



РЕСУРСЕН ЦЕНТАР
НА РОДИТЕЛИ НА ДЕЦА
СО ПОСЕБНИ ПОТРЕБИ

**ПРОМЕНИ СЕ СЕБЕСИ
ПРОМЕНИ ГО СВЕТОТ!
- ВОЛОНТИРАЈ!**

Скопје, Ноември 2016 г.



ПРИРАЧНИК

Наслов: ПРОМЕНИ СЕ СЕБЕСИ, ПРОМЕНИ ГО СВЕТОТ! ВОЛОНТИРАЈ!

Автори:

Дипломиран психолог Радмила Цветковска, ангажирана како национален координатор на Ресурсниот Центар на родители на деца со посебни потреби на проект на УНИЦЕФ

Лектор: Гордана Ацеска

Дизајн: ЗГ ОПЕН НЕТВОРК, Скопје
Тодор Трајковски

Изработката на прирачникот е овозможена со финансиска поддршка од Канцеларијата на Уницеф, Скопје, а во рамките на проектот „*Expanding opportunities for social inclusion and enhance the quality of life of children with disabilities by empowering their parents and familie*“.



Ставовите изнесени во овој прирачник се на авторот и не мора да се совпаѓаат со ставовите и политиките на УНИЦЕФ.

СОДРЖИНА

| | |
|---|----|
| <u>ВОВЕД</u> | 6 |
| <u>Волонтирање и основни вредности на волонтирањето</u> | 8 |
| <u>ПОГЛАВЈЕ 1</u> | 10 |
| <u>ЗА ОРГАНИЗАЦИИТЕ</u> | 10 |
| <u>1.Мотивација на волонтерите</u> | 10 |
| <u>2.Како да се мотивираат волонтерите?</u> | 12 |
| <u>3. Управување со волонтерска работа</u> | 13 |
| <u>4.Развој на волонтерскиот сервис</u> | 14 |
| <u>4.1 Структура на сервисот</u> | 14 |
| <u>4.2 Програмски развој</u> | 14 |
| <u>4.3 Испитување на потребите</u> | 15 |
| <u>4.4 Креирање на програма</u> | 16 |
| <u>4.5 Регрутација и селекција на волонтери</u> | 16 |
| <u>4.6 Подготовка и едукација на волонтерите</u> | 17 |
| <u>4.7 Реализација на програмата, следење, супервизија и евалуација</u> | 18 |
| <u>ПОГЛАВЈЕ 2</u> | 19 |
| <u>ЗА ВОЛОНТЕРИТЕ</u> | 19 |
| <u>1.Придобивки за волонтерите од сопствениот ангажман</u> | 19 |
| <u>2.Што знаеме за децата и младите со посебни потреби и што мислиме дека знаеме?</u> | 24 |
| <u>3. Што (не)можат децата и младите со посебни потреби?</u> | 25 |
| <u>4. Неколку успешни искуства на младите волонтери со децата и младите со посебни потреби</u> .. | 26 |
| <u>ПОГЛАВЈЕ 3</u> | 29 |
| <u>ВЕЖБИ (работилници) – наменети за волонтерите</u> | 29 |
| <u>Мотивација за волонтирање – Вежба 1</u> | 29 |
| <u>Придобивки од волонтирањето – Вежба 2</u> | 30 |
| <u>Наша приказна за придобивките од волонтирањето – Вежба 3</u> | 30 |
| <u>Предрасуди во кутија – Вежба 4</u> | 31 |
| <u>Знам да направам АКО – Вежба 5</u> | 31 |



ВОВЕД

*Да се заземеш за некогo или за нешто,
Да помагаш, поддржуваш, ублажуваш
или сочувствуваеш, се глаголи што во
овој прирачник често ќе ги споменуваме,
но не за да ве учиме граматика.*

Овој прирачник ви нуди инспирација да ги применувате во секојдневниот живот на начин што ќе ве направи побогати за едно драгоценo искуство.

Децата со посебни потреби за да се социјализираат и да се интегрираат што подобро во општеството, неопходно е уште од раното детство да се вклучат во сервиси за поддршка на локално ниво: предучилишно, основно и средно образование и воннаставни активности, како и дружење со деца без пречки во развојот. Другарувањето е неопходно заради подобрување на социјализацијата на децата со посебни потреби, за кога ќе станат возрасни луѓе, да можат да се вклучат во животот на заедницата како и сите други луѓе.

Дополнителен проблем е врежаното мислење дека со децата со посебни потреби треба да работаат само стручни лица: дефектолози, логопеди, физиотерапевти... и дека тие само на тој начин можат да напредуваат. Меѓутоа, многу е важно кај децата со посебни потреби да се пронајдат какви способности поседуваат и да се работи на нивно подобрување. А за тоа не се потребни само стручни лица, туку и лица што сакаат да работат и да се дружат со децата со посебни потреби, кои се креативни и на кои стручни лица им дале добра едукација и поддршка во работата. Во Македонија многу мал број организации се занимаваат со проекти што ги поддржуваат волонтерските услуги, бидејќи во нашата земја сè уште нема доволно развиена свест за значењето и ефектите што ваквиот вид поддршка може да придонесе како за детето или младата личност, така и за волонтерите/волонтерките. Децата и младите со посебни потреби најмногу време поминуваат со родителите и со блиските роднини, но тоа не е доволно. Немаат можност да се дружат со врсници, не одаат на места каде што секојдневно излегуваат нивните врсници (спортски настани, театар, угостителски објекти, кино, излети).

Токму затоа, **развијањето на волонтерски сервис е значајно како за децата и младите со посебни потреби, така и за младите што не се лица со посебни потреби. Овој сервис е корисен и за семејствата – за родителите што се оптоварени со грижа дека нивното дете нема да има еднакво квалитетен живот како неговите врсници.**

Голем број истражувања покажале дека учениците што се вклучени во волонтерски активности имаат повеќекратна придобивка: психолошка, социјална и когнитивна. Исто така, истражувањата покажуваат дека младиот човек подобро се чувствува и дека волонтерската работа позитивно влијае врз неговото душевно здравје, го намалува чувството на депресија и ја зголемува отпорноста на стрес. Над сето ова е дека волонтирањето го зголемува чувството на грижа за други луѓе и желбата за соработка и позитивен ангажман, дури и кај лица што претходно покажувале антисоцијални склоности. Уште една голема предност на волонтирањето е и чувството на општествена поврзаност, која постепено исчезнува во денешното сè порасцепкано општество. Учествувањето во волонтерските активности ја развива политичката и граѓанската свест, ги запознава младите со различностите и други начини на размислување, го поттикнува критичкото размислување и ги развива вештините за решавање на проблемите.

Овој прирачник е напишан за да ви ги приближиме основните идеи на волонтирањето, неговата цел во едно демократско општество, како и да ви укажеме какви можности и промени може да ви донесе во вашите животи. Наменет е за организации, но пред сè, за млади луѓе – средношколци, со надеж дека во овој момент ќе бидете во оној волшебен миг меѓу детството и периодот на возрасни во кој животот ве повикува да размислите за самите себе. Со волонтирањето сакаме да ви понудиме не само можна активност за пополнување на слободното време туку и една сосема посебна авантура – експедиција што ќе ви го отвори патот кон светот и истовремено ќе ве води кон вашиот внатрешен свет, поттикнувајќи ве да се запрашате кои сте всушност вие, што ве интересира и што можете да направите со својот живот. Верувајте дека волонтерските предизвици се проверен метод за пронаоѓање на одговорот на овие не толку едноставни прашања.

Прирачникот што е пред вас дава практичен приказ на кој начин да се анимираат волонтерите, првенствено децата и младите, да издвојат време и да се посветат на дружење и заеднички активности со деца и млади со пречки во развојот и со лица со инвалидитет. Активностите во овој прирачник ќе бидат насочени кон начините на кои младите волонтери/ки би можеле да им помогнат на децата и младите со посебни потреби во подобрување на квалитетот на нивниот живот.

Прирачникот е условно поделен во три поглавја. Првото поглавје е наменето за организациите, за развојот на волонтерскиот сервис што треба да го планира волонтерскиот ангажман, регрутира волонтери, да ги мотивира волонтерите, да ги подготвува, да ги обучува и да ги едуцира. Второто поглавје се однесува на волонтерите, со акцент на придобивките од волонтерскиот ангажман, како и на правата и обврските на волонтерите при извршувањето на волонтерската работа. Додека, пак, третото поглавје е наменето исклучиво за волонтерите, тоа се всушност вежби – работилници, кои ќе бидат искористени во обуката на волонтерите.



Волонтирање и основни вредности на волонтирањето

Волонтирањето, во најширока смисла на зборот, се дефинира како непрофитна и неплатена активност со која поединецот или групи придонесуваат за благосостојбата на својата заедница или општеството во целина.

Волонтеризам претставува секоја активност во која потрошеното време се дава бесплатно во корист на друга личност, организација или настан. Тоа е дел од однесувањето чија цел е помагање и која со себе носи поголеми и пообемни обврски од еднократното помагање во слободно време, но, сепак, опфаќа помали обврски од постојано вработените.

***Волонтерите не се платени
не затоа што нивната
работа не вреди туку
затоа што нема цена!***

Волонтер е оној што покрај своите секојдневни обврски на училиште, во семејството, на работа, доброволно се ангажира за некое добро дело во пошироката заедница. Често поимот волонтирање се поврзува само со неплатена работа. Всушност, тоа пред сè, подразбира несебична и благородна работа што го води човекот до остварување на целите. Волонтерот не дава пари или предмети, тој се дава себеси во духот на љубовта и солидарноста. Тој е подготвен преку работата да стекне и нови сознанија, пријателства и искуства – тоа е она што секој волонтер го добива. Непроценлива вредност за која човештвото има огромна потреба е човекот да се пронајде себеси. Тоа е она што волонтирањето го прави поразлично од поединечните доброволни активности поврзани со емотивност или случајност. Волонтирањето ги следи потребите, го насочува сопственото дејствување кон нив и трае онолку колку што траат потребите. Волонтер не може да се нарече оној што еднаш годишно направил некое добро дело.

Волонтирањето ни дава можност да гледаме на животот со поинакви очи. Понекогаш нè загрижуваат работи, како што се оценките, или сме лути затоа што немаме најскапи патики или ја немаме најновата видеоигра. Со волонтирањето извесно време се концентрираме на другите наместо на себе. Понекогаш, пак, кога ќе ги погледнеме другите луѓе и овој заеднички свет, се чувствуваме сосема беспомошни под тежината на проблемот што го гледаме. Во таква ситуација ни е полесно да ја свртиме главата кон поведрата страна на улицата и се трудиме да ја заборавиме темната страна што реално постои.

Волонтирањето ни ја враќа вербата во себе, во своите способности и капацитети да понудиме сопствени одговори на проблемите околу нас. Верба дека можеме да го промениме својот, а можеби и нечиј друг свет на подобро и на побаво.

Волонтирањето е најубавото хоби што може човекот да го работи. Тоа ги исполнува душата и телото. Волонтерските искуства често нè ставаат во ситуации и нè спојуваат со луѓе со кои во секојдневниот живот никогаш не би се сретнале.

Волонтирањето, пред сè, е оптимистичка активност и, токму поради тоа, самиот чин на волонтирање во себе вклучува фантазирање – сонување за тоа дека некој проблем може да се реши, дека некоја цел може да се оствари, дека вложениот напор може да ја промени ситуацијата на подобро. Многубројни се одредниците, димензиите и начелата на волонтерскиот ангажман, но најопширно дефинирано, волонтирањето е неплатена, непрофитна, слободно избрана активност. Се извршува во корист на други и целото општество, а волонтерите немаат од него никаква финансиска корист и не работат за да се издржуваат. Сепак, можеби најубавата работа е во тоа што работејќи во корист на други, волонтерите истовремено работаат и на самите себе, на својот сопствен, индивидуален и професионален развој низ изразито широк спектар на можности што ги отвора волонтирањето.



ПОГЛАВЈЕ 1

ЗА ОРГАНИЗАЦИИТЕ

1. Мотивација на волонтерите

Кога зборуваме за волонтеризмот и за работата со волонтери, неизбежно ни се наметнува прашањето за мотивацијата на волонтерите. Мотивацијата е многу важна. За неа мора да се води сметка, бидејќи може да го доведе во прашање реализирањето на целата програма.

При креирањето на волонтерската програма е неопходно да се размисли за начините на мотивирање на волонтерите: зошто дошле во нашата организација, што е она што ги придвижува и како да ги задржите да останат во организацијата. Погрешно е да мислиме дека волонтерите преку својот ангажман не треба да ги задоволуваат своите потреби, туку само потребите на корисничкиот сервис.

Волонтерите преку волонтерскиот ангажман ги задоволуваат и своите потреби, но ние мораме да ги знаеме кои се тие потреби за да можеме да ја одржиме мотивацијата. Важно е личните мотиви да се совпаднат со мотивите на организацијата, и токму поради ова, секој не може да работи во секоја организација.

Кои се најчестите потреби што волонтерите настојуваат да ги задоволат преку волонтерскиот ангажман? Како најчести се споменуваат:

1. Потребата од припаѓање, љубов и дружење

Овие волонтери сакаат да бидат дел од некој тим и со група луѓе да споделуваат исти ставови и вредности.

2. Потреба од афирмација

Некои волонтери сакаат да биде препознаен нивниот талент и способности и уживаат да учествуваат во програми во кои резултатот од нивната работа може да биде забележан.

3. Потреба од самоостварување

Волонтерите од ова група уживаат да ги видат конкретните резултати од нивната работа.

4. Потреба од влијание

На волонтерите од ова група најважно им е групата да го прифати нивниот начин на размислување како свој.

За подобро да ги разбереме мотивите за волонтирање, условно можеме да ги поделиме во две категории:

1. Мотиви за задоволување на сопствените потреби, во кои спаѓаат :

- ❖ Желбата за запознавање нови луѓе и стекнување нови пријателства,
- ❖ Потребата од добивање поддршка и разбирање,
- ❖ Исполнување на слободното време и надминување на монотонијата на секојдневието,
- ❖ Потребата да се постапува во согласност со своите вредности и изразување на своите уверувања,
- ❖ Желбата за стекнување нови знаења и вештини,
- ❖ Потребата за припаѓање и прифаќање,
- ❖ Можноста за покажување на креативноста,
- ❖ Добивањето препорака за идни вработувања,
- ❖ Желбата да се чувствуваат потребни и битни,
- ❖ Стекнувањето самодоверба.

1. Мотиви свртени кон надвор, т.е. кон другите и заедницата, во кои спаѓаат:

- ❖ Желбата да им се помага на другите,
- ❖ Потребата да се даде придонес во решавањето на некој проблем во заедницата,
- ❖ Желбата да се придонесе во вкупниот развој на општеството,
- ❖ Поддршката на позитивните промени во заедницата,
- ❖ Чувството дека нешто ѝ должиме на заедницата и дека е потребно да се ангажираме вложувајќи го своето време и знаења.

Волонтерите може да имаат повеќе мотиви, но главно е еден примарен. Секој волонтер си има своја причина зошто се определил да се ангажира, а наша задача е тој мотив да го препознаеме и да го испочитуваме, давајќи му можност да ја задоволи својата потреба. Непочитувањето на потребите или желбите на волонтерите може да доведат до разочарување и губење на позитивниот однос кон волонтерската работа, како и чувство дека нивната добра намера е злоупотребена.

Колку што е важна мотивацијата на волонтерите, исто толку е важно да ги освестиме



сопствените мотиви за ангажирање волонтери, бидејќи успехот на нивниот ангажман се совпаѓа со природата на мотивите на волонтерите и организацијата што ги ангажира. Доколку организацијата ги вклучува волонтерите од уверување дека тој е вистинскиот начин на работа, без разлика на видот на работата и целта, тој наш мотив ќе услови сосема поинаков пристап отколку кога мотивот е да се ангажираат волонтери поради тоа што организацијата нема доволно средства да вработи нов кадар.

2. Како да се мотивираат волонтерите?

Кај мотивацијата многу важен е континуитетот. Многу луѓе волонтираат одреден период, па потоа престануваат со волонтерскиот ангажман од разни причини, кои и на организацијата им се „непознати“. Ова вообичаено се случува кај долгорочните ангажмани. Организаторите на волонтерските услуги по одредено време забораваат дека волонтерите не се принудени да бидат во организацијата, не ја почитуваат доволно нивната работа и не работат на нивното мотивирање. Затоа е многу важно организацијата да врши евалуација на својата работа и го проценува значењето на волонтерите за реализација на активностите што ги извршува. При евалуацијата на работата е добро да се предвиди колку средства ќе бидат потребни за реализација на некои активности и, ако ја немаат поддршката од волонтерите, на колкави трошоци ќе биде изложена организацијата. Само на овој начин може да се даде вистинското значење на волонтерската – бесплатна работа.

Ако не се работи на мотивацијата и на процената на потребите на волонтерите, тие ќе почнат да се расцепуваат и групата што на почетокот била компактна, ќе почне да се намалува. Ова може да влијае и врз доаѓањето на новите волонтери, бидејќи еден од најдобрите начини на регрутирање волонтери е размената на искуства со искусните волонтери.

Еве неколку практични совети што мотивираат:

- Волонтерите ќе бидат мотивирани со ситни знаци на внимание (со пофалување на нивната работа, подарете им некоја ситница, однесувајте се кон нив како кон членови на тимот, прашувајте ги за мислење).
- Доколку волонтерите направат некоја грешка, не замерувајте им, само објаснете им и замолете ги да учат од грешката за во иднина.
- На волонтерите треба да им давате повеќе позитивни отколку негативни повратни информации.
- При давањето повратни информации бидете објективни за да бидете сериозно сфатени.
- Волонтерите мора да бидат редовно информирани за програмата, но не треба да ги оптоварувате со непотребни информации (редовни тимски состаноци).
- Задолжително одговарајте на нивните прашања (навремено одговорете им на нивниот телефонски повик, нивниот e-mail и сл.).
- Организирајте дружења на волонтерите (на пр., редовни неформални состаноци еднаш неделно, излети, журки за волонтерите еднаш месечно и сл.).

- Осмислете систем за наградување на волонтерите. Критериумот за наградување треба да биде јасно дефиниран и да им биде познат на сите (пр., диплома за волонтер на месецот).
- Задолжително водете евиденција за нивната работа врз чија основа ќе им издадете сертификат за учество во програмата, пофалба, награда и сл.
- Однесувајте се кон волонтерите како кон рамноправни членови на тимот.

3. Управување со волонтерска работа

Организацијата што сака да ангажира волонтери мора да се запознае со законската регулатива во ова област. Во Република Македонија во 2007 год. беше донесен Закон за волонтерство, додека, пак, во 2008 год., се донесе Закон за дополнување и изменување на Законот за волонтерство.¹

Организатори на волонтерска работа можат да бидат: здружение на граѓани и фондација, верска заедница и религиозна група, јавна установа, орган на државна власт и единица на локалната самоуправа и Градот Скопје.

Организаторот на волонтерската работа не смее да го стави волонтерот во нееднаква положба поради расата, бојата на кожата, полот, возраста, здравствената состојба, односно инвалидност, религиозното, политичкото или друго убедување, националното или социјалното потекло, статусот на семејството, имотната состојба, половата насоченост или поради други лични околности.

Организаторот на волонтерската работа е должен:

- да обезбеди услови за вршење на волонтерската работа,
- да обезбеди за волонтерите волонтерска книшка, која, всушност, претставува јавна исправа. Волонтерската книшка содржи податоци за видот и времетраењето на волонтерската работа и видот на обуката за која волонтерот се оспособил за времетраењето на волонтирањето.
- да обезбеди материјали и средства за вршење на волонтерската работа,
- да обезбеди тајност на податоците и заштита на приватноста,
- да обезбеди други услови за кои меѓусебно се договориле,
- да обезбеди согласност од родителите или старателите за вршење волонтерска работа, доколку волонтерот е на возраст од 15 до 18 години.
- организаторот на волонтерската работа е должен да води евиденција за волонтерската работа на сите волонтери.

¹ Закон за волонтерството, Службен весник на Република Македонија бр.85/2007, Закон за изменување и дополнување на законот за волонтерство, Службен весник на Република Македонија бр. 161/2008.



4. Развој на волонтерскиот сервис

4.1 Структура на сервисот

Опстанокот и квалитетниот развој на еден волонтерски сервис зависи од стручноста на неговите вработени. Пожелно е уште при основањето на волонтерскиот сервис, вработените да поседуваат потребни знаења и вештини. Ако тоа не е случај, постојат различни едукации, обуки, што ќе им помогнат на вработените на вистински начин да го организираат и да го развијат волонтерскиот сервис.

За успешна работа на сервисот е неопходно во организацијата да постојат координатор на волонтерскиот сервис и ментори што ќе им даваат поддршка во работата на волонтерите

Грешката што најчесто се прави е тоа што во организациите се мисли дека за работата на волонтерскиот сервис е доволно само да се соберат волонтерите, да им се поделат задачите и дека активностите понатаму сами ќе се реализираат. За добра работа на сервисот е неопходно во организацијата да постојат координатор на волонтерскиот сервис и ментори што ќе им даваат поддршка во работата на волонтерите. Пожелно е да се има и лице што ќе биде задолжено за односи со јавноста, како и административен работник што ќе ја води базата на податоци за волонтерите. Овие функции можат да се извршуваат волонтерски, но за успешност на сервисот, многу важно е професионално ангажираните вработени да ги водат активностите на сервисот.

Координатор

За оваа позиција е потребна личност што има искуство во работата со волонтери при креирањето на волонтерската програма. Координаторот на волонтерите е личност што сака да работи со луѓе, што сака да ја извршува таа функција, има за неа доволно време и поседува талент за раководење.

Ментори и супервизори

Менторите и супервизорите се потребни кога се реализираат волонтерските програми. Нивната улога е да ја следат реализацијата на програмата, и низ супервизорска работа да им овозможат целосна поддршка на волонтерите во текот на нивниот ангажман. Тие учествуваат и во процесот на евалуација по завршувањето на програмата, па во соработка со координаторот даваат насоки за унапредување на постојните и воспоставување нови волонтерски програми.

4.2 Програмски развој

Програмскиот развој на волонтерскиот сервис се состои од повеќе чекори што сочинуваат една целина, а бидејќи се надградуваат една на друга, прават еден кружен тек што никогаш

не се завршува додека постои волонтерски сервис. Секоја фаза е многу важна и ако една не функционира, волонтерскиот сервис нема да биде одржлив.

Работата на волонтерскиот сервис се состои од следниве фази:

1. Испитување на потребите
2. Креирање на програмата
3. Регрутирање и селекција на волонтерите
4. Подготовка и дополнителна едукација
5. Реализација на програмата
6. Супервизија и мониторинг
7. Евалуација на програмата

Волонтерите низ својата работа:

- ❖ Емоционално се збогатуваат, израснуваат во здрави, хумани луѓе и комплетни личности. Создаваат сензибилност кон другите луѓе и се подготвени за безусловна поддршка и разновидна поддршка на заедницата;
- ❖ Стекнуваат нови вештини и знаења, кои подоцна можат професионално да ги употребат;
- ❖ Поактивно се вклучени во општествениот живот на заедницата, а со самото тоа се во ситуација да се запознаваат со личности што можат да влијаат врз развојот на нивната лична кариера и успех.

Придобивки за деца и млади со посебни потреби:

- ❖ Евидентно ја зголемуваат својата социјализација;
- ❖ Го зголемуваат нивото на самодоверба;
- ❖ Зголемено учество во општествениот живот на локалната и пошироката заедница;
- ❖ Дружење со врсници – стануваат помотивирани за дружење во училиште и го подобруваат успехот;
- ❖ Родителите и семејството се порастоварени.

Начини – стилови на кои се дава поддршка

- ❖ Емоционална поддршка – слушање и поттикнување
- ❖ Инструментална поддршка – нуди практична и материјална поддршка
- ❖ Информативна поддршка – давање информации
- ❖ Евалуативна поддршка – давање повратни информации за начинот на извршување на активноста.



4.3 Испитување на потребите

Во волонтерскиот сервис поддршката на деца и млади со посебни потреби може да се даде на различни начини. Затоа е важно пред почетокот на секоја програма на волонтерски услуги да се испитаат потребите на корисникот. Со тој процес на испитување на потребите се идентификуваат насоките за креирање на програмата. Тие придонесуваат за успешност на програмата, всушност, се избегнува креирање програми што нема да бидат успешни.

Испитувањето на потребите може да се врши преку:

- а) анализа на потребите и очекувањата на децата и младите со посебни потреби во развојот на групата што ќе биде корисник на услуги;
- б) анализа на потребите и очекувањата на родителите на деца и млади со посебни потреби – при правењето на ова анализа мора да се води сметка повеќе да се земат предвид потребите на децата отколку на родителите, но мора да се земат предвид и овие потреби, особено кај деца со потешка интелектуална попреченост;
- в) анализа на потребите и очекувањата на волонтерите;
- г) анализа на потребите и очекувањата на здруженијата;
- д) анализа на потребите и очекувањата на целокупната локална заедница.

Волонтерскиот сервис најдобро ќе функционира ако се извршат овие анализи, но во некои случаи можат да се користат анализите и од претходни истражувања и резултатите од работата во претходниот период.

4.4 Креирање програма

Ако испитувањето на потребите е извршено на квалитетен начин, тогаш организацијата веќе ги има насоките за дефинирање на програмата.

Волонтерскиот програма мора, како и секоја друга програма, да има точно дефинирано:

- Цел на програмата
- Целна група
- Место и време на реализација
- Активности
- Начин на процена на успешноста на програмата
- Потребен број на волонтери со опис на позицијата
- Потребен број на вработени што ќе ѝ даваат поддршка на програмата – тренери, ментори...
- Финансиски и материјални средства.

4.5 Регрутација и селекција на волонтери

Регрутацијата на волонтери се врши преку промовирање на работата на организацијата

воопштено, но и презентирање на активностите на волонтерскиот сервис. Регрутацијата на волонтери може да се врши преку јавно огласување, разговори со млади луѓе, презентирање на волонтерскиот сервис во училиштата и на факултетите. Најдобри резултати се постигнуваат кога регрутација вршат самите волонтери. Кога организацијата е на почетокот на реализацијата на волонтерскиот сервис, тогаш е потешко изводливо и тогаш регрутацијата треба да ја извршат луѓе што во заедницата се препознаени како носители на промени.

При регрутирањето волонтери мора да се земат предвид видот на активностите што ќе се реализираат, т.е. мора пред регрутацијата точно да се дефинираат активностите што ќе ги извршуваат волонтерите.

Волонтерите имаат различни интересирања и потенцијали и, токму поради ова, треба да се води сметка при регрутирањето.

Постојат четири типа волонтери:

Претприемач – организатор: главен носител на активности, дава иницијатива, амбициозен, самоуверен, иновативен.

Посматрач: добар слушател, медијатор, дипломат, флексибилен, инспиративен, подучува и дава поддршка.

Давател на услуги: скроман, со изразена смисла за практично дејствување, корисен, лојален.

Контролор: дисциплиниран, прецизен, посветен, независен.

При селекцијата на волонтерите треба да се води сметка за овие карактеристики на потенцијалните волонтери за да се вклучат во активности што им одговараат. Селекцијата на регрутираните волонтери се врши во согласност со опишаните активности што се бараат во одредена програма. Секогаш треба да имаме на ум дека некои волонтери може да не одговараат во некои активности, но одлично ќе се снајдат во други.

Регрутацијата и селекцијата на волонтери во организации што даваат поддршка на деца и млади со посебни потреби е специфична по тоа што многу луѓе мислат дека волонтерите во овие организации можат само директно да им даваат поддршка на децата, а, всушност, можат да извршуваат и многу други активности што се важни за развивање на организацијата: да креираат сајт, да подготвуваат брошури, да изработуваат сцени за приредби, да пишуваат песни, да компонираат музика....

4.6 Подготовка и едукација на волонтерите

Пред секој почеток на реализација на волонтерската програма е потребно да се изврши подготовка и едукација на волонтерите. Без разлика на тоа колку организацијата има искуство во реализација на волонтерска програма, на едукацијата мора да се посвети големо внимание. Организации, кои штотуку почнуваат со работа, обично посериозно ѝ пристапуваат на едукацијата отколку организациите што се веќе искусни. Важно е да се напомене дека и организациите со поголемо искуство мора секогаш сериозно да ѝ се посветат на едукацијата на волонтерите, бидејќи секоја програма е специфична по нешто и не значи дека волонтерите што одлично се реализирале во претходниот проект исто така ќе се снајдат и во новиот. Освен



тоа, едукацијата е важна затоа што во овие организации се појавуваат и нови волонтери.

При реализацијата на програмата е важно волонтерите да не бидат пропуштени сами на себе, сами да се снаоѓаат и да учат од други како се работи во волонтерски сервис. Освен основната едукација што се реализира на почетокот на проектот, едукација треба да се реализира постојано и во текот на реализацијата на проектот. Пожелно би било да се реализира преку состаноци што ќе се одржуваат еднаш во месецот, а ако е можно, и почесто.

Добрата едукација ја намалува можноста од појава на грешки во текот на работата. Едукацијата подразбира и запознавање на волонтерите со нивните права и обврски.

4.7 Реализација на програмата, следење, супервизија и евалуација

По истражувањата на потребите, креирањето на програмата, регрутацијата и селекцијата на волонтерите за одредена програма, па подготовка и едукација на волонтерите за одредена волонтерска позиција (доколку е потребна), можеме да пристапиме кон реализација на програмата. Реализацијата на програмата е важен дел во организираната работа со волонтерите и затоа треба да се посвети посебно внимание. Покрај реализацијата на планираните активности, потребно е периодично да се врши следење и супервизија на работата на волонтерите, кои претставуваат важни сегменти за успешна реализација на програмата.

Следењето и супервизијата се битни активности на секоја волонтерска програма, бидејќи тие се основата врз која ја вршиме евалуацијата на успешност, па по потреба ја приспособуваме самата програма, ангажираме нови волонтери или вршиме дополнителна едукација. На овој начин целокупната програма се унапредува, научените лекции во целост помагаат при креирањето идни програми, како и нашата работа со волонтерите и корисниците. Мониторингот и супервизијата придонесуваат волонтерите да не се чувствуваат сами при реализацијата на одредена програма, да бидат задоволни од поддршката, која на некој начин им дава сигурност и натамошни насоки во работата, што влијае врз нивното долгорочно ангажирање во програмата.

Квалитетната комуникација исто така е битен сегмент во превенцијата од конфликти, за добра тимска работа и квалитетна реализација на планираните програми, па на нејзиното развивање треба да се посвети посебно внимание.

Евалуацијата претставува важен дел за организирање на волонтерските програми и за работата на волонтерите, бидејќи претставува збир на методи и техники со кои се мери влијанието на волонтерската програма по нејзината реализација. За да бидат волонтерските програми во согласност со потребите на заедницата, па и самите волонтери, кои како важен фактор учествуваат во реализацијата, покрај почетното истражување на потребите, неопходно е да се евалуираат постојните активности, па врз основа на добиените резултати да се унапредат и да се креираат нови. Пред да почнете со евалуација, би било добро да размислите за следново: кои влијанија или резултати сте сакале да ги постигнете со волонтерските активности или волонтерската програма – какви промени би сакале да постигнете кај волонтерите, организацијата во која се волонтира и корисниците.

Целта на евалуацијата е да стави акцент на она кон што е најмногу насочено вниманието, односно што ќе се мери, на кој начин, на кого или за што се наменети добиените резултати.

ПОГЛАВЈЕ 2

ЗА ВОЛОНТЕРИТЕ

1. Придобивки за волонтерите од сопствениот ангажман

Со учествувањето во волонтерски активности ви се дава можност да дадете поголем придонес во општеството, но исто така со волонтирањето стекнувате или ги подобрувате своите професионални способности преку неформални облици на учење, кои подоцна можат да ви користат во натамошното образование или при барањето работа.

Со подарувањето на вашето слободно време вие всушност си овозможувате да остварите и корист од волонтирањето.

А) Волонтирањето ве поврзува со другите

Една од добропознатите предности на волонтирањето е влијанието врз заедницата. Волонтерите се лепило што ја поврзуваат заедницата. Со волонтирањето се вклучувате во заедницата и ја правите подобро место. Волонтирањето е двонасочна улица: ви донесува корист вам и на вашите семејства, како и на оние на кои сте одлучиле да им помогнете. Со посветувањето на вашето време стекнувате нови пријатели, ги ширите видиците и ги надградувате социјалните вештини.

Со волонтирањето стекнувате нови пријатели и ги зацврстувате врските во заедницата. Еден од најдобрите начини да стекнете нови пријатели и да ги зацврстите постојните односи е учествувањето во заеднички активности. Волонтирањето е одличен начин за запознавање нови луѓе, особено ако сте во нова средина. Со волонтирањето ги зацврстувате вашите врски во заедницата, ја проширувате мрежата за поддршка и се дружите со луѓе со кои делите исти интереси, забави и активности што ве исполнуваат.

Со волонтирањето ги развивате и ги надградувате социјалните вештини. Додека некои луѓе по природа се многу отворени, други се срамежливи и тешко шират нови познанства. Волонтирањето ви дава можност да ги вежбате и да ги развивате социјалните вештини, бидејќи сте во постојан контакт со луѓе што имаат заеднички интересирања. И току поради ова е многу полесно да ги проширите врските, да запознаете повеќе пријатели и да остварите нови контакти.



Б) Волонтирањето е добро за психичкото здравје

Волонтирањето ја зголемува самодовербата. Со волонтирањето се подигнуваат самодовербата, самопочитта и задоволството од животот. Правејќи добро за другите во заедницата, стекнувате природно чувство на достигнување. Волонтирањето ви овозможува да се чувствувате горди на себе и на вашите лични вредности. Колку сте позадоволни со себе, толку е поверојатно дека на својот живот и на вашите идни цели ќе гледате со оптимизам.

Волонтирањето може да ви донесе оптимизам. Еден од клучните фактори на песимизмот е социјалната исклученост. Со волонтирањето се остваруваат секојдневни контакти со други луѓе, кои помагаат во воспоставувањето цврст систем на поддршка, а за возврат, ве штити од неповолни влијанија во време кога се соочувате со предизвици.

Подвижноста ви е ограничена – дали можете да волонтирате?

Поради недостиг на превоз, временски ограничувања, инвалидност или од некоја друга причина, многу луѓе волонтираат преку телефон или компјутер. Постојат голем број волонтерски активности што можат да се извршуваат од дома, како, на пример, пишување, графички дизајн. Во денешно време, во време на модерна технологија, на многу организации им е потребна помош со електронската пошта и мрежни страници. Ако сметате дека волонтирањето од дома би можело да биде вистински ангажман за вас, контактирајте ја организацијата што ви се допаѓа и распрашајте се за можностите во организацијата. Некои организатори на волонтирањето би можеле да бараат од вас да поминете соодветна обука или повремено да учествувате на состаноци. Би било добро да проверите дали имате доволно можности за социјален контакт и дали организаторите на волонтирањето би можеле да ви дадат поддршка ако има потреба од какви било прашања.

В) Волонтирањето може да ја унапреди вашата кариера

Волонтирањето ви дава можност за стекнување вештини, кои се применуваат на работното место, како што се тимска работа, комуникација, решавање проблеми, планирање, управување со задачи и со организацијата. Можеби ќе бидете поттикнати на работното место еден ден да ги употребите вештините што сте ги стекнале со волонтирањето.

Со волонтирањето можете да стекнете професионални искуства. Исто така, со волонтирањето ви се дава шанса да се испробате во нова професија, без долгорочна обврска. Тоа е исто така одличен начин да се стекнете со искуство во нешто сосема ново за вас. На пример, ако ве интересира нега на болен, можете да волонтирате во болница или во домот за стари и беспомошни лица. Волонтирањето исто така може да ве доведе до стажирање во организација, што може да биде од корист за вашата кариера. Со волонтирањето можат да се стекнат многу корисни професионални вештини.

Тоа што волонтирањето не е платено, не значи дека вештините што ги стекнувате се само основни. Многу волонтерски позиции бараат дополнителна целна надградба. На пример, можете да станете искусен психолог доколку волонтирате во дневен центар за лица со посебни потреби.

Со волонтирањето можете да ги надградите вештините што веќе ги поседувате и можете да ги искористите за помош во пошироката заедница. На пример, со волонтирањето можете да ја подигате свеста за проблемите во заедницата што најмногу пречат, а истовремено ги развивате и ги надградувате вештините за јавен настап, комуникација и маркетинг.

Единствени вештини потребни за волонтирање се страст и позитивен став. Иако совладувањето нови вештини може да биде од корист за секој човек, тие не се неопходни за да доживеете исполнувачко волонтерско искуство. Највредни вештини на кои можете да им дадете свој придонес се сочувствување, отвореност и подготвеност за прифаќање нови работи, волја да го правиме она што е потребно и позитивен став.

Г) Волонтирањето носи забава и можност за изразување на сопствените интересирања

Волонтирањето е забавен и едноставен начин што ви дава можност да ги истражите своите интереси и својата страст. Тоа може да ви обезбеди значајно, интересно и релаксирачко бегство од секојдневната рутина, како и да ги разбуди креативноста, мотивацијата и визијата што ќе ги пренесете во вашиот приватен и професионален живот.

Биди и ТИ волонтер

Важно е да се нагласи дека секој може да биде волонтер. Возраста, образованието и статусот се разликуваат од средина до средина, но она што е заедничко за сите волонтери е:

- ❖ **ИСКРЕНОСТ** во желбата за помагање,
- ❖ **ЧУВСТВИТЕЛНОСТ** за видот и начинот на работа на организацијата во која се волонтира,
- ❖ **ОДГОВОРНОСТ** за задачата што се прифаќа,
- ❖ **ПОЧИТУВАЊЕ** на приватноста на организацијата и нејзините членови,
- ❖ **ТРПЕЛИВОСТ** во односот кон другите членови, волонтери и вработени,
- ❖ **ЖЕЛБА** да се помогне во секоја пригода и секому,
- ❖ **СОРАБОТКА** и волја во почитувањето на индивидуалните разлики.

Овој прирачник е наменет за развивање на волонтеризмот кај младата популација, која не е случајно избрана. Младите се најинтересна популација за волонтирање, затоа што младите ги красат особини:

- Тие се динамични
- Отворени кон нови искуства, знаења
- Сакаат да ги тестираат своите можности
- Внесуваат ведрина, оптимизам
- Креативни се, ризница се на нови идеи
- Сакаат да помагаат и продолжуваат со помагање и во иднина
- Ја шират мрежата на волонтеризам.

Биди и ти волонтер, затоа што волонтерот го красат следниве особини:

Вредност



ОДЛУЧНОСТ

ЛИЧНОСТ ШТО ДАВА ЛЉУБОВ

ОРИГИНАЛНОСТ

НЕПОСРЕДНОСТ

ТАКТИЧНОСТ

ЕНТУЗИЈАЗАМ

РАЗБИРАЊЕ

ВРЕДНОСТ

За да бидете волонтер, значи да живеете во хармонија со своите уверувања за важноста на помагањето на другите, за подобар и похуман свет чии темели ги градат волонтерите.

Обврски на волонтерите: Да ја извршуваат работата во согласност со целите и вредностите на организацијата во која волонтираат.

Права на волонтерите: Да бидат вреднувани и почитувани, а нивните ставови уважувани. НИЕ ВОЛОНТЕРИТЕ можеме да го промениме светот.

ОДЛУЧНОСТ

Со волонтирањето се изградува одлучноста и се стекнуваат вештини, кои во иднина можат да бидат корисни за идната кариера и професија.

Обврски на волонтерите: Да бидат одлучни во извршување на работата, истрајни на патот до остварување на саканата цел и искрени доколку се појават проблеми.

Права на волонтерите: Да напредуваат низ различни облици на едукација, но и одлучно да кажат НЕ на она што како личност ги навредува.

ЛИЧНОСТ ШТО ДАВА ЛЉУБОВ

Во основата на волонтирањето е љубовта. Волонтирањето е другото лице на љубовта, бидејќи се раѓа од потребата за разбирање на луѓето и нивно несебично помагање.

Обврски на волонтерите: Да ја сакаат својата професија, да ги почитуваат туѓите потреби, да ги прифаќаат различностите.

Права на волонтерите: Да бидат сакани и почитувани, да се почитува нивното мислење, да знаат на кого и каде да се обратат за помош.

ОРИГИНАЛНОСТ

Со волонтирањето се развиваат креативноста и оригиналноста, а со нив се стекнува самопочитување и сигурност.

Обврски на волонтерите: Заинтересирано да ѝ се приоѓа на работата, да се ангажираат и редовно да се дава конструктивен коментар за сè.

Права на волонтерите: Да се развиваат, да се менуваат, да напредуваат и слободно да ги искажат своите најнеобични и најоригинални ставови и идеи.

НЕПОСРЕДНОСТ

Волонтеризмот подразбира искреност и непосредност во комуникацијата со луѓето.

Обврски на волонтерите: Навремено да ја информираат организацијата во случај на доцнење, недоаѓање или ако се спречени да изработат нешто.

Права на волонтерите: Да добиваат одговори на сите прашања, сите дилеми да ги решаваат со разговор.

ТАКТИЧНОСТ

Да си волонтер, значи да си толерантен, тактичен, истраен.

Обврски на волонтерите: Волонтерите да бидат тактични и да градат доверба.

Права на волонтерите: Од другите да очекуваат тактичност и да не преземаат одговорност за проблемите и однесувањата на другите.

ЕНТУЗИЈАЗАМ

Вистинскиот волонтер е ентузијаст и личност што е уверена во смислата и вредноста на она што го работи.

Обврски на волонтерите: Да уживаат во она што го работаат и на својата професија да ѝ приоѓаат со многу ентузијазам и волја.

Права на волонтерите: Редовно да добиваат конструктивни информации за својата работа.

РАЗБИРАЊЕ

Една од основните цели на волонтеризмот е сфаќањето и разбирањето на другите, а со тоа и на самите себе.

Обврски на волонтерите: Да ги разбираат и да ги почитуваат различностите и да ги уважуваат туѓите потреби и чувства.

Права на волонтерите: Да бидат сфатени и прифатени, да бараат и да добиваат емоционална поддршка и помош.



Вистината за волонтерите:

Волонтерот е личност што доброволно се занимава со хуманитарна, неплатена работа во хармонија со неговите желби и способности, **за општо добро и сопствено задоволство.**

Но сепак, волонтирањето не е само бесплатна хуманитарна работа: **тоа е начин на живот што поврзува многу луѓе во светот, а е во хармонија со вредностите што ги носиме во себе.**

Ние сме она што им го даваме на другите!

1. Што знаеме за децата и младите со посебни потреби и што мислиме дека знаеме?

Секој од нас има збир на различни ставови, на пр., за заштитата на животната средина, за смртната казна, за лицата со посебни потреби и др. Она што е најважно да се истакне дека ние не се раѓаме со нашите ставови, туку ги усвојуваме во процесот на социјализацијата, по пат на социјално учење од луѓето што нè опкружуваат и со кои живееме. Секако дека меѓусебно се разликуваме во поглед на нашите ставови. Меѓутоа, врз основа на нашите ставови може да се предвиди и нашето однесување.

Иако постојат голем број дефиниции за ставовите, како нивна заедничка карактеристика се наведува подготвеноста да реагираме на некоја појава, било позитивно или негативно.

Во пошироко значење, **предрасудата** е став формиран врз основа на недоволни информации, без подлабоко размислување или недоволно поседување знаења. Како и ставовите, така и предрасудите можат да бидат позитивни и негативни. Слободно можеме да кажеме дека предрасудата е емоционално обоена и, пред сè, е негативен став кон одредена група луѓе.

Предрасудите се темелат врз стереотипите, кои претставуваат упростено и пристрасно мислење за карактеристиките на некои групи.

Волонтерите треба да се запознаат со стереотипите и предрасудите во однос на лицата со посебни потреби, бидејќи тие често лежат во основата на секоја претстава, која ја имаме за луѓето што се поинакви од нас и претставуваат плодна почва за појава на **дискриминација.**

Иако стереотипите и предрасудите за лицата со посебни потреби се многубројни, за потребите на овој прирачник ќе ги наведеме само оние што се најчести:

- **Лицата со попреченост често се нарекуваат и се третираат како „инвалиди“.** На тој начин нивните тешкотии се генерализираат и од нив не се очекува успех ни на едно поле, и затоа често сме изнададени кога некој во инвалидска количка или некој слеп заврши факултет, ќе стане стручњак во некоја област, иако тоа не е директно поврзано со типот на нивната попреченост.
- **Не се случува ретко да го слушаме изразот: „Тие“ лица со инвалидитет/пречки во развојот, каде што се имплицира дека тие се слични меѓу себе.** Ова тенденција сите лица со попреченост да се третираат еднакво е многу погрешно, затоа што разликите меѓу нив

се огромни, дури и кога се работи за ист тип попреченост. Поради ова е лошо кога некој го гледаме и да го нарекуваме на пр. како „дете со Даун“. Единствено каде што сите лица треба да бидат еднакво третирани е во сегментот на остварување на нивните права.

- **Лицата со попреченост не се талентирани за ништо и не можат да учат.** Развојот на лицата со интелектуални тешкотии често се нарекува „дисхармоничен“, затоа што некои способности се многу понапредни и повеќе развиени од другите (добар пример е даден во филмот – Дождлив човек). Тоа значи дека ако една личност има тешкотии во еден сегмент на интелектуалниот развој, може да биде надарен во друг. Учењето е способност на секое човечко битие, без оглед на степенот на попреченост.
- **Лица со посебни потреби кај нас има малку помалку отколку во другите земји.** Лица со посебни потреби во сите земји има приближно ист број. Но во земјите во кои постои подобра социјална програма и е позастапена инклузијата на лицата со посебни потреби во животот на заедницата, многу се повидливи, па се добива впечаток дека ги има повеќе. Набљудувано од аспект на балканските земји, ова предрасуда за помал број лица со посебни потреби е поизразена, бидејќи во нив лицата со посебни потреби во голема мера се исклучени од општеството, ретко добиваат соодветно образование, вработување – ако се работоспособни, има мал број општествени сервиси (им се приспособени, затоа што не можат самостојно да се вклучат, а се случува и да се кријат бидејќи чувствуваат срам поради својата попреченост.

3. Што (не) можат децата и младите со посебни потреби?

Претходно констатиравме дека способностите на лицата со посебни потреби се предмет на голем број предрасуди. Она што треба да го нагласиме е дека нивните способности се разликуваат во секој поединечен случај и дека се условени од вродените потенцијали, особините на личноста, нивото на образование, степенот на вклученост во општествениот живот.

Развојот на децата и младите со посебни потреби во голема мера зависи од ставот што го имаме кон нив, нивните способности и можности за учење. Ако пристапиме кон нив со верување дека тие можат да учат и дека не постојат работи што тие навистина не можат да ги направат, туку дека постојат работи што можат самостојно да ги направат и работи што можат да ги направат со поддршка, во тој случај нивниот развој го поддржуваме и го правиме поуспешен на најдобар можен начин – НЕ МОЖАМ станува МОЖАМ АКО! Ваквиот став кон можностите за учење и развивање на децата и младите со посебни потреби во голема мера се вклопува во концептот „Зона на нареден развој“, кој го развил Лев Виготски. Лев Виготски е психолог што го понудил социокултурниот модел на ментален развој, во кој зборува за социјалната и за културната основа на индивидуалниот развој. Според неговото мислење, социјалната интеракција со околината е присутна од самиот почеток на животот и перманентно го обликува развојот. Значењето на социјалното опкружување почнува од самото раѓање. Новороденчето е наполно зависно од социјалното опкружување, затоа што и извршувањето на основните биолошки функции се одвива со социјално посредство. Виготски ги поделил психичките



функции на виши и нижи. Во нижите се биолошките (вродени, непосредувани), а во вишите спаѓаат социокултурните, во кои спаѓаат однесувања што се својствени за луѓето, кои се учат во општествената заедница – посредно. Низ социјалната интеракција што подразбира асистенција на компетентно лице од околината, децата однадвор усвојуваат виши психички функции, кои со време преоѓаат во внатрешни и стануваат организатори на детското однесување.

Зоната на нареден развој е всушност онаа зона во која децата извршуваат задачи што се надвор од границите на нивните индивидуални способности, со помош на покомпетентно лице (возрасен или врсник). Тоа се НАРЕДНИ способности што ќе ги стекне детето во својот развој, но во моментот може да ги изврши само со поддршка.

Развојот на детето се набљудува како непрекината низа на неговите сегашни (актуелни) и наредни развојни способности, не осврнувајќи се притоа на неговите тешкотии. Суштината на овој пристап е во квалитетната асиметрична интеракција што постои во работата со лицата со посебни потреби. Преку социјалната интеракција, покомпетентното лице го насочува развојот на одредена психичка функција, притоа потпирајќи се на достигнатиот степен на нејзиниот развој и помагајќи му на лицето со пониска компетенција да може да ја развива.

2. Неколку успешни искуства на младите волонтери со децата и младите со посебни потреби

Од сите досегашни искуства, слободно можеме да заклучиме дека најголема потреба на децата и младите со посебни потреби е потребата од дружење.

Сакам да ви презентирам неколку успешни приказни за дружењето на волонтерите со децата и младите со посебни потреби. Првите две се искуства на волонтерите што волонтираат во Здружението на родители на деца со тешкотии во развојот „Зрачак наде“, Плевелъ.

Маријана – волонтерка и Тарик – дете со посебни потреби

„Се запознавме случајно или можеби и не. Спонтано ми пријде и ме прегрна. Беше поинаков од сите. По неколку часа поминати во играње и неколку прегрнувања, го отвори моето срце и ме натера да размислувам. Постепено те запознавав и брзо те засакав. Во мене се роди некое ново чувство, дотогаш непознато. Со тебе станав нова личност. Всушност, јас бев истата, само на некој поинаков начин. Во оној момент кога твоето мало раче се најде во мојата и кога силно ме прегрна, знаев дека многу ќе ми значиш. Како да почувствував вистинска љубов. И оваа моја среќа трае и понатаму. За сите овие години што ги поминуваме заедно доживев многу убавини. Се сеќавам кога игравме, кога го слушав отчукувањето на моето исплашено срце. Бев исплашена. Те набљудував, бидејќи си играше на твој посебен начин. Во еден момент нагло скокна, несмасно дојде до мене и ме прегрна. Признавам дека се изненадив. Но твојата прегратка ме натера подобро да те запознам. И ти благодарам за тоа.

Ми кажуваат дека работите ги гледаш поинаку и тоа е вистина. Но тоа што си поинаков не значи дека не можеш да бидеш слободен. Ти ме натера да сфатам дека пријателството е љубов кон друг. Не можам да ти речам „Биди ми пријател“, но можам да ти кажам дека: „Ќе ти бидам пријател.“ Во твоето пријателство не се сомневам. Те засакав затоа што ми си посебен, не можам да ти забележам што и да направиш и сè што е твое за мене е многу важно.

Љубовта е единствена работа за која не треба да се објаснува и да се бараат причини. Сепак, го правам тоа за да ви објаснам за Тарик, детето што внесе огромна радост во мојот живот. Размислував и се прашував зошто ме одбра мене да ми го подариш твоето пријателство. Сфатив дека тоа едноставно се случува исто како и љубовта. Со ова пријателство малку давам и не му го подарив нему, туку себеси, бидејќи од него добивам многу повеќе. Ти благодарам многу.....”

Јована – волонтерка и Лаки – дете со посебни потреби

„Бев една од најмладите волонтери и тоа многу ми пречеше, бидејќи мислев дека децата нема да ме прифатат на вистински начин, бидејќи сум мала. Но љубовта што ја чувствував за децата го победи стравот од неприфаќање. Сакав да си играм со сите, срамежливо им приоѓав, си играл и ги галел. И така од ден на ден мојата желба стана реалност. Не е важно дали сме мали или големи, дали зборуваме или не зборуваме, одиме или не одиме, ние се дружиме и си помагаме едни на други онака како знаеме и умееме.

Мојот пријател е Лаки. Го сакам дружењето со него, бидејќи тој ја покажува својата љубов на поинаков начин, но штом ќе се сретнеме, нашите погледи зборуваат сè. Лаки е момче со најубавите небесносини очи, неуморен и со огромна желба да се дружиме, кој многу сака вештерки...

Лаки многу ја сака и сака да се дружи со Јоца, па вели:

„Каде си моја најмила Јоцо, дојди силно да те гушнам.“ Ќе сакаш денес да ми ја читаш онаа приказна или ќе одиме да се возиме по градот, или... “

Прекрасно искуство на волонтерка што волонтира во Здружението на родители на деца и млади со пречки во развојот „Стазе“, Подгорица.

Мелита и Марија

Мелита, волонтерка:

„Давајќи им поддршка на другите, стануваме поблагородни, а тоа ни помага да стекнеме квалитетни човечки особини“.

„Иако сум асистент во наставата и работам со дете со аутизам веќе две години, дружењето со девојче со пречки во развојот за мене е ново и драгоценост искуство. Со задоволство се согласив да бидам волонтерка, девојчето со кое се дружам и заедно го поминуваме нашето слободно време ме исполнува и ми причинува големо задоволство. Марија е девојче со ангелско лице, со топли костенливи очи и со најубава насмевка на светот. Секоја наша средба е момент на радост



и задоволство, без разлика дали одиме во кино, во театар, во трговски центар или на излет. Времето поминато со неа ме облагородува и ме прави посилна во совладувањето во тешките моменти за мене. Знае да почувствува кога сум нерасположена и тогаш ме храбри на својот својствен начин. Таа знае да даде вистинска љубов и на секој знак на мојата љубов и внимание да возврати со двапати повеќе. Го сакам дружењето со неа, бидејќи од неа учам искрено да се радувам и да се смеам, да сум благодарна и на најмало внимание, да ме направат среќна мали работи. Секој момент поминат со неа е нова лекција и ново животно искуство. Со задоволство го споделувам своето искуство од дружењето со неа со своите пријатели и со семејството.

На секој млад човек би му препорачала да волонтира, бидејќи тоа е најкорисно и најубаво поминато време.“

Марија, девојче со посебни потреби

„Сакам да се дружам, најмногу на журки. Мелита е моја најдобра другарка. Таа сè ме слуша. Кога ќе ми недостига, ѝ се јавувам по телефон. Дружењето е супер!“

Постојат уште илјадници успешни приказни, би можела да ви ги раскажувам со денови и да испишувам страници со нив. Но и од овие неколку сигурна сум дека сфативте дека волонтирањето ни ја враќа вербата во себе, во нашите способности и капацитет да понудиме сопствени одговори на проблемите околу нас. Верба дека можеме на подобро и на поубаво да го промениме својот, а и нечиј друг свет.

ПОГЛАВЈЕ 3

ВЕЖБИ (работилници) – наменети за волонтерите

Мотивација за волонтирање – Вежба 1

Поделете ги учесниците во мали групи со најмногу 5 учесници. На секоја група ѝ давате лист хартија на која се наведени повеќе различни причини за волонтирање. Замовете ги да ги прочитаат наведените причини и да размислат дали нивните лични причини се меѓу нив. Ако не се, можат да ги дополнат (допишат). Потоа побарајте да ги подредат наведените причини за волонтирање кон тоа колку за нив самите се важни, од најважниот кон помалку важните. Кога ќе бидат готови сите групи, седнувате во круг и го презентирате распоредот на причини од секоја група и ги споредувате.

Причини за волонтирање:

- Да се чувствувам корисен
- Заради забава
- Исполнување на слободното време
- Заради чувството на успешност
- Стекнување работно искуство
- Запознавање нови луѓе
- Патувања
- Помагање на оние на кои им е потребна помош
- Да се работи нешто практично и корисно
- Усовршување на вештините и учење на нешто ново од добрите искуства на пријателите и познајниците што ги стекнале со волонтирањето
- Да се проба нешто ново
- Хуманост
- Учење странски јазици
- Изразување верувања
- За да бидеме почитувани од другите
- Да се направи нешто за заедницата
- Стекнување нови пријателства



Прашања за дискусија

Колку е битна мотивацијата на поединецот за квалитетот на неговиот волонтерски ангажман?

Колку таа влијае врз корисниците или организаторите на волонтирањето?

Дали мотивацијата може да се промени?

Придобивки од волонтирањето – Вежба 2

На учесниците треба да им ги поделиме наведените придобивки, а нивна задача е да означат кои од наведените придобивки се однесуваат за поединецот – волонтерот, а кои за општеството:

- Намалување на предрасудите
- Самопочитување
- Нови знаења и учење социјални вештини
- Развивање толеранција и почитување на различностите
- Овозможување на еднакви можности за сите
- Развивање позитивни општествени вредности
- Поздрава, похумана и солидарна заедница
- Прво професионално искуство
- Развивање на креативноста
- Чувство на социјална одговорност
- Активни граѓани
- Одговорни луѓе
- Создавање нови вредности
- Подobar квалитет на живот
- Можност за влијание на општествените промени
- Подобра социјална вклученост на младите во општеството
- Нови пријателства
- Задоволство што произлегува од помагањето на другите
- Зголемена конкурентност на младите на пазарот на трудот
- Чувство на корисност и припадност (корисно поминување на слободното време)
- Похумано општество
- Превенција од нарушувања во однесувањето
- Поефикасно да се одговори на потребите на општеството
- Зголемување на социјалниот капитал и општествената кохезија
- Вежбање на одговорноста и емоционално созревање, развој на свеста за вредностите на демократското општество
- Општествени проблеми и соочување со нив
- Учење социјални вештини и развивање морален и етички концепт

Наша приказна за придобивките од волонтирањето – Вежба 3

Се земаат три празни листа. На едниот лист ќе се напише наслов – Придобивки од волонтирањето за ВОЛОНТЕРОТ. На вториот ќе напишете – Придобивки за ОПШЕСТВОТО од вклучување

на учениците во волонтерски активности, и на третиот лист ќе се напише – Придобивки за УЧИЛИШТЕТО од вклучување на учениците во волонтерски активности.

Учесниците седнуваат во круг. Секој ученик треба да напише по една реченица за тоа што гледа како придобивка од волонтирањето за себе, за општеството, а што за училиштето. Потоа му ги предава листовите на ученикот што седи до него. Секој нареден ученик треба да напише по една реченица и така до крајот на кругот. На крајот еден ја чита заедничката приказна за придобивките од волонтирањето за општеството, училиштето и за волонтерите.

Предрасуди во кутија – вежба 4

Како начин за отворање на темата за карактеристиките на децата и младите со посебни потреби може да послужи вежбата, која на сите ќе им помогне да направат разлика меѓу фактите и предрасудите кога станува збор за лицата со посебни потреби.

На учесниците им се дава по парче хартија на кое треба да испишат по две-три општи тврдења, кои повеќепати ги имаат слушнато за лицата со посебни потреби и да ги уфрлат во кутијата што се наоѓа на масата на предавачот. Потоа, од кутијата се извлекуваат тврдењата, едно по едно, и се анализираат нагласувајќи ја разликата меѓу фактот и предрасудата.

Ова вежба е корисна заради анонимноста, па на волонтерите им овозможува слободно да се изразат и да напишат некои тврдења, кои можеби би им било непријатно да ги кажат гласно.

Знам да направам АКО – вежба 5

На волонтерите им поделуваме по парче хартија и им кажуваме да ја поделат во три колони. Во првата колона треба да напишат неколку работи што знаат да ги направат, а во третата неколку што не знаат да ги направат. (Водителот треба да нагласи дека третата колона подоцна нема да се анализира во групата).

Кога сите ќе ги пополнат овие две колони, добиваат задача тврдењата од третата колона (не знам да направам) да ги преформулираат користејќи го обликот знам да направам ако... Пример: не знам да направам колач, но ако го правам со некој што ќе ме подучува, ќе можам да го направам.

На овој начин учесниците се поттикнуваат да размислуваат надвор од рамката, способности и неспособности, туку во правец на поддршка што на сите ни е потребна во некои области во животот .

Знам да направам,,

Знам да направам АКО,,, ...

Не знам да направам,,

