

Методические рекомендации
для добровольцев проекта
МООСПД "Наши дети"
Программа "Помощь детям-инвалидам"



Санкт-Петербург

2018г.

Составитель: Е.Кокорев.

Данные методические рекомендации предназначены для добровольцев проекта МОСПД "Наши дети" по программе "Помощь детям-инвалидам" при поддержке фонда президентских грантов.

Содержание

Желание стать волонтером!

Что необходимо знать волонтеру?

Первые шаги волонтера

Принципы волонтеров

Взаимодействие волонтера с ребёнком с нарушениями психического развития

Дневник волонтера

Необходимость получения психологической поддержки для волонтера

Тест «Человечки на дереве»

Правила для добровольцев от Алексея Карлова, человека с ДЦП

Ответы на самые распространенные вопросы волонтеров

Рекомендованная литература

Приложение №1 Ключ к тесту «Человечки на дереве»

Приложение №2. Анкета обратной связи волонтера "Наши дети"

Желание стать волонтером!

*В чем суть жизни?
Служить другим и делать добро.
Аристотель*

Если Вы решили стать волонтером, то это значит, что Вы уже прошли немаленький путь к принятию такого замечательного решения. И на Вашем пути будет много прекрасных моментов, когда, помогая и общаясь, Вы будете чувствовать себя окрылённым и полезным! Но и на этом пути могут появиться сомнения, разочарования, страхи, которые со временем обязательно пройдут. И тогда останется опыт, реалистичный взгляд на жизнь и, главное, чувство нужности! Потому что, до тех самых пор пока человек чувствует себя кому-то нужным, он будет ЖИТЬ по-настоящему! Быть нужным и ценным людям – в этом смысл для большого количества людей!

Как говорить: волонтер или доброволец? Это абсолютно не имеет значения, так как “волонтер” – слово французского происхождения, а “доброволец” – русское слово. И употребляются по-разному в зависимости от контекста. И, может, смысл корня в слове доброволец – добро отдаю по своей воле бескорыстно другому человеку – и есть суть отражения волонтерского движения?

Ведь волонтер помогает безвозмездно своей заботой и личным участием, где главный ресурс — это время, усилие и желание помочь. Пройдите ниже тест «Готовы ли вы стать волонтером?», чтобы оценить свою готовность идти по этому пути!

Тест «Готовы ли вы стать волонтером?»

1. Что побудило вас стать волонтером?

- А) мне тяжело видеть страдания других
- Б) возможность повысить самооценку;
- В) желание показаться лучше в глазах других людей;
- Г) я не могу по-другому (помогать людям – мое призвание)

2. Считаете ли вы людей с ограниченными возможностями особыми, коренным образом отличающимися от обычных людей?

А) да, они как инопланетяне

Б) нет, они такие же, как и все, только имеют серьезные проблемы со здоровьем

В) не знаю

Г) никогда об этом не задумывался

3. Как вы думаете можно ли с ними найти общий язык?

А) да, легко

Б) да, но придется запастись терпением

В) нет, с ними невозможно общаться

Г) нет, это трудно

4. Что вы чувствуете, когда видите инвалидов?

А) жалость

Б) презрение

В) желание помочь

Г) ничего не чувствую

5. Если отношения не будут складываться так, как вы ожидали, вы

А) уйдете, придумав какое-нибудь оправдание

Б) попытаетесь найти подход к ребенку

В) исчезнете неожиданно

Г) попытаетесь объяснить матери подопечного, что не сможете общаться с ним, и попросите ее объяснить это ребенку

6. Как долго вы собираетесь этим заниматься?

А) это разовая акция

Б) пока не надоест

В) это навсегда

Г) не знаю, как получится

Вопросы	А	Б	В	Г
---------	---	---	---	---

1	2	0	1	3
2	0	3	2	1
3	2	3	0	1
4	2	0	3	1
5	1	3	0	2
6	0	1	3	2

Оценка результатов:

- 12-18 баллов – вы полностью готовы стать волонтером;
- 7-11 баллов – у вас есть желание помогать другим, но надо основательно к этому подготовиться;
- 0-6 баллов – вам не рекомендуется быть волонтером.

Что необходимо знать волонтеру?

Желательно, чтобы волонтер, в задачи которого входит индивидуальная работа с ребенком, обладал терпением, мог найти подход к ребенку и умел строить партнерские отношения родителями ребёнка. Волонтер представляет организацию, что само по себе определяет всё дальнейшее взаимодействие с подопечными. Это и распределение ответственности, безопасность, правила взаимодействия и т.д. Поэтому необходимо знать, какие виды помощи предлагает организация. Организация «Наши дети» оказывает ресурсную помощь семьям, где есть ребёнок инвалид.

Виды помощи организации «Наши дети»

- ✓ помощь в уходе за больным ребенком (гигиенический уход, перемещение, кормление, прогулка)
- ✓ игры и занятия с ребенком
- ✓ социально-бытовая помощь (помыть окна, сходить в магазин, купить лекарства)

- ✓ мелкий домашний ремонт
- ✓ помощь в качестве автоволонтеров
- ✓ психоэмоциональная поддержка мамы или членов семьи
- ✓ информационная поддержка (узнать, как принимает врач, записать на процедуру, уточнить, какие льготы положены и пр.)
- ✓ организация консультативной помощи специалистов (логопед, дефектолог, нейропсихолог)
- ✓ поиск спонсоров для удовлетворения материальных нужд
- ✓ помощь в поиске возможностей обучения и реабилитации ребенка и прочее

Первые шаги волонтера

После прохождения собеседования и выбора семьи ребенка организуется первая встреча волонтера с ребенком. Эта встреча, как правило, проходит дома у ребёнка в присутствии координатора волонтеров. Предлагая свою помощь как волонтер, помните, что мама и близкие ребёнка инвалида опасаются за его безопасность. Поэтому волонтеру желательно уметь снимать эти опасения при помощи простых правил общения:

- проявлять доброжелательность и доброту;
- демонстрировать грамотность своей подготовки к работе с детьми с инвалидностью;
- когда происходит любое новое взаимодействие с ребёнком под присмотром мамы желательно комментировать вслух свои действия и намерения;
- уточнять у близких информацию, которая поможет общению с ребёнком.

Общаясь с ребёнком, спрашивайте себя – что ему нравится? Что он может? Что я могу ему предложить? Чтобы не растеряться, более уверенно взаимодействовать с ребёнком, имеющим инвалидность, необходимо придерживаться несколько следующих этических правил (3):

- когда вас знакомят с человеком, имеющим инвалидность, вполне естественно пожать ему руку. Даже те, кому трудно двигать рукой, или те, кто пользуются протезом, вполне могут пожать руку - правую или левую, что вполне допустимо;
- общаясь с ребёнком - обращайтесь напрямую к ребёнку, имеющему инвалидность, а не к родителю;
- если хотите прикоснуться к ребёнку, спросите его разрешения;
- обращайтесь к детям с инвалидностью по имени и на ТЫ, а к подросткам на ВЫ;
- прежде чем оказывать помощь, всегда спрашивайте, чего именно от вас ждут. Вы предложили помощь - и подождите, пока ее примут, а затем можете спросить, что и как делать. Если ребёнок говорит, то внимательно выслушивайте указания, перед тем как начинать действовать;
- не следует относиться к человеку с инвалидностью как к объекту снисхождения или жалости;

Волонтеру при взаимодействии с людьми с нарушением опорно-двигательного аппарата важно соблюдать следующие правила (3):

- когда общаетесь с человеком, использующим инвалидную коляску, присядьте на корточки, или отойдите от него на метр, чтобы он мог на вас нормально смотреть.
- коляска относится к личному пространству человека. Опирайтесь на нее или повиснуть – все равно, что делать то же самое с ее обладателем. Начать катить без спроса – грубейшее нарушение, сравнимое с тем, что взять человека

здорового, стоящего на остановке, перекинуть через плечо и понести в неизвестном направлении, ничего не объясняя. Не надо хлопать человека, находящегося в инвалидной коляске, по спине или по плечу.

- Помните, что нельзя трогать и переставлять костыли, трости, ходунки без разрешения человека. Если ребёнок не разговаривает, всё равно спросите у него разрешение.

После первой встречи с ребенком у волонтера должна быть возможность пообщаться с координатором волонтеров о том, как эта встреча происходила, что чувствовал волонтер, с какими трудностями пришлось столкнуться, что получилось хорошо (2). Координатор и волонтер, работающий с ребенком, обсуждают то, как будет строиться работа с ребенком в дальнейшем.

В течение следующих нескольких встреч с ребенком координатор волонтеров продолжает наблюдать за тем, как складываются отношения между волонтером и ребенком. Затем, если все складывается хорошо, волонтер может работать с ребенком самостоятельно. Некоторые волонтеры сами отлично знают, как играть и заниматься с ребенком и хорошо умеют это делать. Другим волонтерам, возможно, понадобится дополнительное обучение.

Гулять, играть, говорить и слушать ребенка, вместе делать то, что ему интересно и доставляет удовольствие - вот в чём задача волонтера. Устанавливать доверие у ребёнка и в дальнейшем развивать отношения с ребенком. Чтобы правильно это делать, нужно придерживаться следующих правил:

Общие правила волонтеров:

- ВСЕ отношения с семьей только через координатора
- Делать отчет о каждом дежурстве

- В случае опоздания или отмены – звонок координатору
- Самостоятельное пребывание с ребенком – не более 4-х часов
- В случае, если волонтер заподозрил повышение психоэмоционального фона семьи, его задача - сообщить об этом координатору

Волонтеру запрещается:

- давать медицинские и психологические советы
- навязывать свои религиозные и идеологические взгляды
- унижать честь и достоинство матери и ребенка
- посещать семью во время болезни, а также в состоянии алкогольного опьянения
- выполнять медицинские манипуляции
- регулярно приносить подарки (эпизодически допускается)
- помогать материально
- распространять информацию о семье и ребенке, выкладывать фотографии в открытый доступ.

Принципы волонтеров

- Главный принцип волонтерства, как у врачей — «не навреди».
- Помните, что мы помогаем не близкими отношениями, а действиями и доброжелательностью!
- От волонтерства ни в коем случае не должны страдать Вы и ваша семья.
- Если ребёнок или семья сильно привязывается и общение становится с ними в тягость, то необходимо перевести это общение через координатора.
- Старайтесь ничего не обещать тем, кому помогаете.
- Платные услуги — это уже не волонтерство, а подработка.
- Волонтер имеет право сказать «нет», в том числе своему подопечному. Когда волонтер не имеет права сказать «нет» подопечному, он становится безвольной жертвой.

- Если вы решили перестать заниматься волонёрством, обязательно скажите об этом координатору. В этом ничего страшного нет!
- Волонтёр обязуется не разглашать конфиденциальные сведения о детях и о семье, которые стали ему известны в связи с выполнением волонтёрских обязанностей.

Конечно, описываемые этические нормы не исчерпывают всех ситуаций волонтёрской деятельности.

Взаимодействие волонтера с ребёнком с нарушениями психического развития

Волонтеры могут иметь дело с подопечными с различными формами психических нарушений, в том числе и с умственной отсталостью, с нарушениями речи, внимания, мышления. (3). Также на ситуацию влияет то, что у большинства подопечных помимо психических нарушений присутствует ограничение в движении, что существенно влияет на развитие человека в целом.

Обращайтесь с человеком с проблемами развития точно так же, как вы бы обращались с любым другим. В беседе обсуждайте те же темы, какие вы обсуждаете с другими людьми, например, планы на выходные, отпуск, погода, последние события. Обращайте внимание на то, что и как Вы говорите про болезнь и больного ребёнка. Избегайте стереотипов по отношению к подопечным и к другим людям! Часто в нашем обществе звучат такие неприемлемые слова и сравнения как «больной», «ненормальный», «дебил», «неполноценный», «даун», «калека» и т.п.

Нежелательное употребление слов	Используйте эти слова
Врожденный дефект, несчастье	Врожденная инвалидность

Страдает ДЦП	Имеет ДЦП
Страдает от полиомиелита, от последствий полиомиелита, жертва полиомиелита.	Перенес полиомиелит, имеет инвалидность в результате полиомиелита
Эпилептик, припадочный	Человек с эпилепсией

Дневник волонтера

Одной из эффективных форм документирования волонтерской деятельности является ведение дневника. Это делает результаты работы волонтера измеримыми. Сделанные волонтером записи о работе с подопечным после каждого посещения могут помочь как самому волонтеру (анализ, рефлексия, подтверждение ценности выполненной работы, как способ сохранить информацию, которая иначе легко забывается) так и волонтерской организации. Потому что задокументированные результаты – это хорошие аргументы при обращении за грантами и финансовой поддержкой.

Возможные разделы дневника:

- Описание события.
- Постановка целей, оценка результатов
- Копилка волонтера.
- Мои коллеги волонтеры. Их координаты
- Повышение квалификации – дата посещения, название курса, фамилия ведущего, какие знания и навыки приобрёл, мои впечатления, кол-во часов
- Отзывы тех, кому была оказана помощь.

Пример структурированного ведения дневника.

12.09.2018 (Дата посещения) Была у Маши на ул. Коллонтай. (Имя ребёнка и место). 2 часа играли в кубики. 30 минут общались с мамой. (Вид деятельности, Кол-во часов). Ребёнку больше всего понравилось катать паровозик и объезжать препятствия. Это было весело! Уходила спокойной и усталой. (Ваши чувства и настроение ребенка)

Необходимость получения психологической поддержки для волонтера

Волонтер первый раз, придя в семью, где ребенок инвалид, видя непривычный облик подопечного, его поведение, необычную обстановку в квартире, особые запахи, может столкнуться с чувством дискомфорта и неприязни. Как в этом случае волонтеру справиться с неприятием или отвращением? Как справиться со своими чувствами (страхами, чувством неполноценности), когда волонтер узнает, что для других волонтеров это не имеет значения? Как быть волонтеру новичку, если у него не получается общение с ребенком? Где волонтеру искать помощи и поддержки? С кем ему поделиться с проблемами или разочарованием в самом себе? Для того чтобы помочь волонтеру существует **психологическое сопровождение**. Это базовая и системная задача для волонтерской организации «Наши дети». Она требует комплексного подхода и выражается, в том числе, в оказании психологической помощи волонтерам, которая представлена в трех формах: тренинги, группа супервизии и индивидуальные консультации.

Супервизия или группа поддержки для добровольцев

Супервизия – это форма групповой работы, где есть возможность волонтеру рассказать о своей работе и получить ответы на интересующие вопросы. Цель супервизий в том, чтобы помочь волонтеру более эффективно строить работу с подопечными и сохранить собственное душевное здоровье. А задач у супервизии

много: это мотивирование добровольцев, решение проблем, возникающих в ходе работы с детьми-инвалидами, психологическая поддержка, профилактика выгорания и ухода добровольцев, укрепление команды, предупреждение профессиональной деформации, негативного отношения к подопечным, увеличение стрессоустойчивости.

На группе происходит обсуждение тех проблем, с которыми сталкиваются волонтеры в своей практике. Волонтеры выговариваются, рассказывают о своих переживаниях. И, получая от других участников обратную связь, другой взгляд на проблему, слышат, как другие справляются со своими состояниями, какие у них есть открытия и находки – всё это приводит к более полному пониманию ситуации, и тогда человек видит новые возможности для себя. Проблема уже воспринимается не как проблема, а как задача.

На группе участники получают поддержку от других участников и от ведущего. Общение волонтеров позволяет улучшить обмен информацией, опытом, почувствовать себя частью коллектива, способствует сплочению участников и помогает им избежать выгорания. Группа проводится психологом на регулярной основе, она открытая, т.е. состав участников группы может меняться.

Важность супервизии для волонтера. Супервизия всегда способствует лучшему взаимопониманию. Также очень значимым как для волонтера, так и для организации является принадлежность к сообществу единомышленников и признание этим сообществом. Особенно, когда между волонтерами возникает открытая и доброжелательная атмосфера. Волонтер, почувствовавший расположение других волонтеров, значение своего мнения, поддержку и радость за некоторые достижения будет очень глубоко мотивирован на волонтерство. Группа может быть гарантом долгосрочной и постоянной помощи. Она аккумулирует опыт и часто является первичной терапевтической группой, способной оказать психологическую помощь. Волонтерская группа – сложная

система отношений, от которых зависит не только качество и плодотворность работы отдельного волонтера, но и порой зависит целое волонтерское направление (1).

Как правило, в проведении группы используется два формата супервизии: это разбор индивидуальных случаев волонтеров, а также разбора отдельных тем и проблем, с которыми сталкивается большинство волонтеров. На супервизии могут обсуждаться следующие моменты:

- события, связанные с конкретной работой за конкретный промежуток времени;
- результаты работы волонтера;
- описание опыта, который получил волонтер;
- что и как делать?
- проблемы, которые возникли, пути их решения;
- отношения с подопечными;
- отношения с другими волонтерами;
- личные вопросы;
- просьбы о помощи;
- профессиональный рост.
- задачи на будущее;
- необходимость в обучении и внесении изменений в описание работы.

Примеры запросов, которые предъявляют волонтеры это: проявление агрессии у ребёнка, трудности при расставании с ребёнком, ревность детей, как строить отношения с родственниками ребенка и т.д. Более подробно можно ознакомиться в разделе «Ответы на самые распространенные вопросы волонтеров».

Для расширения представлений и усиления мотивации к волонтерской деятельности рекомендуются к просмотру такие кинофильмы, как: «Звездочки на земле», «1+1», «А в душе я

танцюю», «Человек дождя» и др. Просмотр и обсуждение фильмов способствует изменению взглядов на проблему инвалидности.

Индивидуальные консультации добровольцев

Бесплатные регулярные индивидуальные консультации волонтеров с психологом предназначены для разрешения личных и профессиональных трудностей у волонтера. Цель консультирования: предупреждение выгорания и деформации добровольца как социального помощника; улучшение самооощущения добровольца в целом и в проекте, решение личных вопросов, повышение мотивации.

Когда обращаться за индивидуальной консультацией? Иногда волонтеру бывает затруднительно озвучивать проблему на группе или он сталкивается с проблемами, которые не касаются волонтерства, и тогда формат индивидуальной консультации решает эту проблему. Консультации психолога помогают в развитии личности волонтера, ее самореализации, решении имеющихся жизненных проблем, разрешении межличностных и внутриличностных конфликтов. Время консультации, как правило, не менее 60 минут. Индивидуальное консультирование проходит в двух форматах: консультация и личностная психотерапия. При личностной психотерапии, как правило, ставятся цели, на которые необходимо достаточно времени и изменения самого человека.

Во время общения с детьми имеющие особенные потребности у волонтера могут возникнуть множество чувств, которые могут повлиять не только на работу, но и на личную жизнь. И наоборот. Проблемы в личной жизни, раздражительность, неудовлетворённость могут перенестись на работу волонтера. Индивидуальная консультация помогает волонтеру, работающему с ребенком, лучше понять свои чувства, возникающие при этом, и справиться с этими чувствами. Как? Например, с помощью отреагирования чувств или эмоционального отреагирования. Это действия и процедуры, снижающие эмоциональное напряжение,

дающие внутреннее облегчение за счет освобождения от всей или части негативной энергии.

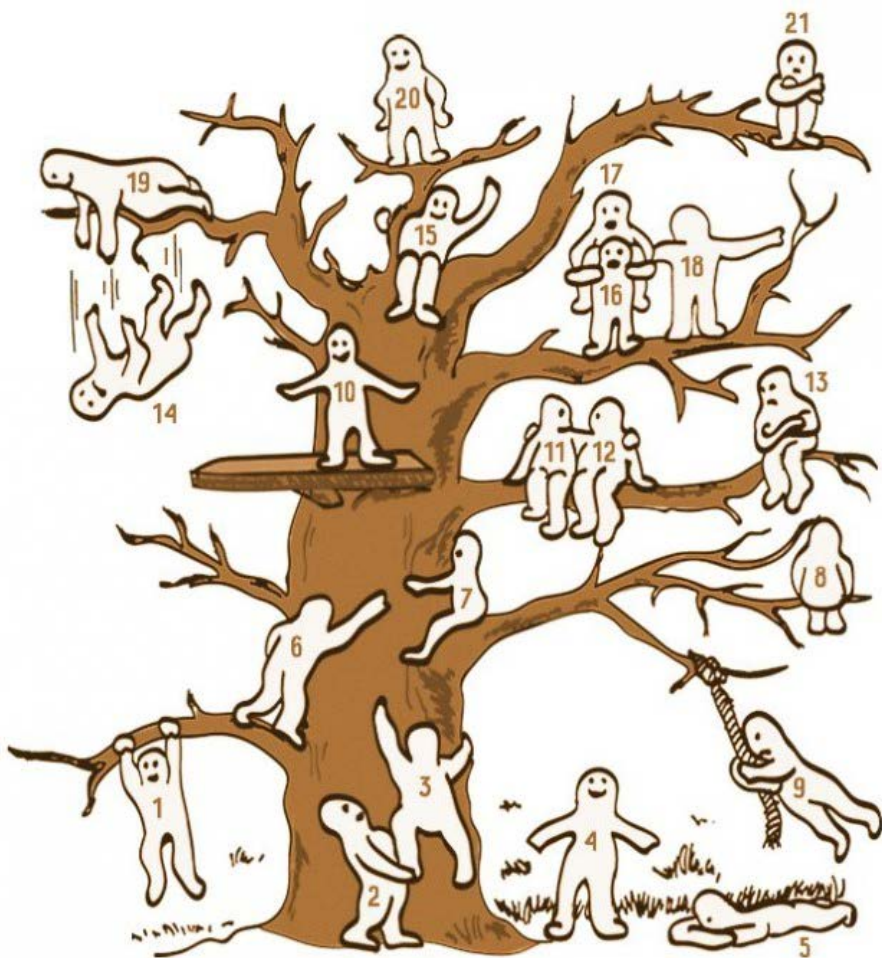
Несколько вопросов, которые помогут вам для самоанализа

- Соответствует ли работа Вашим ожиданиям?
- Получаете ли Вы удовлетворение от своей работы?
- Нет ли у Вас чего-то, что Вам не нравится и/или вызывает тревогу?
- Нет ли у Вас какого-нибудь вопроса, связанного с волонтерством?
- Складываются ли отношения с другими волонтерами, сотрудниками, подопечными?
- Не испытываете ли Вы нехватку чего-либо (например, информации) в Вашей работе?
- Какие ощущения и образы вызывает у Вас Ваша работа?

Когда волонтер остается один на один с проблемами, то он может выгореть очень быстро, чтобы этого не произошло, необходимо регулярно ходить на группы супервизии, на тренинги и посещать индивидуальные консультации. Для определения своего состояния на данный момент воспользуйтесь проективным тестом ниже «Человечки на дереве». Этот тест хорошо проводить как с детьми, так и со взрослыми.

Тест «Человечки на дереве»

Посмотрите на ту картинку и попробуйте почувствовать: где именно на этом дереве вы сейчас ощущаете себя? Обратите внимание, что у каждого из этих человечков — своё собственное настроение и внутреннее состояние, которое можно определить по выражению лица. Кто из них больше всего сейчас на вас похож? А на кого из них вы бы сами хотели быть похожими?



Результат теста можете посмотреть в **Приложении №1 Ключ к тесту «Человечки на дереве».**

Правила для добровольцев от Алексея Карлова, человека с ДЦП (5)

- **Волонтёр не должен навязывать своё вероисповедание**, но и человек с инвалидностью, которому волонтёр помогает, не должен навязывать свою религию. Вряд ли будет приятным общение двух людей, каждый из которых яростно отстаивает свою веру. Хорошо бы, чтобы каждый оставался при своей вере и при своем Боге: православные, католики, мусульмане, иудеи, атеисты (атеизм — это тоже вера: в отсутствие Бога).
- **Волонтёр не может быть брезгливым.** Что я имею в виду: у людей с инвалидностью часто есть проблемы, не знакомые здоровым людям. Это неконтролируемое слюнотечение, сильное искажение мимики, гиперкинезы – резкие неконтролируемые движения, не позволяющие самостоятельно и аккуратно есть, как положено, ножом и вилкой (вместо этого приходится есть исключительно ложкой и предварительно мельчить еду в тарелке). Также при приеме пищи инвалиды часто пачкаются и кашляют от того, что подавились.
- **Также волонтёра не должны шокировать необычные способы передвижения инвалидов** (перебирая ногами в коляске, скрючившись в ходунках, ползком по полу) или способы письма (например, не рукой, а ногой или ртом).
- **Волонтёру надо научиться понимать того человека, которому он помогает.** Многие люди с ДЦП страдают дизартрией, выражающейся в смазанной, невнятной и поначалу непривычной устной речи, с подчас не поддающейся контролю мимикой (мимикой болезни, а не человека). Кроме того, общение с человеком с ДЦП затрудняется отсутствием возможности показать что-либо жестами. Виной этому – гиперкинезы, из-за которых руки вообще живут своей собственной жизнью. И волонтёру надо стараться понять не только речь инвалида, но и его мировоззрение, интеллектуальные пристрастия: что читает, что слушает, какие фильмы смотрит, что хотел бы увидеть и услышать, что любит, а чего терпеть не может.

- **Волонтёру стоит узнать о «своем» инвалиде как можно больше:** что он за человек, какой болезнью болеет, есть ли родственники, и чем волонтёр может помочь. Но ни в коем случае не приставать с расспросами и «не лезть в душу». Если человек с инвалидностью не хочет поддерживать какой-либо разговор или отвечать на неприятные ему вопросы, то лучше его оставить в покое. Тем для бесед много, и наверняка найдутся интересные для обоих дела.
- **Волонтёр не должен ни унижаться, ни возвышаться над человеком, которому он помогает,** и этот человек не должен ни унижать, ни возвышать себя перед волонтёром. Конечно, когда доброволец и инвалид становятся друзьями, можно и пооткровенничать, но «плакаться в жилетку» друг другу не стоит: «жилетки» быстро устают от плакальщиков, а плакальщикам потом становится стыдно за свою слабость и излишние откровения.

Выскажу личные пожелания. Я бы хотел иметь волонтёра-друга, чтобы и ему и мне было удобно и комфортно, чтобы нас связывали общие интересы и интеллектуальные запросы. Чтобы мы могли куда-либо пойти вместе: в театр, на концерт, в музей, на экскурсию, на прогулку в парк или по историческим местам. Да просто побродить, для меня это «побродить» означает катиться в коляске по улицам, любуясь старой и новой архитектурой. Я бы хотел, чтобы волонтерство было полезным для нас обоих, чтобы мы оба росли духовно

Ответы на самые распространенные вопросы волонтеров

- *"Как готовить ребенка к расставанию?", " Не будет ли расставание с волонтером, которое неизбежно случится, еще одной дополнительной травмой для ребёнка?"*
- *"Стоит ли дарить ребенку подарки, приносить какие-то вещи?"*
- *«Добавлять ли ребёнка в друзья в социальных сетях?»*

- *«Ребенок иногда проявляет агрессивность. Что делать?»*

"Как готовить ребенка к расставанию?", " Не будет ли расставание с волонтером, которое неизбежно случится, еще одной дополнительной травмой для ребёнка?"

Если визиты волонтера будут нерегулярными или произойдут всего несколько раз, то, скорее всего, никакого существенного влияния на эмоциональное развитие ребенка оказано не будет. Но когда происходят стабильные и регулярные посещения в течение нескольких месяцев, то между волонтером и ребенком, несомненно, завяжутся доверительные отношения, и ребёнок может привязаться. И когда придет пора расставаться, это будет нелегко для обоих. Но опыт отношений, полученный ребенком во время встреч с волонтером, даст ему возможность быстрее установить новые отношения с другими людьми.

"Стоит ли дарить ребенку подарки, приносить какие-то вещи?"

В любом случае, будет неплохо, если у ребенка появится что-то напоминающее о регулярных доставляющих радость встречах с волонтером. Это может быть самая простая игрушка или ваша фотография. Но не увлекайтесь! Помните, что общение с ребёнком важнее, чем какой-либо подарок. Не позволяйте подменять себя материальными вещами. Вы всегда дороже любого подарка.

«Добавлять ли ребёнка в друзья в социальных сетях?»

Не рекомендуется «добавлять» подопечных в социальные сети. Потому что, помимо волонтерства у человека должно оставаться время на личную жизнь. Гармоничное сочетание работы, волонтерства и личной жизни позволяет помогать эффективно дольше и легче. А если в друзьях в социальных сетях есть дети, то волонтер начинает думать, что он может опубликовать, а что нет. На саму переписку с детьми может уходить много личного времени, что может влиять на личную жизнь. Всё это может привести к тому,

что волонтер просто не выдерживает интенсивности общения и может уйти.

«Ребенок иногда проявляет агрессивность. Что делать?»

Очень часто гнев, агрессия, аутоагрессия выступают, как стремление ребёнка изменить окружающие условия, и направлены не на причинение кому-то вреда, не против кого-то, а на того, кто оказался случайно рядом в этот момент. Поэтому сохраняйте спокойствие и уверенность, демонстрируя модель неагрессивного поведения. И попробуйте переключить внимание ребенка, предложив ему какие-либо задания -«Давай сделаем ...», «Посмотри...», угостить чем-то вкусным, проговорить его действия- «Ты злишься, ты бьешь!»

Рекомендованная литература

- Апрелева А. Музыкант как волонтер: терапевтическое применение музыки в медицинских и социальных учреждениях. – М.: Лепта Книга, 2017. – 272 с. В этой книге рассказывается как начинать и завершать отношения с благополучателем; как заботиться о безопасности на занятиях и не бояться ошибок.
- Селигман, М. Обычные семьи, особые дети: [пер. с англ.] / Селигман М., Дарлинг Р. — М.: Теревинф, 2007. — 368 с. В книге описываются стадии адаптации семьи к жизни с особым ребенком и пути сотрудничества семьи со специалистами, позволяющие организовать оптимальную помощь ребенку и семье в целом.
- Лоцман по жизни. Книга для семей, воспитывающих детей-инвалидов Казань 2014 г.
- Ньюмен С. Игры и занятия с особым ребенком: Пособие для родителей. М.: Теревинф, 2004.

Используемая литература

1. Ю. Белановский «Волонтерская организация. Методическое пособие», МАРТ 28, 2018.
2. С.В. Довбня, Т.Ю. Морозова «Методическое пособие по организации работы волонтеров в доме ребенка»
3. Abilitympics Russia. Технологии работы волонтеров с людьми с инвалидностью
4. А.Апрелева Музыкант как волонтер: терапевтическое применение музыки в медицинских и социальных учреждениях. – М.: Лепта Книга, 2017.
5. <http://neinvalid.ru/> Не инвалид.ру – официально зарегистрированное интернет-сми, целиком посвященное инвалидности.

Ключ к тесту «Человечки на дереве»

Расшифровка результатов теста:

- 1, 3, 6, 7 - целеустремленный человек, который не боится никаких препятствий и преград.
- 2, 11, 12, 18, 19 — общительный человек, который всегда окажет любую поддержку друзьям.
- 4 - человек с устойчивой жизненной позицией, и желающий добиться всевозможных успехов без преодоления трудностей.
- 5 — ребенок часто бывает утомлен, слаб, у него небольшой запас жизненных сил.
- 9 — веселый человек, любящий развлечения.
- 13, 21 — замкнут, часто подвержен внутренним тревогам и избегает частого общения с людьми.
- 8 — любит уходить в себя, размышлять о чем-то своем и погружаться в собственный мир.
- 10, 15 — нормальная адаптация к жизни, находится в комфортном состоянии.
- 14 — падает в эмоциональную пропасть, скорее всего, подвержен внутреннему кризису.
- 20 - человек с завышенной самооценкой, прирожденный лидер, который хочет, чтобы люди прислушивались именно к нему и ни к кому другому.
- 16 — человек ощущает себя уставшим от необходимости поддерживать кого-то, но, если он увидел на этой картинке, что 17 его обнимает — в таком случае он склонен расценивать себя как человека, окруженного вниманием.

Анкета обратной связи волонтера МООСПД "Наши дети"

Дорогие наши волонтеры! Действующие и пребывающие в запасе! Ответьте, пожалуйста, на вопросы нашей анонимной анкеты. Нам очень важно знать Ваше мнение для того, чтобы разрешить имеющиеся проблемы и сделать нашу работу лучше.

1. Как долго Вы являетесь волонтером "Наши дети"?
2. Укажите, пожалуйста, Ваш возраст?
3. Как часто уделяете время волонтерству?
4. Хотели бы уделять больше? Что мешает?
5. Бывает ли, что испытываете эмоциональное выгорание?
6. Если испытывали эмоциональное выгорание, то как удалось преодолеть?
7. Какие чувства испытываете, когда идете на дежурство?
8. Какие чувства испытываете после дежурства?
9. Важно ли для вас личное знакомство с другими волонтерами?
10. Насколько часто вы готовы участвовать в мероприятиях вместе с другими волонтерами?
11. Какие мероприятия от организации вам интересны?
12. Как вы оцениваете свое взаимодействие с координаторами проектов, в которых участвуете?
13. Причины, по которым вы ушли или временно приостановили сотрудничество с нашей организацией?