что делают они сами.

п Когда вы гуляете вместе с таким человеком, разговаривайте с ним. Описывайте ему, что происходит вокруг вас. Если он не может видеть, рассказывайте ему о людях, которых вы видите и встречаете и с которыми вы знакомитесь.



п Берите человека, которого вы обучаете, с собой, когда вы идете в гости к друзьям или к соседям. Затем учите его ходить к этим людям самостоятельно.

Сделайте так, чтобы человек, которого вы обучаете, познакомился со своими сверстниками. Помогите им встречаться достаточно часто и подружиться.



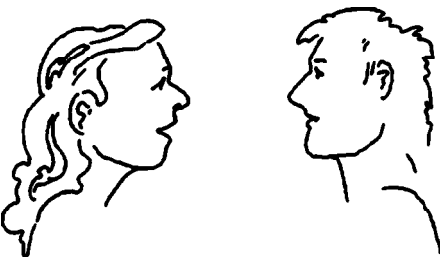
п Объясните окружающим, что те люди, у которых есть какие-либо ограничения, часто чувствуют себя изолированными от семьи и общества в целом.

п Пожилые люди, имеющие какие-либо ограничения, часто испытывают подобные чувства. Они могут чувствовать себя одинокими. Попросите других членов вашей семьи и людей, которые живут рядом с такими пожилыми людьми, помочь им почувствовать, что они принадлежат к семье и к обществу.

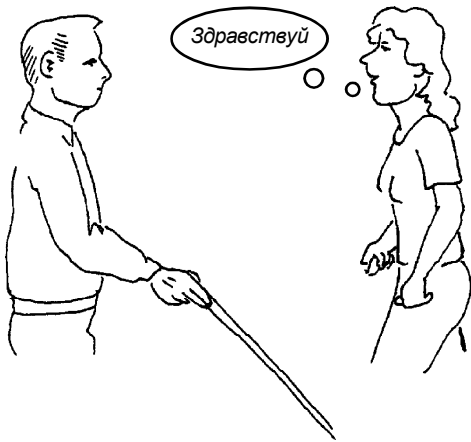


п Когда вы находитесь в компании, включайте человека, которого вы обучаете, в общую беседу. Убедитесь, что он понимает, что говорят его собеседники. Позаботьтесь о том, чтобы у него была возможность высказаться, если он хочет что-то сказать. Возможно, ему понадобится для этого несколько больше времени.

п Если у такого человека есть нарушение слуха и поэтому он не может полноценно общаться, учите других людей, как нужно общаться с таким человеком. Объясните им, что они должны помочь человеку понять, что они говорят. Объясните им также, что, если они не будут этого делать, человек с нарушением слуха может их неправильно понять.



Если человек, которого вы обучаете, не может говорить внятно, другие люди могут не понять, что он хотел сказать. Им нужно будет слушать его очень внимательно — только так они смогут хорошо понять, что говорит этот человек.



п Если человек не видит, он может не знать, что рядом с ним находятся другие люди. Попросите друзей и соседей обращаться к такому человеку первыми, так чтобы он знал, что они находятся поблизости.

Участие в семейных делах



п Соберите вместе всех членов семьи человека, которого вы обучаете. Обсудите вместе с ним, как он может принимать участие в семейных делах и быть важным членом семьи.



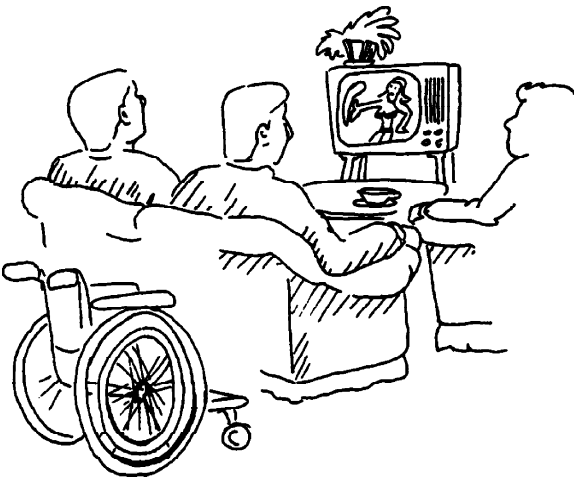
п Если вы обучаете ребенка, ему нужно будет играть с другими детьми и принимать участие в тех же самых делах, в которых принимают участие другие дети.



п Такой ребенок должен начать посещать школу в том же самом возрасте, что и другие дети.



п Поощряйте человека, которого вы обучаете, делать то, что может помочь другим членам семьи, например, выполнять какую-то работу по дому. В этом случае попросите у вашего Координатора обучающий пакет, который вы можете использовать, чтобы учить такого человека выполнять домашнюю работу.



п Сделайте так, чтобы человек, которого вы обучаете, мог присоединяться к другим членам семьи во всех случаях, когда они что-либо делают все вместе. Например, он должен обедать вместе со всей семьей.

п Такой человек должен участвовать в семейных обсуждениях и разговорах. Он должен участвовать в играх вместе с другими членами семьи. Когда все члены семьи слушают радио или смотрят телевизор, он тоже должен принимать в этом участие, конечно, если он сам этого хочет.

п Человек, которого вы обучаете, должен принимать участие во всех общественных мероприятиях, в которых участвует его семья. Он должен путешествовать вместе с семьей, например, совершать религиозные паломничества или ездить в отпуск. Его следует также брать с собой на свадьбы, похороны и другие семейные события.

п Если человек, которого вы обучаете, — взрослый, который хочет вступить в брак, помогите ему в этом. Помогите ему завести семью, если он этого хочет. Вы можете попросить вашего Координатора дать этому человеку совет в отношении женитьбы или замужества и обсудить с ним, стоит ли заводить детей.

п Обсудите, что каждый из членов семьи может сделать, чтобы помочь человеку, которого вы обучаете, участвовать в общественных мероприятиях. Например, члены семьи могут помочь ему познакомиться с другими людьми, ходить в церковь или в медицинский центр.

Время от времени собирайте всю семью вместе. Обсуждайте с ними, что человек, которого вы обучаете, уже может делать и чему еще он может научиться.

п Если такой человек не может выполнять какую-то деятельность, обсудите это со всей семьей. Выясните, почему он не может этому научиться. Попробуйте найти способ научить его этому.



п Устройте так, чтобы семьи, в которых есть люди с какими-либо ограничениями, время от времени собирались вместе. Так они могут обсудить свои проблемы, поделиться опытом и помочь друг другу.

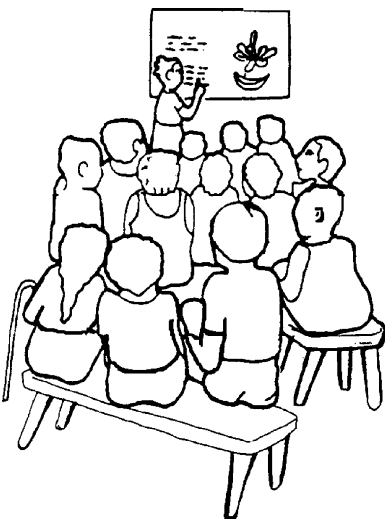
Участие в общественных мероприятиях



п Сделайте так, чтобы человек, которого вы обучаете, смог участвовать в общественных мероприятиях, если он этого хочет.

Рассказывайте ему о собраниях, религиозных праздниках и других событиях, которые происходят там, где вы живете. Спрашивайте у него, хочет ли он принять участие в этих мероприятиях.

п Если он не может самостоятельно добраться до места, где все это происходит, возьмите его туда с собой. Если вы не можете этого сделать, попросите кого-нибудь помочь человеку, которого вы обучаете. Это может быть другой член семьи, друг или сосед.



п Рассказывайте этому человеку обо всех добровольных организациях, которые есть там, где вы живете. Это могут быть молодежные, скаутские, женские, сельскохозяйственные или спортивные организации. Выясните, хочет ли человек, которого вы обучаете, стать членом какой-либо из организаций. Если он хочет этого, посетите вместе с ним эту организацию. Попросите ее членов помочь человеку, которого вы обучаете, стать ее членом.



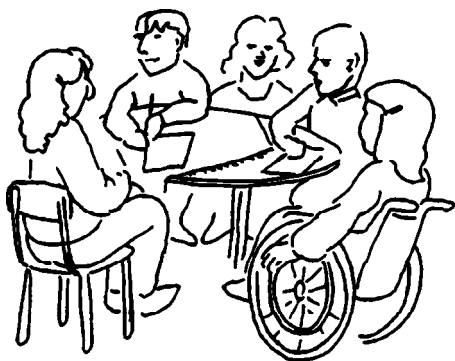
n Спросите у этого человека, хочет ли он выполнять какие-либо обязанности в общественных организациях, и определите, в какой мере он может участвовать в работе этих организаций.

Если он хочет выполнять какие-нибудь обязанности в какой-либо из этих организаций, позаботьтесь о том, чтобы он знал, когда состоится выборы в этой организации. Он может выдвигать свою кандидатуру на выборах в этой организации.



n Вам нужно будет позаботиться о том, чтобы имя этого человека было внесено в избирательные списки, так чтобы он мог голосовать.

n Если вы или человек, которого вы обучаете, думаете, что там, где вы живете, можно сделать больше для людей с ограничениями, попросите местный реабилитационный комитет организовать для таких людей группу, общество или создать какую-либо другую организацию.



Эта группа может быть ответственной за то, чтобы обеспечивать равные права членам общества, у которых есть какие-либо ограничения. Такие люди должны получить возможность пользоваться всеми видами общественных услуг, получить работу, жилье, иметь доступ к образованию, пользованию транспортом и участвовать в общественной жизни.

Попросите вашего Координатора помочь сформировать общественные организации для людей с физическими и умственными ограничениями, если в вашей местности такие организации не созданы.

Результаты

После того как вы использовали этот пакет в течение некоторого времени, ответьте на приведенные ниже вопросы. Начните с наблюдения за человеком, которого вы обучаете. Напротив соответствующего вопроса пометьте клетку в графе «Да», если человек, которого вы обучаете, выполняет данный вид деятельности, или в графе «Нет», если он не выполняет данный вид деятельности.

ВОПРОСЫ	ОТВЕТЫ	
	Да	Нет
Семейные мероприятия		
Принимает пищу вместе с семьей?		
Участвует в семейных мероприятиях, которые происходят дома?		
Участвует в семейных мероприятиях, которые происходят вне дома?		
Общественные мероприятия		
Посещает друзей и соседей?		
Участвует в религиозных праздниках и собраниях?		
Является ли членом какой-либо общественной группы?		
Голосует на выборах?		
Занимает какие-либо выборные должности?		

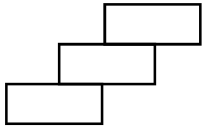
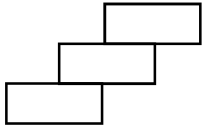
Теперь обобщите свои ответы на вопросы каждого из двух разделов этой анкеты и ответьте на два обобщающих вопроса на стр. 10.

Если вы ответили «Да» на все вопросы раздела «Семейные отношения» или «Общественные мероприятия», тогда пометьте прямоугольник рядом с ответом «Да» напротив соответствующего вопроса (стр. 10).

Если на вопросы какого-либо из двух разделов вы хотя бы один раз ответили «Нет», тогда пометьте прямоугольник «Иногда» напротив соответствующего вопроса.

Если вы ответили «Нет» на все вопросы какого-либо из двух разделов, пометьте прямоугольник «Совсем нет» напротив соответствующего вопроса.

Человек с ограничениями

Участвует в семейных мероприятиях?	Да Иногда Совсем нет	
Участвует в общественных мероприятиях?	Да Иногда Совсем нет	

Если оба ваши ответа «Да», вы и человек, которого вы обучаете, хорошо поработали, и этот человек может участвовать в семейных и общественных мероприятиях. Вам больше не нужен этот пакет.

Если вы ответили на оба вопроса «Иногда» или «Совсем нет», значит, тому есть одна из причин, приведенных ниже. Просмотрите этот список, чтобы выяснить возможную причину для каждого из таких ответов, и посмотрите, что в этом случае можно сделать.

ПРИЧИНА	ЧТО С ЭТИМ МОЖНО СДЕЛАТЬ
1. Человек, которого вы обучаете, не хочет участвовать в этой деятельности.	Объясните ему, как участие в этом может ему помочь.
Если он теперь захотел принять участие в этой деятельности —	Повторяйте обучение до тех пор, пока он не сможет выполнять данный вид деятельности. После этого вам больше не понадобится этот пакет.
Если он по-прежнему не хочет участвовать в этой деятельности —	Прекратите просить его об этом. По истечении некоторого времени вы можете опять повторить попытку вовлечь его в эту деятельность.
2. Семья и общество не приняли человека, которого вы обучаете, как равноправного члена.	Объясните им опять, почему они должны его принять. Приведите доводы, почему и каким образом это может помочь ему.
3. Вы не занимались с человеком, которого вы обучаете, достаточно длительное время.	Продолжите его обучение. Если по истечении шести месяцев вы не достигли никаких результатов, обратитесь за советом к Координатору.

- | | |
|--|--|
| 4. Вы не следовали правильно всем инструкциям. | Перечитайте данный пакет. Если вы думаете, что вы чего-то не поняли, поговорите с вашим Координатором. Затем повторяйте обучение до тех пор, пока человек, которого вы обучаете, не сможет выполнять каждый вид деятельности. После этого прекратите использование данного пакета. |
| 5. Человек, которого вы обучаете, не может выполнять данный вид деятельности из-за имеющихся у него ограничений. | Прекратите использовать этот пакет. |

Если вы продолжаете использовать данный пакет, обучайте человека еще некоторое время. Затем снова ответьте на вопросы, чтобы определить, достиг ли он каких-либо результатов.

Обучающие пакеты

Для членов семьи человека с нарушением зрения

1. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.
2. Как научить такого человека самого себя обслуживать.
3. Как учить такого человека передвигаться.

Для членов семьи человека с нарушением слуха или речи

4. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.
5. Ребенок с нарушением слуха, который не умеет говорить, — как обучать такого ребенка общаться.
6. Человек с нарушением слуха, который может говорить, — как обучать такого человека общаться.
7. Ребенок с нарушением речи и движений, который может слышать, — как обучать такого ребенка общаться.

Для членов семьи человека с нарушением движений

8. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.
9. Как предотвратить возникновение деформации конечностей.
10. Как предотвратить появление пролежней на коже.
11. Как обучать человека переворачиваться и садиться.
12. Как обучать человека вставать из положения сидя.
13. Как обучать такого человека передвигаться.
14. Как обучать такого человека самого себя обслуживать.
15. Как обучать человека, страдающего болями в суставах, выполнять повседневные дела.
16. Упражнения для укрепления слабых конечностей и уменьшения боли.

Для членов семьи человека, который не чувствует свои руки или ноги

17. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.
18. Как предотвратить повреждение и деформацию рук и ног.

Для членов семьи человека со странностями в поведении

19. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.
20. Как обучать такого человека самого себя обслуживать.

Для членов семьи человека, у которого бывают судорожные припадки

21. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.

Для членов семьи человека с трудностями в обучении

22. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.
23. Как обучать ребенка самого себя обслуживать.
24. Как обучать взрослого человека самого себя обслуживать.

Общие

25. Грудное вскармливание.
26. Игра.
27. Школьное обучение.
28. Социальная активность.
29. Домашние обязанности.
30. Трудоустройство.