Національний банк України

superhumans Center

Конспект для педагога

для проведення освітньої розмови

"Поважай та розумій"

#SuperCoins #ПоважайРозумій #ЩедрийВівторок

ОПИС ОСВІТНЬОЇ РОЗМОВИ

Освітня розмова з дітьми "Поважай та розумій" – це бесіди педагогів з дітьми про правила комунікації та етику спілкування з людьми з інвалідністю.

Це заняття про важливі етичні принципи та правила, що допоможуть уникати помилок у комунікації та сприятимуть створенню комфортного та шанобливого середовища під час спілкування.

Під час заняття діти дізнаються, як взаємодіяти, виявляючи повагу, уникати стереотипів, правильно використовувати мовні вирази і створювати атмосферу взаєморозуміння під час спілкування з людьми з інвалідністю.

Матеріали підходять для проведення освітньої розмови для учнів середньої, старшої школи та студентів. Для проведення освітньої бесіди для дошкільнят та учнів молодшої школи матеріали потребують адаптації. Деякі адаптовані пояснення є в додаткових джерелах, зазначених у цьому конспекті.

Матеріали підготовлені в межаж благодійної акції зі збору монет #SuperCoins, яку організували Національний банк України та Superhumans Center (сучасна клініка з протезування, реконструктивної хірургії, реабілітації та психологічної підтримки постраждалих від війни). Мета акції – об'єднати зусилля та зібрати кошти для допомоги українським військовим, які постраждали внаслідок бойових дій.

Матеріали підготовлені Національним банком України та Superhumans Center.

ПЛАН ОСВІТНЬОЇ РОЗМОВИ

1. Вступ.

2. Стереотипи у спілкуванні з людьми.

- Що таке стереотипи? Приклад негативного стереотипу.
- Як виникають стереотипи про людей з інвалідністю?
- Як негативні стереотипи заважають спілкуванню?
- Обговорення з дітьми, чи помічали вони якісь стереотипи або упередження щодо себе.

3. Вчимося не робити припущень про можливості людини, зважаючи на її інвалідність.

- Приклади українців, які мають інвалідність та досягли професійних успіхів.
- Розвінчуємо стереотипи про людей з порушенням слуху.
- Розвінчуємо стереотипи про людей з порушенням зору.
- Розвінчуємо стереотипи про людей з протезами.
- Перегляд відео про людей з інвалідністю, які досягли професійних успіхів.

4. Вчимося уникати стереотипу про те, що люди з інвалідністю завжди потребують допомоги і не можуть впоратися з повсякденними завданнями самостійно.

- Поради про те, як правильно пропонувати та надавати допомогу людині з інвалідністю.
- Виконання вправи, що допоможе дітям краще зрозуміти, як люди з інвалідністю можуть справлятися самостійно з різними побутовими справами.
- Перегляд відео про людей з протезами, про те, як вони справляються з повсякденними життєвими завданнями.
- Приклади життєвих ситуацій, які допоможуть дітям краще зрозуміти, чому допомога, про яку не просять, може образити.

5. Підтримка, а не жалість. Вчимося уникати стереотипу про те, що люди з інвалідністю, крім допомоги, потребують жалості.

- Поради про те, як виявляти гідність та повагу у спілкуванні з людьми з інвалідністю.
- Приклади життєвих ситуацій, які допоможуть дітям краще зрозуміти, як жалість може вплинути на самопочуття людини.
- Поради про те, як поважати особисту приватність людей з інвалідністю.
- Приклади життєвих ситуацій, які допоможуть дітям краще зрозуміти важливість поважати та не порушувати особисту приватність кожної людини.
- Обговорення з дітьми досвіду спілкування з людьми з протезами.
- Основні поради, як надати людині з інвалідністю підтримку, а не жалість.

6. Правильні слова та вирази: словник безбар'єрності.

7. Висновки.

8. Додаткові поради про те, як вести ввічливу і дружню розмову з людиною з інвалідністю, виявляючи розуміння та повагу.

9. Додаткові прості поради про те, як подякувати ветерану / військовому в громадському місці.

10. Додаткове пояснення щодо правил етичного спілкування з військовими з протезами (для дітей молодшої школи).

11. Додаткові ресурси.

1. ВСТУП

Слайди презентації 1-2

Дорогі діти!

Сьогодні ми поговоримо про дуже важливу тему **–** як правильно та з повагою спілкуватися з людьми з інвалідністю. На нашій планеті живе 8 млрд людей. За оцінками Всесвітньої організації охорони здоров'я, понад мільярд із них мають певну форму інвалідності.

Щодня ми можемо зустрічати людей з видимою інвалідністю. Але нам важливо пам’ятати, що ці люди такі ж, як і ми: зі своїми мріями, почуттями та бажаннями.

Також серед нас є справжні герої – це наші захисники та захисниці, які обороняли нашу державу та отримали певні травми війни і мають на сьогодні різні форми інвалідності.

Щоб створити дружнє та комфортне середовище для всіх, давайте розглянемо кілька простих правил спілкування.

Слайд презентації 3

2. Стереотипи у спілкуванні з людьми з інвалідністю – як їх уникати.

Уникайте стереотипів у спілкуванні

Стереотипи — це спрощене уявлення або думка про якусь групу людей або явище, що зазвичай не враховує індивідуальні відмінності. Стереотипи можуть бути шкідливими, тому що вони змушують нас судити про людей без справжнього знання, якими вони є насправді.

Приклад стереотипу: "Всі, хто носить окуляри, багато читають". Чи це завжди так?

Звісно, це не завжди так! Порушення зору можуть бути викликані масою причин: це можуть бути вроджені порушення або набуті внаслідок травми, або зір погіршився через тривалу роботу за комп’ютером чи в телефоні, через погане освітлення, сухість очей, шкідливі звички, проблеми із хребтом, неправильним харчуванням або перевтомою.

Тому не можна говорити, що всі люди, які носять окуляри, однакові, так само не можна сказати, що всі люди з інвалідністю однакові. Кожна людина має свої інтереси, здібності, таланти, тому ми не повинні судити людей за їхніми зовнішніми ознаками.

Слайд презентації 4

Як виникають стереотипи про людей з інвалідністю?

Стереотипи про людей з інвалідністю виникають через брак розуміння, недостатню освіту та досвід взаємодії з ними. Ось кілька причин, чому ці стереотипи формуються:

- **брак інформації:** люди можуть не знати достатньо про те, що таке інвалідність і як вона впливає на життя людини. Вони можуть не розуміти, що люди з інвалідністю можуть жити повноцінним життям і досягати великих успіхів;
- **медіа:** фільми, телевізійні шоу і новини часто зображують людей з інвалідністю як дуже слабких і залежних. Це створює неправдиве уявлення, що люди з інвалідністю постійно потребують допомоги;
- **соціальна ізоляція:** якщо люди не мають друзів чи знайомих з інвалідністю, вони можуть формувати свої уявлення на основі того, що чули або бачили в медіа, а не з реального досвіду. Це може призвести до хибних уявлень і стереотипів;
- **історичні упередження:** в минулому людей з інвалідністю часто ізолювали або вважали нездатними до повноцінного життя. Ці старі уявлення все ще можуть впливати на сучасне суспільство, навіть якщо ми вже знаємо, що вони неправильні.

Ці стереотипи можуть бути шкідливими, тому що вони заважають людям з інвалідністю бути прийнятими в суспільстві на рівних умовах. Боротися з ними можна за допомогою освіти, спілкування і створення можливостей для інтеграції людей з інвалідністю у всі сфери життя.

Слайд презентації 5

Негативні стереотипи заважають спілкуванню.

Негативні стереотипи справді можуть серйозно вплинути на наше спілкування. Коли ми тримаємося за такі стереотипи, це може призвести до проявів неповаги і навіть образити людину. Давайте розвінчувати ці стереотипи і вчитися будувати дружню та чесну кумунікацію!

Приклад негативного стереотипу про успішність у навчанні: "якщо ти добре навчаєшся, ти, напевно, нудний і не знаєш, як розважатися."

Як це вплине, якщо в інших учнів буде такий стереотип?

- **Це може позбавити шансу на дружбу:** учні можуть уникати спілкування з тими, хто має високі оцінки, через упередження, що такі люди не можуть бути веселими.
- **Відчуття відчуження:** коли вас не запрошують на день народження чи до участі в певних іграх чи інших активностях через ваші успіхи в нав-

чанні, ви можете відчувати себе відчужено і неприємно. Це може змусити вас думати, що вас не приймають або не поважають через ваші досягнення.

Слайд презентації 6

Обговорення з дітьми:

Щоб діти краще зрозуміли, чому варто уникати стереотипів у спілкуванні, запитайте в дітей, чи помічали вони якісь стереотипи або упередження щодо себе. Наприклад: "Діти, згадайте ситуації, коли до вас ставилися з певним упередженням. Що ви відчували? Чи було це неприємно?" Щоб діти були відкриті і готові поділитися своїми думками, ви можете розповісти про власний досвід. Це допоможе створити атмосферу довіри і комфорту.

3. Вчимося не робити припущень про можливості людини, зважаючи на її інвалідність.

Слайд презентації 7

Не робіть припущень про можливості людини, зважаючи на її інвалідність.

Існує багато стереотипів про людей з інвалідністю, які можуть бути несправедливими. Наприклад, деякі люди думають, що люди з інвалідністю не можуть досягти визначного успіху в житті. Ці помилки можуть заважати справжньому розумінню і спілкуванню з людьми, які мають інвалідність. Важливо пам'ятати, що кожна людина унікальна, має унікальні таланти, незважаючи на інвалідність.

Як уникати стереотипів?

Замість того, щоб вірити в стереотипи, **спробуйте дізнатися більше про людину.** Пам’ятайте, що люди з інвалідністю можуть досягати великих успіхів і вести активне життя, як і будь-хто інший. Будьте відкритими і підтримуйте людей навколо вас без упереджень.

Слайд презентації 8

Перейдемо до реальних прикладів та реальних особистостей.

1. Стереотип про людей з порушенням слуху.

Існує хибне уявлення, що люди з порушенням слуху уникають комунікації з іншими людьми і спілкуються виключно жестовою мовою. Це не так. Часто ми можемо навіть не знати про те, що у співбесідника є порушення слуху, адже почути нас йому допомагає сучасне протезування слуху або людина може читати по губам.

Через те, що слуховий і мовний апарати тісно пов’язані, мовленнєві навички в дітей з порушеннями слуху можуть бути розвинуті гірше. Проте діти, які вчасно отримали слухопротезування, успішно наздоганяють ровесників як у розвитку мовлення, так і в соціальних навичках, бо жодного впливу на розумові здібності порушення слуху не мають.

Слайд презентації 9

Український банкір **Андрій Пишний** втратив слух уже в дорослому віці. Він відкрито ділиться пережитим досвідом (посилання на виступ на ютуб-каналі “Форбз”: https://www.youtube.com/watch?v=v-tYp6_UUhU), адже це не стало на заваді його професійному зростанню. Сьогодні пан Андрій очолює Національний банк України. Він є співзасновником громадської організації «Відчуй», яка допомагає адаптації людей, які втратили слух або мають порушення слуху з народження.

Слайд презентації 10

2. Стереотип про людей з порушенням зору.

Часто припускають, що люди з порушенням зору не можуть вести активний спосіб життя або виконувати складні професійні завдання. Насправді багато людей з порушенням зору є успішними юристами, вченими, музикантами та спортсменами.

Слайд презентації 11

Наприклад, **Руслан Рубель** – спортсмен, який у 44 роки повністю втратив зір. На той момент він не займався спортом. Зараз Руслан є переможцем чемпіонату Європи зі скандинавської ходи, бере участь у марафонах та змаганнях з плавання і триатлону, сам організовує змагання та є активним учасником спортивної спільноти! Руслан багато років розвиває в Україні скандинавську ходьбу серед слабозорих і незрячих людей.

Слайд презентації 12

3. Стереотип про людей з протезами.

Стереотипи про людей із протезами часто формуються через неправильні уявлення про їхні можливості. Деякі думають, що люди з протезами не можуть бути фізично активними або потребують постійної допомоги. Але насправді багато людей з протезами ведуть активний спосіб життя, займаються спортом, працюють у різних сферах та досягають значних результатів у своїй діяльності. Протези допомагають їм долати фізичні бар'єри, але не визначають їх як особистостей. Важливо розуміти, що люди з протезами можуть жити повноцінним життям і досягати всього, чого вони прагнуть.

Слайди презентації 13-14

Руслана Данілкіна — ветеранка, яка після поранення і протезування займається реабілітацією військовослужбовців, допомагає їм призвичаїтися до протезів і показує своїм прикладом, що активне й повноцінне життя після поранення продовжується. З вересня 2023 року вона є частиною команди Superhumans — центру протезування, реконструктивної хірургії та реабілітації постраждалих від війни.

Відео про Руслану Данілкіну за посиланням: https://www.youtube.com/watch?v=bLbF31zy9sk.

4. Вчимося уникати стереотипу про те, що люди з інвалідністю завжди потребують допомоги і не можуть впоратися з повсякденними завданнями самостійно.

Слайд презентації 15

Поговоримо про ще один поширений стереотип про те, що люди з інвалідністю завжди потребують допомоги і не можуть впоратися з повсякденними завданнями самостійно. Це може призводити до надмірної опіки або, навпаки, до ігнорування їхніх реальних можливостей.

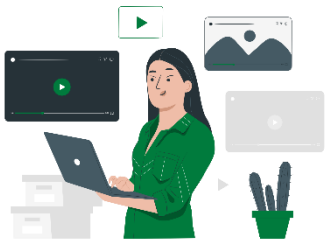
Хтось може користуватися кріслом колісним, мати протез або не бачити. Але це не означає, що їм завжди потрібна допомога.

Діти, коли ви бачите людину, яка користується кріслом колісним або з протезом та хоче щось зробити, дуже важливо не кидатися допомагати одразу. Натомість краще запитати: "Чи потрібна вам допомога?" Це показує, що ви поважаєте цю людину і її вибір. Якщо вона відповість, що може справитися сама, ми маємо це прийняти і не наполягати.

Люди з інвалідністю можуть потребувати допомоги в якихось ситуаціях, але це не означає, що вони не здатні справлятися з повсякденними завданнями. Тож давайте завжди будемо поважати їхню незалежність і не забувати запитувати, перш ніж надавати допомогу!

Для того, щоб діти краще зрозуміли, як люди з інвалідністю можуть справлятися самостійно з певними побутовими справами, можна зробити вправу та/або подивитися відео.

Слайди презентації 16-18



Відео: *давайте подивимося приклади про людей з протезами, про те, як вони справляються з повсякденними завданнями та підкорюють гірські вершини.*

Посилання на відео про те, як люди з інвалідністю справляються з повсякденними завданнями: https://www.instagram.com/p/C_ILTvINBY-/ .

Посилання на відео, як люди на протезах підкорюють гірські вершини: https://www.instagram.com/p/C_C7oUgtJ0B/, https://www.instagram.com/p/C-A39AOphgI/.

Отже, чи дійсно, якщо в людини є інвалідність, то їй завжди потрібна наша допомога? Ні, не завжди. Важливо не припускати, що людина не може щось зробити сама. Наприклад, ви бачите, що людина, яка користується кріслом колісним, збирається відкрити двері. Що краще зробити?

Діти дають відповідь: правильна відповідь – це запитати, чи потрібна допомога!

Точно! Завжди краще спитати, чи потрібна допомога, і поважати відповідь. Якщо людина каже, що справиться сама, слід прийняти це і не наполягати.

Найкращий спосіб допомогти — це запитати, чи потрібна ваша допомога, і поважати відповідь.

Якщо людина погодилася на вашу допомогу, але ви не знаєте, як правильно надати допомогу, не соромтеся запитати, якщо не знаєте, як правильно діяти. Людина з інвалідністю краще за всіх знає свої потреби, тому запитання на зразок «Чим я можу допомогти?» покаже вашу щирість та бажання бути корисним. Однак робіть це делікатно та з повагою.

Давайте поговоримо про те, чому допомога, про яку не просять, може образити будь-кого.

Педагог наводить дітям один із нижченаведених прикладів життєвих ситуацій, які могли статися з дітьми в реальному житті. Також можна попросити дітей пригадати подібні ситуації, що траплялися з ними, щоб діти краще зрозуміли «чому допомога, про яку не просять, може образити будь-кого». Щоб дітям було легше поділитися, педагог може розповісти приклад із власного життя.

Слайд презентації 19

Приклад про нав'язливу допомогу (для учнів молодшої школи)

Приклад 1: Гойдалка в парку

Уявіть, що ви намагаєтеся самостійно розгойдати гойдалку в парку. Ви вже добре тримаєтеся і от-от почнете розгойдуватися все сильніше. Але

раптом хтось підходить і починає вас гойдати без попередження. Це зіпсувало вам задоволення, тому що ви хотіли зробити це самостійно.

Приклад про нав'язливу допомогу (для учнів середньої та старшої школи, студентів)

Слайд презентації 20

Приклад 2: Приготування їжі

Припустимо, ви готуєте вечерю для себе або сім'ї. Ви маєте свій рецепт і спосіб приготування. Але хтось у вашій родині бачить вас на кухні і починає нав'язливо пропонувати свої поради або навіть додавати інгредієнти у страву. Це може викликати розчарування, адже ви хочете приготувати їжу своїм способом і за своїм рецептом.

Слайд презентації 21

Приклад 3: Прання одягу

Уявіть, що ви самостійно завантажуєте пральну машину і налаштовуєте режим прання для свого одягу. Ви вже знаєте, як налаштувати машину, щоб не зіпсувати речі. Але хтось із домашніх починає нав'язливо змінювати налаштування або перелаштовувати цикл прання. Це може дратувати, адже ви й так знали, як це зробити правильно.

Слайд презентації 22

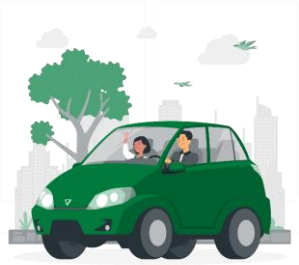
Приклад 4: Математичне завдання

Уявіть, що ви намагаєтеся вирішити математичну задачу, над якою довго працювали. Ви близькі до розв'язання, але раптом хтось підходить і не запитавши починає вам допомагати або навіть самостійно вирішує завдання замість вас. Замість того, щоб відчувати полегшення, ви відчуваєте розчарування. Це більше не ваш успіх, ви не мали можливості самостійно подолати виклик.

Слайд презентації 23

Приклад про нав'язливу допомогу (для студентів)

Приклад 5: Керування автомобілем



Припустимо, ви щойно отримали водійські права і вперше сідаєте за кермо самостійно. Ви відчуваєте впевненість, але ваш пасажир, наприклад старший родич, постійно втручається у процес, підказуючи, як саме вам потрібно діяти, навіть якщо ви вже добре знаєте, що робите. Це може не тільки дратувати, але й викликати сумніви у власних навичках, хоча до цього моменту ви були впевнені в собі.

Подібна ситуація може виникнути, коли людина з інвалідністю стикається з нав'язливою допомогою. Незалежно від обставин ми всі прагнемо самостійно вирішувати свої завдання і досягати результатів власними силами. Коли хтось втручається без попередження, це може знецінити зусилля, знижуючи впевненість у собі і своїх можливостях.

Слайди презентації 24-26

Ось приклади нав'язливої допомоги людині з інвалідністю, яку вона може не потребувати або яка може її образити:

1) супроводження без запиту: наприклад, людина на кріслі колісному перетинає вулицю, раптом хтось починає штовхати крісло, щоб "допомогти", не питаючи, чи потрібна допомога. Це може бути принизливо, тому що таку дію розцінюють як недовіру до здатності людини самостійно впоратися;

2) допомога під час підйому по сходах: якщо людина з інвалідністю піднімається сходами або намагається сісти в транспорт, інші можуть поспішити допомогти, навіть не запитавши, чи потрібно це. Це може створити враження, що вона не може самостійно впоратися з цим завданням;

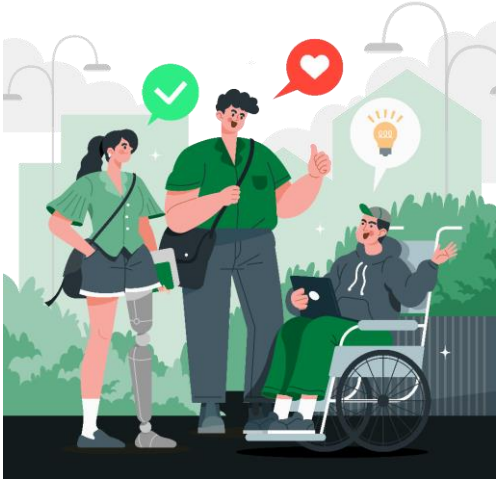
3) зайві поради: постійні поради щодо того, як людині з інвалідністю краще щось зробити, навіть коли вона цього не просила, можуть бути нав'язливими і образливими, тому що в такий спосіб ви показуєте, що сумніваєтеся в її здатності приймати самостійні рішення;

4) гіперопіка: наприклад, коли хтось наполегливо пропонує нести сумку або виконувати прості завдання, які людина з інвалідністю може зробити самостійно. Це може бути сприйнято як відсутність поваги до її самостійності;

5) допомога без пояснень: іноді люди починають робити щось для людини з інвалідністю, наприклад, відкривати двері, не пояснюючи своїх дій. Така допомога може бути незручною або навіть небезпечною, якщо людина не була до цього готова.

Тому важливо завжди запитувати: "Чи потрібна вам допомога?" Це не тільки прояв поваги до людини, але й визнання її права на самостійність і незалежність. Люди з інвалідністю, як і всі інші, хочуть мати можливість діяти самостійно, а наше завдання — підтримати їх у цьому прагненні.

5. Підтримка, а не жалість. Вчимося уникати стереотипу про те, що люди з інвалідністю, крім допомоги, потребують жалості.



Слайд презентації 27

Іноді люди думають, що люди з інвалідністю, крім допомоги, потребують жалості. Але це неправильно. Через такий стереотип люди з інвалідністю часто стають об’єктом жалості, що може призвести до приниження їхньої гідності. Багато людей з інвалідністю можуть робити багато речей самостійно і їм важливо відчувати підтримку, а не жалість.

Виявляйте повагу. Основне правило у спілкуванні з людьми з інвалідністю — це повага. Незалежно від типу інвалідності людина залишається особистістю з власними почуттями, бажаннями та амбіціями. Під час розмови уникайте вияву жалості або надмірної опіки, адже це може створити відчуття приниження.

Педагог наводить один із нижченаведених прикладів життєвих ситуацій, які могли статися з дітьми в реальному житті. Це допоможе дітям краще зрозуміти, як жалість може влинути на самопочуття людини.

Слайди презентації 28-29

Приклад 1: Нова школа

Уявіть, що ви щойно перейшли до нової школи. Це ваш перший день, все навколо здається новим і незнайомим. Ви ще не знаєте, де що знаходиться, не знаєте, з ким можна дружити. На обідній перерві ви сидите самі за столиком і почуваєтеся трохи незатишно.

В цей час кілька ваших нових однокласників помічають, що ви виглядаєте самотнім. Замість того, щоб підійти і запропонувати компанію або запитати, як у вас справи, деякі з них починають говорити між собою: "Бідний новий учень, він такий самотній і не знає, як знайти друзів."

Чому це неприємно?

Коли діти ставляться до вас з жалістю, це може виглядати так, ніби ви нездатні впоратися з ситуацією самостійно або ніби вам потрібна особлива увага. Це може зробити вас ще більш невпевненим і самотнім, адже всі навколо помічають ваші труднощі і обговорюють їх. Вам може бути важко вписатися в новий колектив, коли ви відчуваєте, що на вас постійно звертають увагу через вашу самотність.

Слайди презентації 30-31

А тепер уявіть, що ця ситуація стосується людей з інвалідністю.

Люди з інвалідністю теж можуть відчувати себе самотніми або некомфортно, якщо до них ставляться з жалістю. Це може створити враження, що вони не можуть зробити багато чого самостійно або що їм завжди потрібна допомога. Це може принизити їх і змусити відчувати себе менш впевненими.

Приклад: Іван, який використовує крісло колісне та грає в баскетбол

Уявіть, що у вас є друг на ім'я Іван, який використовує крісло колісне. Іван дуже захоплюється спортом і бере участь у баскетбольних матчах для людей з інвалідністю. Одного дня після гри деякі з ваших однокласників / одногрупників помічають Іва-

на, який виглядає виснаженим, але щасливим від своєї перемоги.

Замість того, щоб підтримати його досягнення і радіти разом із ним, кілька з ваших друзів починають говорити між собою: "Бідний Іван, він так тяжко працює, щоб досягти своїх цілей". Вони виражають жалість замість того, щоб відзначити його успіхи та здібності.

Чому це неприємно?

Хоча ваші наміри можуть бути добрими, жалість може мати негативний вплив. Коли ви ставитеся до Івана з жалістю, це може створити враження, що ви вважаєте його досягнення менш значними або що його зусилля не заслуговують на визнання. Іван може відчути, що його вміння і перемоги сприймаються не як результат його важкої роботи, а як щось, що викликає співчуття. Це може зменшити його впевненість у своїх силах і віру у власні досягнення.

Що можна зробити, щоб підтримати Івана?

1. ***Похваліть його досягнення:*** *відзначайте, як добре він грає в баскетбол і як багато він досягнув завдяки своїм зусиллям і наполегливості.*
2. ***Будьте відкритими і підтримуйте:*** *розпитайте Івана про його захоплення спортом, заохочуйте його продовжувати займатися тим, що йому подобається.*
3. ***Ставтеся як до рівного:*** *сприймайте Івана не як людину, яка потребує жалю, а як талановитого спортсмена, чия робота заслуговує на повагу.*

Слайди презентації 32-33

Приклад: військовий з протезом

Уявіть, що ви разом із батьками / друзями йдете торговим центром і раптом бачите військового, який стоїть у черзі до каси. Він має протез ноги та вдягнений у військову форму. Деякі люди в черзі звертають на нього увагу, хтось навіть шепоче: "Бідолаха, йому, напевне, тепер важко жити з таким протезом."

Чому це неприємно?

Коли люди говорять такі речі, навіть тихо, це може засмутити військового. Він може відчути, що його бачать не як сильну і відважну людину, яка пройшла через багато випробувань та зробила багато подвигів, а як того, кого треба жаліти через його протез. Це знецінює його заслуги і може змусити його почуватися ніяково.

Як можна підтримати?

1. ***Будьте ввічливі та висловіть повагу:*** *якщо ви хочете висловити підтримку, скажіть йому щось на зразок: "Дякую за вашу службу." Це покаже вашу повагу і вдячність.*
2. ***Не акцентуйте увагу на протезі:*** *ставтеся до військового як до будь-якої іншої людини, не зосереджуючись на його протезі.*
3. ***Поводьтеся природно:*** *якщо ви не впевнені, що сказати, просто усміхніться і дайте йому зрозуміти, що ви його поважаєте.*

Таке ставлення допоможе військовому відчути, що його цінують за його мужність і службу, а не проявляють увагу тільки через протез.

Слайди презентації 34-35

Приклад: знайомий військовий з протезом

Уявіть собі, що у вашому дворі живе військовий на ім'я Сергій, який через війну має протез ноги. Сергій дуже активний: грає з дітьми у футбол, допомагає сусідам з різними справами та завжди усміхнений. Одного дня ви бачите, як він косить траву біля свого будинку. Ваші знайомі починають шепотітися: "Як Сергій може це робити з протезом? Напевно, йому дуже важко."

Чому це неприємно?

Коли хтось говорить про Сергія так, ніби його протез робить його слабким або обмеженим, це може його засмутити. Він може відчути, що його зусилля не помічають, і що його бачать лише через його протез, а не як людину, яка вміє і може робити багато речей самостійно.

Як можна підтримати Сергія?

1. ***Похваліть його вміння:*** *скажіть Сергію, що він відмінно справляється зі своїми справами, що його енергія надихає вас.*
2. ***Не акцентуйте увагу на протезі:*** *поважайте Сергія як людину, яка може робити все, що їй хочеться, не зосереджуйтеся на його протезі.*
3. ***Подякуйте за службу:*** *висловіть свою вдячність Сергію за те, що він захищав нашу країну. Це покаже, що ви цінуєте не лише його як людину, а й його внесок у ваше майбутнє.*

Таке ставлення продемонструє Сергію, що ви цінуєте його як людину і поважаєте його за службу та досягнення.

Слайд презентації 36

Поважайте приватність.

1. **Не питайте про інвалідність без вагомої причини.** Дайте людині можливість вирішувати, що і коли їй розповідати. Не запитуйте надто особистих питань про протез чи обставини його отримання, якщо людина не виявляє ініціативи поділитися цією інформацією.

Памятайте! Протез — це частина тіла людини. Не торкайтеся його без дозволу і не звертайте на нього надмірну увагу, якщо людина сама про це не говорить.

2. **Не фотографуйте людину без її дозволу.** Кожна людина має право на особисту приватність. Це означає, що ніхто не має права фотографувати її без дозволу, незалежно від того, є в неї інвалідність чи ні. Для людини з протезом це особливо важливо, оскільки вона може вважати такі фотографії вторгненням у свій особистий простір.

Педагог наводить приклад життєвої ситуації, яка могла статися з дітьми в реальному житті. Це допоможе дітям краще зрозуміти, чому важливо поважати та не порушувати приватність кожної людини.

Слайд презентації 37

Приклад 1: сімейні обставини

Ситуація: *ваш однокласник / одногрупник Олексій нечасто розповідає про свою сім'ю. Інша учениця, Ліза, дізнається, що Олексій живе з одним із батьків і запитує: "А чому ти живеш тільки з мамою? Що сталося з твоїм татом?"*

Чому це некоректно: *це питання порушує особисте життя Олексія і його родини. Він може бути не готовим ділитися деталями про свою сімейну ситуацію і може відчувати себе дискомфортно, коли його особисті обставини стають темою для обговорення.*

Ось кілька прикладів ситуацій, які ілюструють, як порушення приватності людей з інвалідністю може впливати на них і чому важливо поважати їхнє право на особисте життя*.*

Слайд презентації 38

Приклад 2: запитання про стан здоров'я

Ситуація: *у вашому класі є однокласниця Анастасія, яка користується кріслом колісним. Під час уроку один з учнів, Віктор, запитує: "А чому ти користуєшся кріслом колісним? Яка у тебе хвороба?"*

Чому це некоректно**:** *це питання порушує приватність Анастасії, бо вона може бути не готовою або не захотіти ділитися деталями про свій стан здоров'я. Вона може відчувати дискомфорт через те, що її здоров'я стало предметом обговорення. Також важливо розуміти, що інвалідність це не хвороба чи діагноз, це стан. Пам'ятайте, це невиліковно, тому важливо вживати правильні слова та терміни, щоб не образити людину і не поставити її в незручне становище.*

Слайди презентації 39-40

Приклад 2: військовий із протезом

Уявіть, що ви на дитячому майданчику зустрічаєте військового на ім'я Віктор, який має протез ноги. Він прийшов із своїм сином, щоб разом погарати. Під час гри хтось із дітей, наприклад Андрій, підходить до Віктора і питає: "Як ти бігаєш з таким протезом? Це ж, напевне, дуже важко?"

Чому це некоректно?

Таке питання може змусити Віктора почуватися ніяково, оскільки воно акцентує увагу на його протезі замість того, щоб сприймати його як звичайну людину. Віктор може не захотіти обговорювати особисті деталі свого життя, особливо у присутності свого сина. Це може створити враження, що люди бачать у ньому лише його інвалідність, а не особистість чи досягнення.

Як правильно повестися в такій ситуації?

1. ***Проявіть повагу і вдячність:*** *замість того, щоб ставити питання про протез, можна сказати щось на кшталт: "Дякую за вашу службу." Це покаже Віктору, що ви цінуєте його внесок і поважаєте його.*
2. ***Розмовляйте про спільні теми:*** *замість питань про його протез, краще говорити про спільні інтереси, наприклад, про спорт, ігри або те, чим захоплюється його син. Це допоможе Віктору почуватися комфортно і на рівних з іншими.*
3. ***Ставтеся до нього як до рівного:*** *спілкуйтеся з Віктором так, як би ви спілкувалися з будь-яким іншим сусідом або знайомим, не акцентуючи увагу на його фізичних особливостях.*

4. ***Поважайте межі:*** *якщо Віктор не хоче обговорювати свою інвалідність, поважайте його бажання і не тисніть. Це допоможе створити комфортне середовище для всіх.*

Не відводьте погляд, коли зустрічаєте людину, яка має протез чи інші видимі травми війни — людина з протезом така ж, як і без, але в когось кінцівка звичайна, а в когось — металева.

Слайди презентації 41-42

Приклад 3: ветеран з протезом

Уявіть, що ви на спортивному заході в місцевому парку і помічаєте ветерана на ім'я Андрій, який має протез ноги. Він бере участь у змаганні з бігу й активно допомагає іншим учасникам. Один із ваших друзів, наприклад Максим, підходить до Андрія і запитує: "Як ти отримав травму? Це сталося на війні?

Таке питання може бути надто особистим і може змусити Андрія відчувати дискомфорт. Він може не бажати розповідати про деталі своєї травми. Такі питання можуть бути сприйняті, як вторгнення в його приватне життя і поставити його в незручне становище.

Як правильно повестися?

1. ***Проявіть вдячність:*** *замість того, щоб запитувати про травму, висловіть свою подяку Андрію за його службу. Наприклад: "Дякую вам за вашу службу. Це дуже важливо і заслуговує на велику повагу."*
2. ***Обговорюйте нейтральні теми:*** *говоріть про те, що відбувається тут і зараз. Наприклад, ви можете похвалити його за участь у змаганні і запитати про те, як йому вдається тренуватися.*
3. ***Відзначайте позитивні аспекти:*** *підтримуйте Андрія і говоріть про його досягнення або захоплення. Запитайте про його хобі або про те, чи йому подобається брати участь у спортивних заходах.*
4. ***Поважайте межі:*** *якщо Андрій не хоче обговорювати свою травму або минуле, не наполягайте на цьому. Це допоможе зберегти комфорт і повагу в спілкуванні.*

Таке ставлення покаже Андрію, що ви поважаєте його як особистість і вдячні за його службу.

Слайди презентації 43

Обговорення з дітьми: *запитайте в дітей про їхній досвід спілкування з людьми з протезами, поділіться власним досвідом. Поясніть дітям, якщо навіть вони мали такий досвід спілкування, але порушили якісь правила спілкування, які ви обговорили, нічого страшного, всі ми можемо припускатися помилок, головне – виправитися і діяти надалі вірно.*

Слайди презентації 44-46

Отже, щоб надати людині з інвалідністю підтримку, а не жалість:

1) ставтеся як до рівних: пам’ятайте, що люди з інвалідністю такі ж, як і ви. Спілкуйтеся з ними, як з будь-ким іншим, визнавайте їхні досягнення і здібності

без акценту на фізичних обмеженнях або інших порушеннях;

2) зосереджуйтеся на сильних сторонах: хваліть їх за те, що вони можуть робити, а не за те, що їм важко зробити. Наприклад, визнавайте їхні успіхи в навчанні або хобі;

3) уникайте жалісливих коментарів: не використовуйте такі слова, як "бідний" або "мені шкода". Замість цього використовуйте позитивні вирази і концентруйтеся на підтримці;

4) виявляйте інтерес і підтримку: запитуйте про їхні інтереси та захоплення і заохочуйте їх до участі в активностях, які їм подобаються. Покажіть, що вам важливо, чим вони займаються.

Слайд презентації 47

6. Використовуйте правильні слова та вирази: словник безбар'єрності.

Коли ми говоримо про етику спілкування з людьми з інвалідністю, важливо використовувати правильні слова та вирази, які вони самі вважають прийнятними і використовуйте їх. Це не просто питання ввічливості, а вияв поваги до їхньої гідності.

Наприклад, інвалідність – це стан, а не діагноз, і вона не підлягає лікуванню. Тому бажати одужання може бути некоректно і навіть образливо.

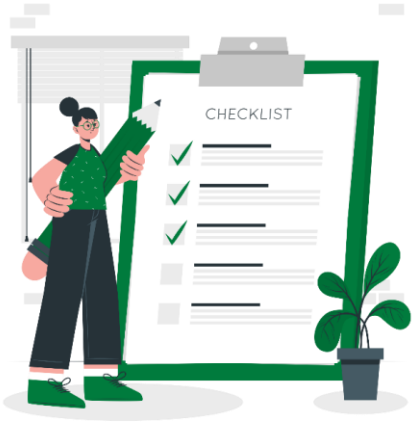
На слайді словник безбар'єрності, який педагог проговорює дітям.

Некоректно	**Коректно**
Людина з обмеженими можливостями, інвалід, людина з особливими потребами, неповносправний	Людина з інвалідністю
Коляска, інвалідний візок	Крісло колісне
Людина, прикута до крісла / ліжка	Людина з порушенням рухових функцій
Костилі	Милиці
Розумово відсталий	Людина з інтелектуальними чи психічними порушеннями
Сліпий	Людина з порушенням зору
Глухий	Людина з порушенням слуху
Контужений	Людина з контузією
Візочник	Людина, яка користується кріслом колісним
Кінцівка після ампутації, культя	Кукса

7. Висновки

Слайди презентації 48-50

Отже, сьогодні ми дізналися, як важливо спілкуватися з людьми з інвалідністю, виявляючи повагу, як уникати стереотипів і не робити необґрунтованих припущень про їхні можливості. Ми розглянули приклади стереотипів і зрозуміли, що кожна людина унікальна, незалежно від наявності інвалідності. Також ми навчилися, що варто запитувати, чи потрібна допомога, замість того, щоб діяти самостійно, адже повага до незалежності та самостійності іншої людини — це ознака ввічливості та турботи. Важливо розуміти, що наша допомога повинна бути доречною і бажаною, а не нав'язливою.



Давайте пригадаємо важливі правила спілкування з людьми з інвалідністю.

1. **Уникайте стереотипів.** Люди з інвалідністю можуть досягати великих успіхів і вести активне життя, як і будь-хто інший.

2. **Найкращий спосіб допомогти — це запитати, чи потрібна ваша допомога**, і поважати відповідь. Допомогу пропонуйте, але не наполягайте.

3. **Поважайте гідність.** Основне правило у спілкуванні з людьми з інвалідністю — це повага. **Уникайте жалісливих коментарів:** не використовуйте слова, які вказують на жалість, такі як "бідний" або "мені шкода". Замість цього використовуйте позитивні вирази і концентруйтеся на підтримці. Визнавайте їхні досягнення і здібності без акценту на порушеннях, які вони мають. Хваліть їх за те, що вони можуть робити, а не за те, що їм важко.

4. **Поважайте приватність:**

- **не питайте про інвалідність без вагомої причини.** Дайте людині можливість вирішувати, що і коли їй розповідати. Не питайте надто особистих питань про протез чи обставини його отримання, якщо людина не виявляє ініціативи поділитися цією інформацією;
- **не фотографуйте людину без її дозволу;**
- **поважайте особистий простір**. Не торкайтеся протезів або інших допоміжних засобів людей з інвалідністю без дозволу;

5. Уникайте припущень про можливості людини з інвалідністю. Люди з інвалідністю можуть мати різні можливості, тому не думайте заздалегідь, що вони чогось не можуть.

6. Використовуйте правильні слова та вирази.

7. Висловлюйте вдячність військовим, які втратили кінцівки через війну або мають інші травми. Подяка за їхню службу – це ще один спосіб продемонструвати повагу та визнання їхнього внеску у захист нашої країни.

8. Завжди запитуйте, якщо не знаєте, як правильно вчинити. Це краще, ніж робити щось, що може бути сприйняте неправильно.

Важливо розуміти, що інвалідність не завжди є видимою, тому абсолютно до всіх людей потрібно бути однаково ввічливими. Ці правила допоможуть вам буду-

вати доброзичливі та поважні відносини з усіма людьми, незалежно від їхніх фізичних особливостей або інших порушень.

8. Додаткові поради про те, як вести ввічливу і дружню розмову з людиною з інвалідністю, виявляючи розуміння та повагу.

Слайди презентації 51

Людина, яка користується кріслом колісним

Як правильно спілкуватися з людиною, яка користується кріслом колісним? З кріслом колісним є декілька нюансів. Дуже важливо бути зі своїм співрозмовником на одному рівні: якщо у вас коротка розмова на кілька реплік, відійдіть від людини на кріслі колісному на кілька кроків, щоб вона не мусила задирати голову, коли дивиться на вас. Якщо ж вам потрібна довга розмова, запропонуйте своєму співрозмовнику підійти (згідно зі словником з безбар'єрності правильно саме ходити на кріслі колісному) до дивану \ лавки, щоб ви були на одному рівні під час розмови.

Слайди презентації 52

Людина з порушенням зору

Важливо розуміти, що порушення зору це не про стовідсоткову втрату зору. Дуже часто, навіть у разі вроджених патологій чи набутих травм, у людини зберігається здатність бачити силуети. Тому, коли ведете дискусію з людиною з порушенням зору, потрібно зберігати зоровий контакт. Людина буде відчувати, що ви дивитеся в іншу сторону, навіть якщо вас не бачить. На початку розмови можна торкнутися передпліччя або ліктя співрозмовника, щоб привернути увагу. Дуже важливо представитися.

Слайди презентації 53

Людина з порушенням слуху

Втрата слуху, так само як і зору, не завжди є стовідсотковою, тому важливо розуміти, що люди з порушенням слуху можуть вас чути. Вони можуть бути протезовані слуховим апаратом або кохлеарним імплантом. Щоб почати розмову, потрібно привернути увагу співрозмовника, доторкнувшись, наприклад, до передпліччя. Не забуваємо про зоровий контакт. Коли на вас звернули увагу, не потрібно кричати, багато людей з порушеннями слуху вміють читати по губах, тому важливо не змінювати артикуляцію та міміку вашого обличчя, бо це може погіршити можливість зрозуміти інформацію. Якщо ваш співрозмовник просить вас говорити голосніше, зробіть це. Якщо вас

просять кілька разів повторити, зробіть це. Якщо все-таки розмова не складається, можна запропонувати переписуватися на папері або за допомогою смартфона.

Слайди презентації 54-55

Людина з протезом

Протез – це частина людини, її нова кінцівка, не потрібно витріщатися на протез. Якщо вас дуже цікавить, як він працює чи які функції виконує, найкраще запитати про це у власника.

Важливо розуміти, що людина з протезом нижньої кінцівки може йти повільніше за вас, тому під час спільної прогулянки підлаштуйте свою ходу під свого компаньйона. Складаючи маршрут, старайтеся уникати сходів, підйом по сходах є дуже енерговитратним. Досить часто буває, що протез потрібно перевзути, не потрібно лякатися цього процесу, навпаки можете запропонувати людині її притримати для балансу чи запропонувати принести серветки або антисептик.

Протезів верхніх кінцівок також не потрібно лякатися. Під час зустрічі заведено подавати людині руку для рукостискання, якщо у відповідь вам протягують протез, потисніть його. Якщо людина з протезом чи протезами верхніх кінцівок, це не означає, що їй потрібно допомагати робити абсолютно все. Переважно базові речі вони вміють робити самі. Але, наприклад, потримати склянку з водою, щоб людина могла попити, чи відкрити двері – це елементарні речі, якими ви можете допомогти.

9. Додаткові прості поради про те, як подякувати ветерану / військовому в громадському місці.

Якщо ви зустріли ветерана / військового в громадському місці, краще подякувати йому щиро та з повагою. Наприклад, можна підійти і сказати: "Дякую вам за вашу службу!" Це покаже вашу вдячність і повагу до того, що ветеран / військовий зробив для нашої країни. Головне — бути ввічливим і щирим, не забуваючи, що для ветерана / військового цей момент може бути дуже важливим.

Ось ще кілька порад:

1) якщо ветеран / військовий говорить по телефону: краще не переривати розмову. Можеш просто дочекатися, коли він закінчить, або зробити ввічливий жест, наприклад, кивнути головою або посміхнутися, щоб показати свою повагу;

2) якщо ветеран виглядає зайнятим: якщо ви бачите, що ветеран зайнятий, наприклад розмовляє з кимось іншим чи щось робить, краще підійти трохи пізніше, коли він буде вільним;

3) якщо ви соромитеся підійти: якщо ви соромитеся, можете просто посміхнутися або кивнути головою на знак вдячності. Ветерани / військові зазвичай розуміють такі жести і відчують вашу повагу;

4) якщо ветеран / військовий виглядає втомленим або сумним: краще бути делікатним. Можете сказати щось просте і щире, як-от "Я хочу вам подякувати", не наполягаючи на розмові, якщо ветеран / військовий не захоче спілкуватися;

5) якщо ветеран / військовий з родиною: якщо ветеран / військовий перебуває з родиною, можна подякувати йому тихо та швидко, щоб не відволікати надовго, сказати, наприклад: "Дякую за вашу службу" і продовжити свій шлях.

10. Додаткове пояснення щодо правил етичного спілкування з військовими з протезами (для дітей молодшої школи).

Уяви, що військовий з протезом, якого ти зустрів десь у парку чи в магазині, захищав нашу країну і був поранений, отримав травму під час виконання важливого небезпечного завдання. Протези використовують не тільки військові. Є люди, які мають протези з різних причин, не пов'язаних з військовою службою. Це можуть бути люди, які потрапили в аварію, або через інші обставини.

Протез — це спеціальний пристрій, який замінює частину тіла, наприклад, руку або ногу, коли їх немає. Протез допомагає людині робити різні речі, як-от ходити, брати предмети або навіть бігати. Він створений, щоб допомогти людині жити активним життям і робити звичні справи, як і раніше.

Важливо пам'ятати, що люди з протезами можуть робити багато чудових і цікавих речей. Вони, як і всі інші, можуть грати, працювати і насолоджуватися життям. І навіть якщо у них є протез, це не означає, що вони чимось відрізняються від нас. Вони просто мають спеціальнй спосіб, щоб бути активними і щасливими.

Якщо ти бачиш когось із протезом, дуже важливо пам'ятати, що не можна чіпати або торкатися протезу без дозволу. Це дуже особисте і від цього людині може бути некомфортно. Краще запитати, чи можна поглянути або доторкнутися до протезу. Якщо людина відмовиться, не наполягайте, завжди поважайте її відповідь.

Коли ти зустрічаєш військового з протезом, ось кілька важливих речей, про які варто пам'ятати:

- *не відводь погляд — людина з протезом така ж, як і без нього, тільки у когось кінцівка звичайна, а в когось — металева;*
- *не перешіптуйся і не тикай пальцем – це може образити людину;*
- *не фотографуй незнайому людину без її дозволу;*
- *не бажай скорішого одужання. Металева кінцівка – це назавжди, людина звикла до неї, тому не відчуває болю чи дискомфорту, доки їй на це не вказують.*

І найголовніше – подякуй військовому за його службу. Це покаже твою повагу і вдячність за те, що він зробив для нашої країни.

Важливо ставитися до військових із протезами з повагою і підтримкою, бо вони дуже сильні і мужні. І ми можемо навчитися в них багато чого, зокрема, як бути сміливими і не здаватися, навіть коли виникають труднощі.

11. Перелік додаткових ресурсів на тему безбар’єрності:

сайт «Суперлюди всюди» від Superhumans Center: https://vsudy.superhumans.com/.

Курси на Єдиному порталі державних послуг Дія. Освіта про безбар’єрну грамотність: https://osvita.diia.gov.ua/catalog/topic/barrier-free.

Довідник безбар’єрності: https://bf.in.ua/.

Мультик для дошкільнят “Лелека Тадей” (про ветеранів із протезами) https://www.youtube.com/watch?v=BK0h0ajTXBE.

Електронне навчальне видання

План-конспект освітньої розмови "Поважай та розумій"
для учнів середньої, старшої школи та студентів
про правила комунікації та етику спілкування з
людьми з інвалідністю

Укладач: Машлаковська Тетяна
Літературний редактор: Кладіна Тетяна

Серпень 2024 року

Національний банк України
01601 м. Київ
вул. Інститутська, 9
https://talan.bank.gov.ua/.

Відгуки, пропозиції та зауваження

надсилайте на електронну адресу: talan@bank.gov.ua