

TOPSIDE

Oportunități de Training pentru Persoanele
cu Dizabilități Intelectuale din Europa



Material pentru susținători: Portofolii



Inclusion Europe



www.peer-training.eu

Autori: TOPSIDE parteneri

- Hugh Savage, ENABLE Scoția
- Petra Nováková, Inclusion Czech Republic, Cehia
- Juultje Holla, Perspectief, Țările de Jos
- Alina Sima & Cristina Burlacu, Pentru Voi, România
- Ivana Vilademunt & Anna Gutierrez Roca, Sant Tomas, Spania
- Taija Humisto, KVTL, Finlanda
- Camille Latimier & Luca Magri, Inclusion Europe

©Inclusion Europe, Bruxelles, octombrie 2013

Acest proiect a fost finanțat cu sprijinul Comisiei Europene.
Această publicație reflectă numai punctul de vedere al autorului și Comisia nu este responsabilă pentru eventuala utilizare a informațiilor pe care le conține.

Introducere

Am decis că este important ca oamenii să fie recunoscuți pentru toate aptitudinile pe care și le-au însușit, precum și ca acestea să le fie reamintite. De asemenea, am dorit să poată fi capabili să le arate și altora toate reușitele lor. și am făcut asta prin mai multe modalități diferite. În cazul de față, dorim să vă oferim câteva exemple care să vă inspire. Veți găsi moduri de a crea un portofoliu corespunzător oportunităților existente în țara voastră, respectiv oamenilor cu care lucrați. Mai puteți include în portofoliu orice poster pe care l-ați folosit, povești ale oamenilor care au servit drept exemple și orice alt aspect care ar putea ajuta persoana instruită să își asume cât mai bine rolul de susținător, în viitor.

În paginile următoare veți găsi expuneri și imagini din portofoliul nostru.



EXEMPLUL 1

CURSUL-JURNAL

În Finlanda am folosit un curs-jurnal ca material pentru susținătorii de la egal la egal aflați în proces de instruire. Persoanele instruite pot lua cursul-jurnal acasă pentru a-și reîmprospăta cunoștințele și pentru a le putea arata și spune și altora ce au făcut în ziua respectivă. Acesta

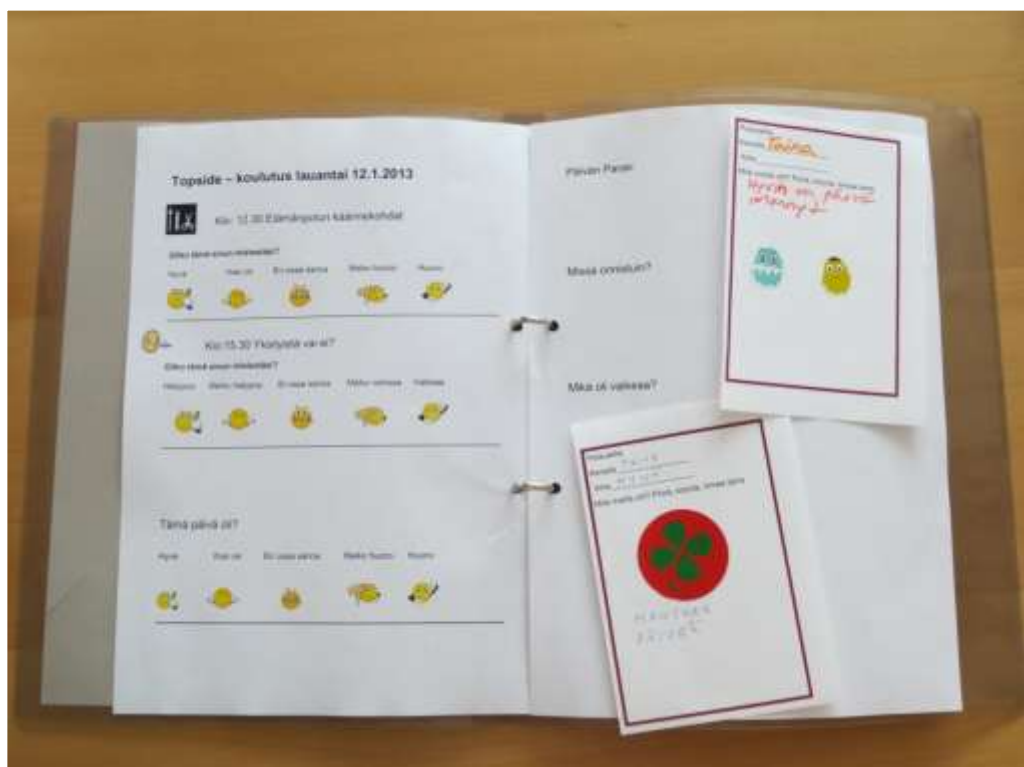
funcționează ca un fișier de aptitudini pentru persoanele instruite în care instructorul le poate evalua progresul, prin feedback. Jurnalul le permite și persoanelor instruite să evalueze fiecare zi și diferitele exerciții utilizate în procesul de instruire. Toate materialele parcurse în timpul instruirii au fost incluse în fișier.



Cursul-jurnal cuprindea un program pentru fiecare zi și o grilă gata făcută, cu imagini, pentru a evalua fiecare parte a zilei. Participanților li s-a mai solicitat să acorde câte o nota fiecărei zile, să aleagă subiectul

care le-a plăcut cel mai mult în ziua respectivă, subiectul în care considera că au progresat cel mai mult, respectiv subiectul care li s-a părut cel mai dificil.

Feedback-ul pentru persoana instruită era transmis de către instructor pentru fiecare aptitudine pe fișe cu coduri de culori, la finalul fiecărei zile. Fiecare fila conținea feedback-ul



pentru câte o aptitudine exersată în ziua respectivă prin diferite exerciții. Persoanele instruite își dădeau feedback și reciproc, printr-o nota lipită pe aceste pagini.

Argumente pro și contra pentru cursul-jurnal

Pro

Una din părțile pozitive ale utilizării cursului-jurnal a constituit-o faptul că funcționa ca un exercițiu bun la finalul fiecărei zile, pentru a reaminti ce s-a întâmplat în ziua respectivă, ce a fost bine și ce a fost dificil. Programul cu imagini și evaluarea zilei de către persoanele instruite funcționează și acasă, în momentul în care doresc să povestească altcuiva despre ceea ce au făcut la curs.

Jurnalul a mai constituit și un mod excelent de a obține feedback de la persoanele instruite. Acesta le surprinde sentimentele și evaluările proaspete, la finalul fiecărei zile. De asemenea, mai indică și ce parte a zilei le-a plăcut, respectiv lucrurile pe care și le amintesc.

De menționat și faptul că șansa persoanelor instruite de a da și a primi feedback unul de la celălalt a fost un aspect cu adevărat pozitiv.

Contra

Neajunsurile modelului-jurnal îl constituie faptul că nu funcționează prea bine ca portofoliu care măsoară progresul fiecărei aptitudini. Deși persoanele instruite s-au simțit foarte bine primind feedback prin această modalitate, informația era greu de urmărit de către persoana instruită sau de către oricine altcineva s-ar fi uitat în jurnal. Progresele făcute de persoana instruită nu erau evidente în acest model deoarece feedback-ul era scris pe coli diferite în jurnal, la finalul fiecărei zile.

Idei de îmbunătățire

Ar fi mai simplu de urmărit progresul persoanei instruite dacă materialul pentru susținătorii de la egal la egal ar avea câte o secțiune dedicată pentru fiecare dintre aptitudini. Astfel, feedback-ul pentru fiecare aptitudine s-ar regăsi într-o singură secțiune, pentru toată perioada de instruire, aptitudinea fiind astfel ușor de urmărit. Jurnalul, ca modalitate de evaluare și recapitulare la finalul fiecărei zile de instruire, ar putea face parte în continuare din material.

EXEMPLUL 2

PORTOFOLIUL

În Spania am folosit un portofoliu sau o metoda de evaluare pentru a urmări evoluția participanților, utilizând dosare și încercând să adune cunoștințele acumulate de persoanele instruite în urma cursului, deoarece acest material urma să rămână în posesia acestora după curs.

Fiecare persoană instruită avea și câte un portofoliu, afișat pe pereții salii de curs.



Peretele salii de curs



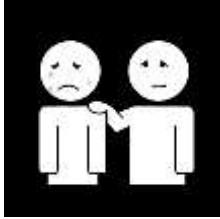





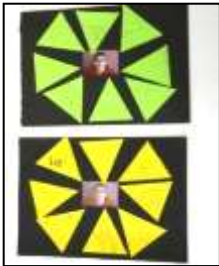

Exemplu de portofoliu

Am inclus atât în portofoliu, cât și în afișajele de pe pereții salii, pe toată durata cursului, trăsăturile pe care trebuie să le aibă un bun partener de sprijin (am atașat imagini și desene).

Caracteristicile erau de fapt diferitele concluzii și gânduri pe care le-au avut participanții în urma unei anumite activități:

Concluzii/gânduri notate în portofoliu	Imagini pentru portofoliu
<p><i>Cunoașterea diferenței dintre timp liber și timp de relaxare.</i></p>	
<p><i>Experiența pe un anume subiect.</i></p>	
<p><i>O rețea socială bună (prieteni, familie și cunoștințe).</i></p>	
<p><i>Respectul față de diversitate.</i></p>	
<p><i>Atitudine deschisa. Atitudine incluziva.</i></p>	

<p><i>Persoana de încredere, confidențialitate.</i></p>	
<p><i>Asculta-i pe ceilalți.</i></p>	
<p><i>Arata empatie: pune-te în locul celuilalt.</i></p>	
<p><i>Învățã să comunici.</i></p>	
<p><i>Deciziile trebuie să fie luate de către persoană, nu de către susținătorul de la egal la egal.</i></p>	

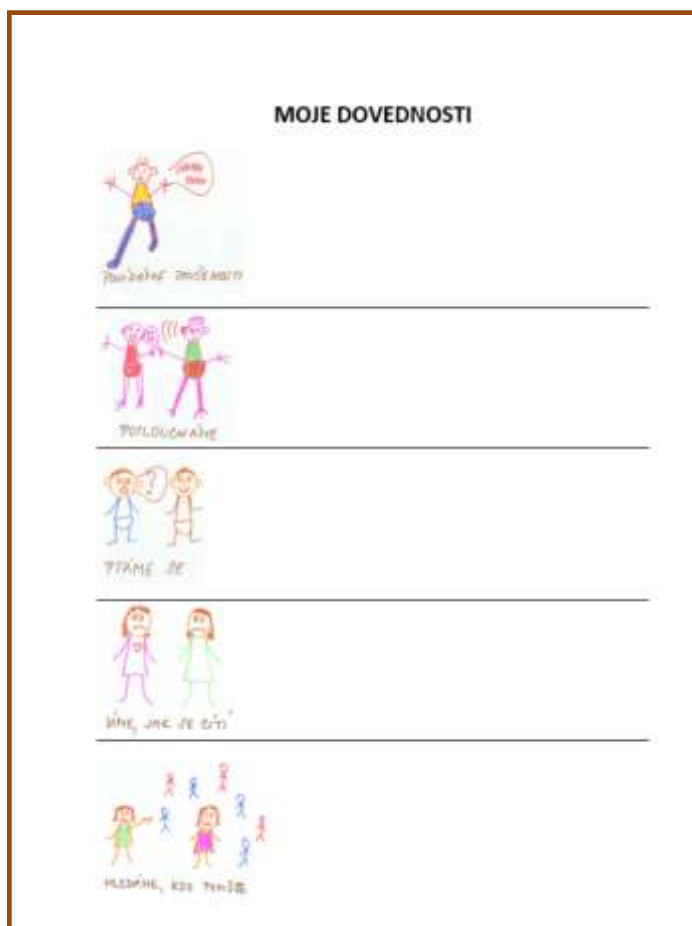
<p><i>Respectă ceea ce a ales sau ceea ce vrea să aleagă persoana.</i></p>	
<p><i>Folosește gândirea pozitivă pentru a încuraja.</i></p>	
<p><i>Fiți parteneri, nu salvatori.</i></p>	

Funcția finală a acestui portofoliu este de a servi drept suport viitorilor colegi, pentru a le reaminti ceea ce au învățat și, implicit, noul lor rol de susținători de la egal la egal.

EXEMPLUL 3

În Cehia, la începutul cursului pilot, participanții au vorbit despre ce înseamnă sprijinul și care sunt aptitudinile de care are nevoie un susținător. Apoi au făcut desene reprezentând procesul de sprijin și aptitudinile principale sub formă de imagini: vorbim despre experiențele noastre, îi întrebăm pe ceilalți, ne întrebăm unii pe ceilalți, ascultăm, îi întrebăm pe alții, știm cum se simt ceilalți, îi căutam pe cei ce pot oferi ajutor. Acestea sunt principalele aptitudini pe care am decis să ne concentrăm în cadrul cursului.

Instructorul a adunat aceste imagini la un loc și a creat un dosar numit APTITUDINILE MELE. Toți instructorii au primit acest dosar de aptitudini.



Deoarece dosarul de aptitudini descrie procesul de sprijin, acesta poate ajuta persoanele instruite să revină și să-și reamintească noțiunile de bază din curs. Am revenit de multe ori la el pe parcursul cursului iar susținătorii trebuie să păstreze materialul și să îl utilizeze inclusiv după finalizarea cursului.

În același timp, am folosit acest material și pentru a măsura progresul personal al fiecărei persoane instruite, pentru fiecare aptitudine de bază. Ori de câte ori persoanele dădeau semne de progres într-una dintre aptitudini, pe parcursul procesului, am menționat acest lucru și persoana respectiva putea să pună un punct roșu lângă imagine, lucru care îi motiva, dar în același timp îi și inspira puternic pe ceilalți. Dacă existau persoane fără niciun punct lângă vreuna dintre aptitudini, îi dădeam ocazia să se antreneze prin exercitiile viitoare, pentru a-și îmbunătăți respectiva aptitudine. A fost important să discutăm despre aptitudinile acumulate după fiecare acțiune sau exercițiu.

De asemenea, am continuat să utilizăm dosarul pentru a măsura progresul aptitudinilor și după sfârșitul cursului, când susținătorii și-au început activitatea în cadrul grupurilor de sprijin. Majoritatea punctelor apăreau în această fază datorită acțiunilor practice efectuate într-o situație concretă și naturală.

Argumente Pro pentru acest material: simplitatea lui. Am descoperit că este eficace să ne concentrăm pe un număr redus de imagini ușor de memorat și să le orientăm pe punctele cele mai importante. Astfel, acest material este ușor și rapid de folosit pe parcursul procesului de predare pentru a reaminti pașii procesului de susținere de la egal la egal.

Argumente Contra acestui material: este un instrument destul de obiectiv care nu spune concret care sunt talentele și progresele susținătorilor. Trebuie să specificați verbal, în plus, aceste lucruri.

EXEMPLUL 4

În Olanda am alcătuit un portofoliu destul de complicat, având două scopuri.

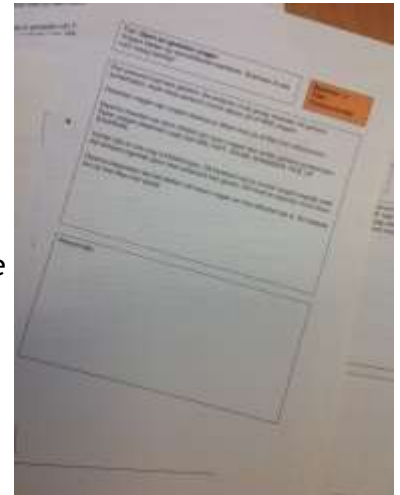
1. Participanții să se poată uita în urma la realizările lor.
2. Persoanele care nu aveau nicio legătură cu instruirea să poată ști ce a făcut participantul, individual.

Am sperat astfel ca portofoliul să ajute la obținerea certificatului olandez de 'Recunoaștere a Competențelor Acumulate', acesta fiind un certificat oficial care ajută CV-ul persoanelor respective.

Portofoliul a fost împărțit în 12 'capitole', fiecare dintre ele fiind marcat cu o anumită culoare. Primele 10 capitole se refereau la aptitudinile pe care trebuie să le învețe sau să și le consolideze susținătorii pe durata cursului.

Am alcătuit câte o fișă pentru fiecare exercițiu și am adăugat-o la portofoliu. Fișa avea conținutul exercițiului efectuat. Textul era destul de lung, dar ajuta persoanele din exterior să înțeleagă ceea ce am făcut.

De asemenea, exista un spațiu pentru mesajul participantului cu privire la aptitudinile sale. A fost mult de lucru, dar oamenii au fost fericiți să primească un feedback personal și pozitiv.



Cel de-al 11-lea capitol din portofoliu a fost completat cu toate informațiile despre persoanele pe care le-am folosit drept exemple de incluziune, rolurile sociale apreciate și sprijinul bun din cadrul sesiunilor noastre de instruire. Exemplele i-au inspirat pe participanți și a fost o idee bună să le oferim ceva care să îi determine să își aducă aminte exact exemplele, pentru ei dar și pentru alții.

Cel de-al 12-lea capitol din portofoliu conținea versiuni goale ale fiecăruia dintre posterele pe care le-am folosit pe parcursul trainingului. Toate aceste postere se bazau pe Gândirea Orientată pe Persoana. Participanții au exersat utilizând aceste postere între ei. Ei pot acum să folosească aceste postere goale atunci când oferă susținere de la egal la egal, în afara cursului.

Acest portofoliu a fost complicat pentru participanți, dar le-a permis să rămână cu ceva din curs. Toți au fost mândri de realizările lor, portofoliul lor fiind dovada în acest sens.



EXEMPLUL 5

Iată în continuare un portofoliu TOPSIDE creat de către ENABLE, care are aprobarea și susținerea lui Kerry.

BUNĂ, EU SUNT KERRY McINNES!



SI SUNT SUSȚINATOR DE LA EGAL LA EGAL!

Am o dizabilitate de învățare.

Am învățat multe despre susținerea altor persoane cu dizabilități de învățare.

Se numește susținere de la egal la egal.

Susținătorii mei sunt alte persoane cu dizabilități de învățare.

Acesta este un dosar cu toate lucrurile pe care le-am învățat.

Vă va arata toată pregătirea pe care am primit-o.

Acest dosar vă va arăta cum vă pot oferi sprijin!

DESPRE MINE:

Numele meu este Kerry McInnes.

Locuiesc în apartamentul meu, în Oban.

Primesc sprijin de la ENABLE, Scotia.

Am 36 de ani.

Am fost instruită pentru a deveni susținător de la egal la egal.

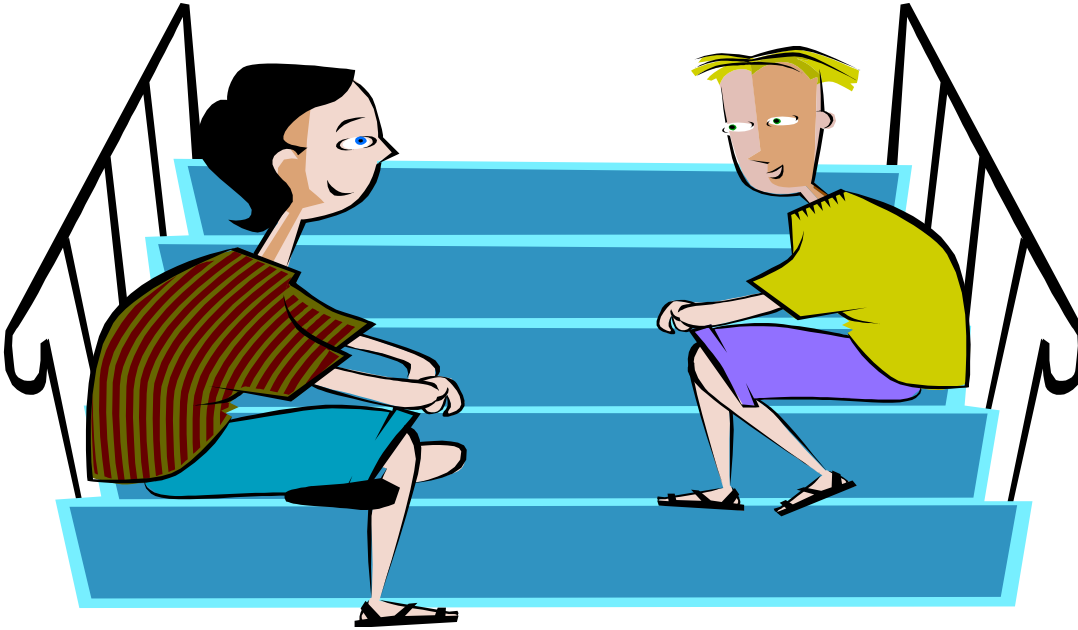
Acestea sunt lucrurile pe care le-am învățat.

Vă rog să imi spuneti dacă vă pot ajuta cu ceva.



Aici ma pregateam să devin un susținător de la egal la egal!

VORBIREA și ASCULTAREA.



Am învățat cum să îi ascult corect pe oameni.

Am învățat să nu vorbesc în timp ce vorbesc ei.

Am învățat să pun întrebări.

Am pus întrebări ca să mă asigur că am înțeles ceea ce imi spuneau.

Toata lumea a fost de acord că am demonstrat că pot face toate aceste lucruri.



Bravo, Kerry!

Ajutor, am nevoie de cineva!



Iata ce am învățat aici:

Am învățat că exista mai multe modalitati de susținere.

Am învățat care sunt avantajele de a face parte dînr-un grup

Am început să invat ce înseamnă susținerea de la egal la egal. Am

învățat că susținerea de la egal la egal înseamnă sa-i ajuti pe oameni să ia deciziile lor proprii.

Am învățat că susținerea de la egal la egal nu înseamnă să îi spui celuilalt ce trebuie să facă!

Am învățat că imi pot folosi propria mea viața pentru a-i ajuta pe alții să ia decizii proprii.

Am învățat că le pot vorbi oamenilor despre lucruri care mi s-au întîmplat mie în viața.

Asta îi poate ajuta să ia propriile lor decizii.



Bravo, Kerry!

Susținătorii de la egal la egal – în cine poți să ai încredere?



Iată ce am învățat aici!

Am învățat că a fi un susținător de la egal la egal este o activitate importantă!

Am învățat că este important să nu le spui oamenilor ce ar trebui să facă.

Am învățat că este treaba mea să-i ajut pe alții să se gândească la toate opțiunile.

Opțiunile sunt alegeri diferite pe care le poți face atunci când te hotărăști să faci ceva!

Am învățat că lucrurile pe care ți le spun ceilalți sunt confidențiale.



Am învățat că asta înseamnă că nu ai voie să le spui altora ceea ce-ți spune cineva!

Daca tu crezi că trebuie să îi spui și altcuiva, trebuie mai întâi să o întrebi pe persoana respectiva dacă este de acord.

Asta înseamnă respect față de persoana respectivă.

Am învățat că singurul caz în care informația nu este confidențială este atunci când cineva poate abuza sau îi poate face rău persoanei pe care o ajuți.

Am învățat ca, dacă auzi așa ceva, trebuie să îi spui cuiva care poate să ajute.

Am învățat că trebuie să îi comunici și persoanei respective faptul că va trebui să spui asta altcuiva.

Am învățat să ofer susținere de la egal la egal prin practică.

Am învățat să fac asta ascultând multe povești despre problemele pe care le-au avut persoanele respective.

Am învățat asta vorbind cu alte persoane în grup despre problemele lor. Ne-am acordat reciproc susținere de la egal la egal!

Am făcut multa practică fiind susținător!

Am învățat să nu iau nicio decizie înainte de a cunoaște toate faptele!

Am învățat că e important să fii calm.

Am învățat că este important să-i ajuți pe oameni să se calmeze dacă sunt supărați sau furioși.



Bravo, Kerry!

Ce trebuie să faci și ce trebuie să
obții!



Iată ce am învățat aici.

Am învățat că toți avem drepturi.

Am învățat că a avea drepturi înseamnă că oamenii trebuie să te trateze la fel ca pe oricine altcineva.

Am învățat totul despre diferitele drepturi pe care trebuie să le avem cu toții.

Am învățat că este important să ne asigurăm că oamenii își cunosc drepturile.

Am învățat că mulți oameni cu dizabilități de învățare nu sunt întotdeauna tratați la fel ca ceilalți oameni.

Am învățat cum poate ajuta un susținător în cazurile în care unii oameni sunt tratați diferit față de ceilalți.



Bravo, Kerry!

SO MANY CHOICES!

Make good
Choices!

I'M IN CHARGE!!



Iată ce am învățat aici!

Am învățat că există mai mulți oameni care îți pot acorda sprijin.

Am învățat că oamenii pot avea nevoie de sprijin de la oameni diferiți, în momente diferite.

Am învățat că persoana care primește sprijin o alege pe cea care să-i ofere sprijin.

Am învățat că susținătorul poate ajuta persoana să decida cine este mai bine să-i ofere sprijin.

Am învățat toate motivele corecte pentru care să fii un susținător de la egal la egal.



Bravo, Kerry!



Iată ce am învățat aici.

Am învățat să văd diferitele probleme pe care le-ar putea avea oamenii.

Am învățat să mă gândesc la ce fel de sprijin le-as oferi dacă as fi susținător de la egal la egal.

Am învățat să nu uit să ascult cu atenție întotdeauna.

Am învățat să nu uit să pun întrebări persoanei.

Am învățat că asta mă va ajuta să înțeleg ce-mi spune de fapt.

Am învățat încă o dată să ajut persoana pe care o susțin să se gândească la toate alegerile posibile pe care le are.

Am învățat încă o dată să mă asigur că nu-i spun persoanei ce alegere să facă.

Am învățat încă o dată că persoana trebuie să poată lua propria sa decizie.



Bravo, Kerry!



Iată ce am învățat aici.

Am învățat că toți trebuie să facă parte din comunitatea lor.

Am învățat că toți trebuie să primească sprijin pentru a deveni parte din comunitatea lor.

Am învățat că lucrătorii trebuie să știe cum să îi ajute pe oameni să devină parte din comunitatea lor.

Am învățat că lucrătorii trebuie să ajute la stabilirea legăturilor cu alți oameni din comunitate.

Am învățat că oamenii trebuie să primească sprijin pentru a întâlni noi prieteni.

Am învățat că oamenii trebuie să primească sprijin pentru a se împrieteni cu oricine doresc, nu doar cu oameni care au dizabilități de învățare.

Am învățat că oamenii trebuie să primească sprijin pentru a avea aceleași drepturi ca toți ceilalți.

Am învățat că toata lumea crede că ar fi mai bine dacă persoanele cu dizabilități de învățare ar primi mai mult sprijin din partea prietenilor și vecinilor sau a membrilor familiilor lor.

Am învățat că este treaba lucrătorilor să îi ajute pe oameni să-și facă noi prieteni.

Am învățat că oamenii cu dizabilități de învățare îi pot ajuta pe alții în comunitate.

Am învățat că oamenii cu dizabilități de învățare au multe de oferit celorlalti.

Am învățat că oamenii cu o dizabilitate de învățare pot imbunatati viața altora, dar și pe a lor.



Bravo, Kerry!



- DECIZII, DECIZII...!!

Iată ce am învățat aici.

Am învățat că oamenii pe care îi ajut ca susținător de la egal la egal trebuie să poată lua decizii proprii.

Am învățat că oricine poate lua decizii gresite uneori.

Am învățat că uneori ceea ce pare a fi o decizie greșită poate să iasă bine până la urmă!

Am învățat că oamenii pot învăța mult din greșelile pe care le fac.

Am învățat să respect deciziile pe care le iau oamenii.

Am învățat că dacă le spun oamenilor despre greșelile din viața mea, asta îi poate ajuta să ia cea mai bună decizie.

LEARN FROM THE
MISTAKES OF OTHERS.
YOU CAN'T LIVE LONG
ENOUGH TO MAKE
THEM ALL YOURSELF.

Am învățat că susținerea de la egal la egal înseamnă că oamenii să se ajute reciproc.

Am învățat că, dacă le spun oamenilor ceea ce știu, asta îi poate ajuta să decida ce să facă.

Am învățat că doar oamenii cu dizabilități de învățare știu ce înseamnă să ai o dizabilitate de învățare.

Am învățat că a-i ajuta pe alți oameni cu dizabilități de învățare înseamnă, de fapt, să oferi sprijin de la egal la egal.



Bravo, Kerry!



Ei, nu e chiar tot!

Am învățat că oamenii ma pot contacta dacă doresc să le ofer sprijin de la egal la egal.

Am învățat că voi primi sprijin din partea unui instructor sau mentor, dacă am nevoie.

Am învățat că acest instructor ma va ajuta doar să ma gandesc cum să ofer sprijin la randul meu.

Am învățat că instructorul nu imi va spune ce să fac.

Am învățat că instructorul ma va ajuta să ma gandesc la alegerile mele.

Am învățat că asta ma va ajuta să ma asigur că nu-i spun ce să facă persoanei careia îi ofer sprijin. Am învățat că asta ma va ajuta să ofer suport astfel incat persoana să se gandeasca la alegerile pe care le poate face!



Bravo, Kerry!



Inclusion Europe



Programul
Învățare pe
toată durata vieții



Cu sprijinul programului Programul învățare pe toată durata vieții al Uniunii Europene.

www.peer-training.eu