

# Praktyczny przewodnik DARE dotyczący inkluzji społecznej

**Praktyczny przewodnik DARE dotyczący inkluzji społecznej**  
jest rezultatem Partnerstwa Strategicznego DARE DisAble the barRIers.  
Opublikowano: 2020r.



[www.dare-project.de](http://www.dare-project.de)

**Autorzy** (według organizacji)

Rok Vukcevic, Serena Borzoni (Aforisma)  
Joanna Bać, Łukasz Kłapa, Margaret Mikłosz (Danmar Computers)  
Dimitra Zervaki, Huyen Vu (Jugend- & Kulturprojekt e. V.)  
Anastasia Oikonomoula, Katerina Michale (Kainotomia)  
Elżbieta Kosek, Ronja Wieltsch (Kreisau-Initiative e. V.)

**Redaktor:** Elżbieta Kosek, Ronja Wieltsch

**Projekt przewodnika:** Elżbieta Kosek

**Ilustracje:** Centrum Halama – Agnieszka Halama - <https://centrumhalama.pl/>

**Korekta:** Joanna Bać



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

**DISABLE THE BARRIERS**

Numer projektu: 2018-3-DE04-KA205-017203

Wsparcie Komisji Europejskiej dla powstania tej publikacji nie oznacza poparcia dla treści, które odzwierciedlają jedynie poglądy autorów, a Komisja nie ponosi odpowiedzialności za jakiegokolwiek wykorzystanie informacji w niej zawartych.

**Koordynator projektu:**

Jugend- & Kulturprojekte, Drezno (Niemcy) - <https://www.jkpev.de>

**Pozostali partnerzy:**

Aforisma, Piza (Włochy) - <http://www.aforismatoscana.net/>

Danmar Computers, Rzeszów (Polska) - <https://danmar-computers.com.pl/en/>

Kainotomia, Larisa (Grecja) - <https://kainotomia.com.gr/en/>

Kreisau-Initiative e. V., Berlin (Niemcy) - [www.kreisau.de](http://www.kreisau.de)



Kopiowanie, adaptacja i wykorzystywanie do celów niekomercyjnych jest dozwolone za zgodą: [dare-project.de](http://dare-project.de).

## Spis treści

Przedmowa .....	5
Język i terminologia w niniejszej publikacji .....	7
Podstawy międzynarodowej integracyjnej wymiany młodzieży .....	9
Zrozumienie pojęcia inkluzji społecznej .....	9
Edukacja pozaformalna .....	11
Inkluzja w międzynarodowej pracy z młodzieżą .....	12
<b>Rozdział 1 To łatwiejsze niż myślisz! .....</b>	<b>14</b>
Model społeczny i model praw człowieka w odniesieniu do niepełnosprawności .....	14
Język kategoryzujący/tożsamości .....	17
Elementy etykiety niepełnosprawności .....	18
<b>Rozdział 2 Wokół, ponad i poza barierami .....</b>	<b>27</b>
Erasmus+ a bariery uczestnictwa .....	27
Kilka dobrych praktyk w zakresie pokonywania barier .....	30
Wypowiedzi młodzieży PwVHPI .....	33
<b>Rozdział 3 Praktyczne wskazówki i metody dotyczące projektowania integracyjnych oraz jakościowych działań .....</b>	<b>37</b>
Bądź łącznikiem! .....	37
Ramy inkluzji społecznej .....	37
Dostępna przestrzeń społeczna .....	41
Język i komunikacja .....	43
Kompetencje .....	45
Metody projektowania działań integracyjnych wysokiej jakości .....	50
<b>Rozdział 4 Angażowanie, wspieranie i wzmacnianie .....</b>	<b>56</b>
Aktywne angażowanie młodych ludzi .....	56
Różne poziomy wsparcia .....	63
Wzmacnianie pozycji młodzieży w ramach międzynarodowych mobilności .....	68
<b>Rozdział 5 Dostępność: praktyczne informacje na temat dostępności stron internetowych i dokumentów .....</b>	<b>71</b>
Znaczenie dostępności informacji .....	71
Udostępnianie informacji dla wszystkich - dostępność sieci .....	71
Dostępne dokumenty .....	75
Narzędzia wspierające alternatywną i wspomagającą komunikację .....	80
<b>Literatura .....</b>	<b>82</b>

## Przedmowa

Witamy w Praktycznym Przewodniku DARE dotyczącym inkluzji społecznej!

Niniejsza publikacja jest rezultatem dwuletniego partnerstwa strategicznego DARE: DisAble the barRiErs realizowanego w ramach programu Erasmus+ Unii Europejskiej. Celem projektu jest opracowanie, rozwój i wymiana innowacyjnych praktyk oraz doświadczeń w zakresie integracji w kontekście międzynarodowych mobilności młodzieży. My, autorzy, reprezentujemy konsorcjum pięciu organizacji partnerskich z Włoch, Grecji, Polski i Niemiec. Aby rozszerzyć nasze unikalne i zróżnicowane podejście do międzynarodowej pracy z młodzieżą, uważamy, że konieczne jest zbadanie kluczowych aspektów integracji w planowaniu i wdrażaniu międzynarodowych mobilności.



Poprzez nasze aktywne zaangażowanie w wiele aspektów międzynarodowej pracy z młodzieżą jesteśmy przekonani, że każdy zasługuje na równe szanse życiowe. Niestety, wielu młodych ludzi znajduje się w niekorzystnej sytuacji ze względu na brak infrastruktury i strategii integracyjnych, co przyczynia się do tego, że nie są w stanie w równym stopniu uczestniczyć w życiu społecznym. Naszym celem w projekcie DARE jest poprawa tej sytuacji poprzez promowanie integracji w międzynarodowej pracy z młodzieżą. Pracujemy nad tym, aby umożliwić młodzieży z niepełnosprawnościami zaangażowanie i większe uczestnictwo w ciekawych inicjatywach. Ponadto, chcielibyśmy podzielić się naszym doświadczeniem z innymi organizacjami młodzieżowymi i osobami pracującymi z młodzieżą, aby wspierać realizację integracyjnych projektów. Praktyczny Przewodnik DARE dotyczący inkluzji społecznej jest jednym z wielu rezultatów projektu i jest skierowany w szczególności do tych, którzy organizują, wdrażają i koordynują międzynarodową mobilność młodzieży.

Mamy szerokie spojrzenie na integrację i jesteśmy przekonani, że nikt, niezależnie od postrzeganych zdolności, nie powinien być z tych procesów wyłączony. Naszą główną grupą docelową w projekcie DARE są osoby młode z wadami wzroku/słuchu i z niepełnosprawnościami fizycznymi. Perspektywy i spostrzeżenia, którymi się dzielimy, są w pełni adaptowalne i powinny wyrażać postawę zorientowaną na różnorodność.

W pięciu rozdziałach tego przewodnika dzielimy się informacjami i praktycznymi aspektami dostępnymi, integracyjnych działań, które naszym zdaniem mogą wspierać i wzmacniać pozycję trenerów i osób pracujących z młodzieżą podczas ich pracy. Chociaż w tym przewodniku koncentrujemy się na międzynarodowych mobilnościach młodzieży,

wierzemy, że te spostrzeżenia przyczynią się do szerszego myślenia o integracji w całym społeczeństwie.

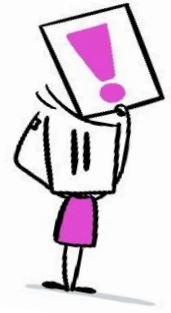
Dziękujemy za zainteresowanie naszą publikacją. Proszę mieć na uwadze, że informacje zawarte w tym przewodniku nie mogą być traktowane jako wyczerpujące i z pewnością będą uzupełniane podczas w styczności z każdą nową grupą.

Zachęcamy do wspierania działań integracyjnych, a tymczasem życzymy miłego lektury!

## Język i terminologia w niniejszej publikacji

### Trener

Niniejszy przewodnik skierowany jest do organizacji młodzieżowych, osób pracujących z młodzieżą, kierowników projektów i wszystkich tych, którzy chcą wprowadzić do pracy z młodzieżą struktury bardziej sprzyjające integracji. W niniejszej publikacji używamy terminu „trener”, który jest szeroko stosowany w edukacji pozaformalnej. Pełnienie roli trenera oznacza zarówno moderowanie procesu, jak i dbanie o to, by wszyscy byli w niego zaangażowani. Trenerzy prowadzą uczestników w procesie uczenia się i rozwoju oraz pomagają im w osiągnięciu wspólnych celów. (Szkoly dla Przyszłych Pokoleń, 2018).



### Inkluzja

Używany w tej publikacji termin „inkluzja” odnosi się do środowiska, w którym wszyscy, niezależnie od cech i możliwości, aktywnie uczestniczą w codziennym życiu. Przy inkluzji nie powinno być żadnych barier ani ograniczeń. Różnorodność powinna być postrzegana jako norma.

W tej publikacji skupiamy się przede wszystkim na zaangażowaniu młodzieży z niepełnosprawnościami, która uczestniczy w międzynarodowych integracyjnych wymianach. Staramy się jednak zwracać do uczestników, którzy, choć nie są osobami z niepełnosprawnościami, doświadczają innych form dyskryminacji. W całym tekście uwzględniona jest intersekcyjność, czyli nakładanie się na siebie wielu rodzajów dyskryminacji wobec jednej osoby. Mimo to, autorzy nie mogą twierdzić, że publikacja ta jest wolna od wszelkiej dyskryminacji.

### PwVHPI

Akronim PwVHPI pochodzi z języka angielskiego od słów People with visual, hearing and physical impairments, i odnosi się do osób młodych z wadami wzroku/słuchu lub z niepełnosprawnościami fizycznymi. Mimo że autorzy zwracają uwagę na wszystkie osoby, to osoby ze wskazanymi niepełnosprawnościami są główną grupą docelową tego przewodnika.

### Język

Powszechnie wiadomo, że język jest istotnym i potężnym narzędziem, który kształtuje naszą rzeczywistość i sposób myślenia. Użycie wrażliwego i niedyskryminującego języka ma dla autorów ogromne znaczenie.

W kontekście inkluzji często preferowany jest tzw. „język kategoryzujący” (z angielskiego people-first language, PFL). Jest to rodzaj językowej

recepty, która stawia osobę przed diagnozą i dlatego uznaje ją za „osobę niepełnosprawną” lub „osobę autystyczną”.

Są jednak tacy, którzy twierdzą, że ich niepełnosprawność nie jest w nich lub z nimi, ale jest kształtowana przez społeczeństwo lub środowisko. W tym argumencie preferują oni tzw. „język tożsamości” (z angielskiego identity-first language, IFL) i używają określenia „osoba z niepełnosprawnością” lub „osoba z autyzmem”.

Z tego punktu widzenia jest dla nas jasne, że ludzie są niepełnosprawni z powodu czynników zewnętrznych, takich jak brak przyjaznego dla nich otoczenia. W zakresie niniejszej publikacji najczęściej używamy tzw. „języka tożsamości”. (więcej: [zobacz rozdział 1](#)).

### **Język uwzględniający płeć**

Innym aspektem w wybranym przez nas języku jest odpowiednie użycie form płciowych. Używając sformułowań uwzględniających płeć, staramy się unikać stereotypów związanych z płcią i dyskryminacji wobec jakiegokolwiek konkretnej płci lub tożsamości płciowej. W niniejszej publikacji wszelkie odniesienia do płci są oznaczone gwiazdką, tak jak w przykładzie: ona\*on. Format ten sugeruje, że słowo/oznaczenie nie jest binarne i będzie odwoływać się do osób o każdej tożsamości płciowej.

### **Szczególne potrzeby**

Chociaż sformułowanie to jest często używane w odniesieniu do osób z niepełnosprawnościami, unikamy go w języku, którego używamy. Mimo że potrzeby osób z niepełnosprawnościami są indywidualne i specyficzne w odniesieniu do ich niepełnosprawności, nie ma w nich nic szczególnego.

### **Dostępność**

Ograniczamy stosowanie opisu „bez barier”, ponieważ jesteśmy zdania, że mogą istnieć środowiska całkowicie bez barier. To, co jedna osoba może uznać za bez barier, może jednocześnie stanowić wyzwanie, a nawet wykluczać inną osobę.

Z tego powodu dostępność musi być osiągnięta na poziomie indywidualnym. Autorzy są świadomi tego faktu i dlatego preferują termin „dostępny”.

### **Mobilność międzynarodowa**

W ramach programu Erasmus+, międzynarodowe wymiany młodzieży, szkolenia, wolontariat, itp., są uznawane za „mobilność międzynarodową”. W niniejszej publikacji omawiamy mobilność, a także projekty i działania międzynarodowe. Terminy te mogą być rozumiane jako synonimy.

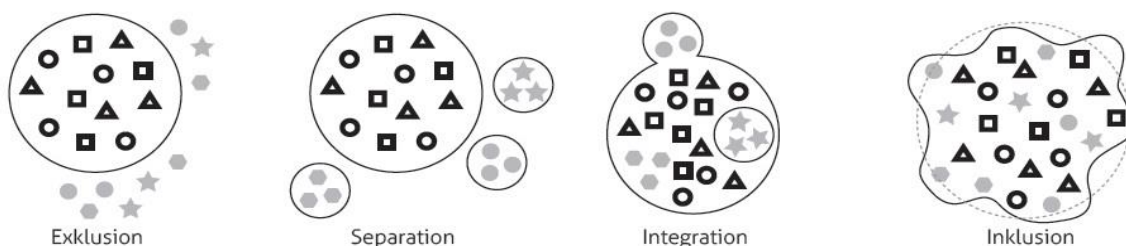
## Podstawy międzynarodowej integracyjnej wymiany młodzieży

### Zrozumienie pojęcia inkluzji społecznej

Aby wprowadzić w życie ideę inkluzji i prowadzić integracyjne działania międzynarodowe, konieczne jest wypracowanie wspólnego zrozumienia tego terminu.

Kiedy mówi się o inkluzji, pojęcie to jest często omawiane w kontekście niepełnosprawności. Z historycznego punktu widzenia jest to słuszne, gdyż idea inkluzji pojawiła się w latach 70. w USA przez inicjatywę obywatelską, która polegała na pełnym i równym uczestnictwie osób niepełnosprawnych w życiu społecznym. Dopiero w 1994 roku UNESCO ustanowiło Deklarację z Salamanki, a następnie w 2008 roku weszła w życie Konwencja ONZ o prawach osób niepełnosprawnych, co wpłynęło na europejską debatę na temat inkluzji. Kwestie związane z równym udziałem w życiu społecznym i edukacji stały się zatem istotne, a inkluzja zyskała status prawa człowieka. Stąd pochodzi jest szerokie spojrzenie dotyczące inkluzji. Nie ogranicza się ono wyłącznie do osób z niepełnosprawnościami, ale obejmuje wszystkie osoby jako równych członków społeczeństwa (UNESCO, 2014).

Istotne rozróżnienie od innych koncepcji społecznych i pedagogicznych widać na poniższym rysunku, który przedstawia różne perspektywy pedagogiczne i strukturalne (Kreisau-Initiative e. V., 2014).



Różnica między wykluczeniem, separacją, integracją, inkluzją (Kreisau-Initiative e. V., 2014)

Wykluczenie, pojęcie dominujące w polityce, społeczeństwie i edukacji aż do XX wieku, stanowi zatem antytezę inkluzji. Osoby, które nie odpowiadały przyjętej normie społecznej, były odpowiedzialne za swoje rodziny, a nie za społeczeństwo. Z pedagogicznego punktu widzenia uważano ich za niewykształconych.

Wraz z systemem separacji uznano wykształconą osobowość. Podjęto próbę edukowania tych, którzy nie stosują się do normy, aby stali się przydatnymi członkami społeczeństwa. W tym celu stworzono kilka szkolnych i specjalnych systemów edukacyjnych. Dzięki temu rozwojowi



osoby o zróżnicowanych potrzebach edukacyjnych uzyskały dostęp do edukacji zorientowanej na grupę docelową i prawo do indywidualnego wsparcia.

Jednocześnie utrzymał się podział społeczny na „uzdolnionych” i „mniej uzdolnionych”, a nauka w jednorodnych grupach była preferowana.

Uczciwe spojrzenie na istniejące dziś struktury społeczne i edukacyjne pokazuje, że separacja pozostała systemem dominującym.

W latach 70. pojawiła się debata na temat integracji, a następnie debata na temat inkluzji, która rozpoczęła się w latach 90. wraz z Deklaracją z Salamanki. Ideą integracji jest włączenie ludzi do istniejących systemów. Choć umożliwia to zaangażowanie osób wcześniej wykluczonych ze społeczeństwa, wymaga to od nich również dostosowania się do istniejących struktur większościowych.

Często integracja i inkluzja są używane synonimicznie, ale podstawowe pojęcia różnią się znacznie. Inkluzja nie posiada już struktur, które są uważane za „normalne”. Proponuje się raczej, aby systemy i warunki były zaprojektowane w taki sposób, aby każda osoba mogła wnieść do nich swój indywidualny wkład bez konieczności dokonywania zmian. Nacisk kładzie się tu na uznanie różnorodności za „normę” i zaakceptowanie istniejących różnic jako wartości dodanej. Niepełnosprawności i upośledzenia są postrzegane jako konstrukcje społeczne, których skutki muszą być przewyżnione.

Jako nowy paradygmat, integracja zakłada jako oczywiste, że udział wszystkich ludzi w życiu społecznym ma taką samą wartość. Tak więc motyw leżący u podstaw tego paradygmatu jest bardziej dalekosiężny i nie ogranicza się do osób z niepełnosprawnościami. Pod uwagę brane są inne rodzaje niekorzystnej sytuacji i dyskryminacji, jak również te przypisane do tzw. społeczeństwa większościowego.

Zdajemy sobie sprawę, że inkluzja jest idealnym obrazem społeczeństwa i w swojej prawdziwej definicji może nigdy nie być w pełni osiągnięta. Niemniej jednak, ważne jest, aby zmierzać do tego celu, ponieważ każdy może na tym skorzystać. Kluczem do tego podejścia są wysiłki zmierzające do przełamania nie tylko barier fizycznych, ale i mentalnych. Klasyfikacje różnic, takie jak „z niepełnosprawnością i bez niepełnosprawności”, „z i bez pochodzenia migracyjnego”, „młody i stary” muszą być uświadomione i przemyślane. Wspólne uczenie się i doświadczanie może zatem zmienić perspektywę i przyczynić się do dużej zmiany i zaangażowania na rzecz inkluzji.

### Edukacja pozaformalna

Wymiana, wspólne uczenie się i doświadczanie to zasadnicze cele międzynarodowej pracy z młodzieżą. Młodzi ludzie z różnych krajów i różnych środowisk spotykają się, by uczyć się o sobie nawzajem oraz uczyć się ze sobą i od siebie nawzajem. Międzynarodowe spotkania młodzieżowe często odbywają się w środowiskach edukacji pozaformalnej.

Edukacja pozaformalna odnosi się do każdego programu edukacji osobistej i społecznej młodzieży, planowanego poza programem szkolnym, który służy podnoszeniu indywidualnych umiejętności i kompetencji (Rada Europy, 2020).

Programy te wykorzystują specyficzne metody i podejścia, które umożliwiają procesy edukacyjne poprzez działania doświadczalne, twórcze i przyjemne. Edukacja pozaformalna, praktykowana w międzynarodowej pracy z młodzieżą, opiera się na pewnych podstawowych zasadach (Rada Europy, 2020). Takie program musi być:

- dobrowolny
- dostępny dla wszystkich (najlepiej)
- zorganizowanym procesem z celami edukacyjnymi
- partycypacyjny i ukierunkowany na uczestników
- zorientowany na różnorodność
- skoncentrowany na uczeniu się umiejętności życiowych i przygotowaniu do aktywnego obywatelstwa
- zrównoważony pomiędzy indywidualnymi i grupowymi celami kształcenia w ramach wspólnego środowiska
- holistyczny i zorientowany na proces
- w oparciu o doświadczenie i działania
- zaprojektowany wokół potrzeb uczestników.

Procesy edukacji pozaformalnej koncentrują się na rozwoju osobistym i społecznym młodych ludzi. Poprzez tworzenie atrakcyjnych ofert ukierunkowanych zarówno na kwestie istotne społecznie, jak i na zainteresowania osób młodych, programy te mogą pomóc uczestnikom w nabyciu kluczowych kompetencji poprzez wspólny proces uczenia się, takich jak: większa pewność siebie, samodzielność oraz uznanie ich indywidualnych talentów i mocnych stron. Ponadto takie oferty, nastawione na partycypacyjny proces decyzyjny, mogą szczególnie sprzyjać zwiększonemu zaangażowaniu w odpowiedzialność społeczną.

Ważnym wymogiem kształcenia nieformalnego jest umożliwienie i zachęcenie młodych ludzi do zajmowania się własnymi warunkami życia,

jak również warunkami społecznymi wokół nich. Są oni zachęcani do krytycznego oceniania swojego otoczenia i podejmowania osobistej odpowiedzialności. Szczególnie, integracyjne i międzynarodowe spotkania młodzieży mogą sprzyjać akceptacji różnorodności, która znajduje odzwierciedlenie w wielu twarzach, opiniach, światopoglądach i planach życiowych uczestników.

Biorąc pod uwagę podstawowe zasady i wymagania inkluzji, wartości te są w dużym stopniu zbieżne z wymaganiami dla edukacji pozaformalnej.

Przede wszystkim, edukacja pozaformalna charakteryzuje się tym, że pozostaje otwarta dla wszystkich. Inną ważną zasadą leżącą u podstaw edukacji pozaformalnej jest jej ukierunkowanie na różnorodność.

Koncentruje się na jednostce z jej\*jego niezmiennymi (płeć, niepełnosprawność, itp.) i zmiennymi (status społeczny, język, wykształcenie, itp.) cechami. W międzynarodowej pracy z młodzieżą, różnorodność wśród uczestników jest niezbędnym zasobem dla procesów edukacyjnych. Pedagogika różnorodności ma na celu zapewnienie równych praw i możliwości przy jednoczesnym zachowaniu indywidualnych różnic. Ramy, w których odbywa się edukacja pozaformalna, tworzą optymalną przestrzeń dla wspólnego uczenia się i procesów doświadczalnych, które umożliwiają uczestnikom przełamywanie barier, rozwijanie własnego wizerunku różnorodności i postrzeganie różnorodności jako szansy na rozwój.



### **Inkluzja w międzynarodowej pracy z młodzieżą**

Jak już wspomniano, idea inkluzji stanowi społeczną i pedagogiczną koncepcję, która w teorii wydaje się idealna. W praktyce jednak staje się jasne, że istnieją wyzwania i trudności. Chociaż międzynarodowa wymiana młodzieży w ramach edukacji pozaformalnej ma na celu zapewnienie dostępu dla wszystkich, statystyki pokazują, że młode osoby znajdujące się w niekorzystnej sytuacji i z niepełnosprawnościami są w tych programach zdecydowanie niewystarczająco reprezentowani. W projekcie DARE i pracujemy nad poprawą tej sytuacji. Międzynarodowa praca z

młodzieżą oferuje doskonałą okazję do eksperymentowania i refleksji nad integracyjnymi koncepcjami i metodami, w tym nad tymczasowymi, nieformalnymi ramami. Przestrzeń, w której odbywają się takie spotkania, pozwala na popełnienie błędów i pewne niepowodzenia, a dzięki podejściu partycypacyjnemu, możliwy jest wspólny proces uczenia się wszystkich zaangażowanych podmiotów, który następnie może być dalej rozwijany i przenoszony do innych środowisk formalnych i edukacyjnych.

Istotnym aspektem powodzenia tych programów jest odpowiednie wsparcie pedagogiczne. Aby stworzyć atmosferę zaufania i pozytywnej, produktywnej dynamiki grupy podczas spotkań, potrzebni są wykwalifikowani trenerzy i osoby pracujące z młodzieżą, którzy dysponują zarówno niezbędną wiedzą i przeszkoleniem, jak i otwartą i akceptującą postawą.

W ramach międzynarodowej edukacji integracyjnej, przy planowaniu i realizacji działań należy uwzględnić różnorodne potrzeby i zainteresowania. Trenerzy i personel wspierający muszą być gotowi do ciągłego stosowania i refleksji nad różnymi odpowiednimi podejściami metodologicznymi.

W szczególności jednak muszą oni mieć odwagę, aby wdrożyć inkluzję. Pragniemy wspierać ten proces poprzez spostrzeżenia i informacje przedstawione w Praktycznym Przewodniku DARE. Życzymy przyjemnych wrażeń.

## Rozdział 1 To łatwiejsze niż myślisz!

Niniejszy rozdział koncentruje się na praktycznych wymiarach inkluzji: Co ja jako trener, muszę wiedzieć o młodych osobach z niepełnosprawnościami?

Z kilku badań wynika, że nadal istnieje wiele nieporozumień i stereotypów na temat osób z niepełnosprawnościami dotyczących ich zdolności, pomocy, jakiej potrzebują lub tego, jak bardzo są aktywne/produktywne. 57% Europejczyków przyznaje, że niewiele wie o różnych rodzajach niepełnosprawności, podczas gdy 44% respondentów uważa, że „inni ludzie” nie czują się swobodnie w obecności osób z niepełnosprawnościami. Ponadto osoby pracujące z młodzieżą i trenerzy często uważają, że nie mają niezbędnej wiedzy i kompetencji do pracy z niepełnosprawną młodzieżą. Dlaczego taka sytuacja ma miejsce? Ludzie zazwyczaj boją się powiedzieć coś złego i w związku z tym decydują się nie mówić nic. Inni czasami unikają kontaktów z osobami z niepełnosprawnościami, obawiając się, że jeśli powiedzą coś „złego”, będą postrzegani jako uprzedzeni. Naszym celem w tym rozdziale jest przyczynienie się do zwiększenia zaufania osób pracujących z młodzieżą i trenerów poprzez zwiększenie ich świadomości i wiedzy na temat niepełnosprawności oraz, co najważniejsze, zlikwidowanie uczucia niezręczności wokół osób z niepełnosprawnościami poprzez stwierdzenie tego, co oczywiste. Praca z młodzieżą z niepełnosprawnościami jest łatwiejsza niż myślicie.

Główne tematy poruszone w tym rozdziale są następujące:

- Model społeczny i model praw człowieka w odniesieniu do niepełnosprawności
- Język kategoryzujący i język tożsamości
- Etykieta niepełnosprawności i sposób, w jaki trenerzy mogą wspierać niepełnosprawną młodzieżą i odpowiadać na ich potrzeby

### **Model społeczny i model praw człowieka w odniesieniu do niepełnosprawności**

Zacznijmy od wyjaśnienia terminu „niepełnosprawność”.

Niepełnosprawność jest terminem zbiorowym; złożonym zjawiskiem, które odzwierciedla interakcję między cechami ciała danej osoby a cechami społeczeństwa, w którym żyje. Przewyciężenie trudności, z jakimi borykają się osoby z niepełnosprawnościami, wymaga interwencji w celu usunięcia barier środowiskowych i społecznych. Przez większą część XX wieku niepełnosprawność była definiowana medycznie jako wynik stanu fizycznego jednostki (Disability Advocacy Resource Unit (DARU), 2020). Medyczny model niepełnosprawności przedstawia niepełnosprawność jako

„problem”, który należy do osoby z niepełnosprawnością. Nie jest on przedstawiany jako stan, który dotyczy kogokolwiek innego niż osoba dotknięta niepełnosprawnością. Na przykład, jeśli student korzystający z wózka inwalidzkiego nie jest w stanie dostać się do budynku z powodu pewnych schodków, model medyczny sugeruje, że jest to spowodowane wózkiem inwalidzkim, a nie schodkami (University of Leicester, 2020).

W ostatnich latach polityka odchodzi od medycznego modelu niepełnosprawności na rzecz praw człowieka i społecznych modeli niepełnosprawności. Rozwiązania ukierunkowane na medycynę ustąpiły miejsca bardziej interaktywnym podejściom, w których uznaje się, że ludzie są niepełnosprawni ze względu na czynniki środowiskowe i ograniczenia. Model praw człowieka, jak sama nazwa wskazuje, opiera się na podstawowych zasadach praw człowieka (Światowa Organizacja Zdrowia, 2011).

Uznaje, że:

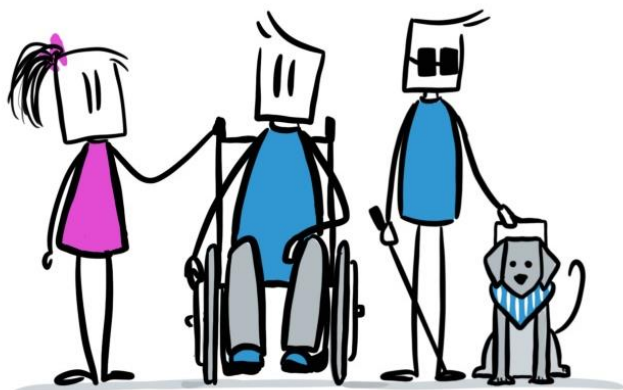
- Niepełnosprawność jest naturalną częścią ludzkiej różnorodności, którą należy szanować i wspierać we wszystkich jej formach.
- Osoby z niepełnosprawnościami mają takie same prawa jak wszyscy inni w społeczeństwie.
- Niepełnosprawności nie mogą być wykorzystywane jako pretekst do odmowy lub ograniczenia praw człowieka.

Zgodnie z preambułą Konwencji Praw Osób Niepełnosprawnych ONZ (KPON), niepełnosprawność jest „pojęciem ewoluującym”. W dokumencie podkreślono, że „niepełnosprawność wynika z interakcji między osobami z niepełnosprawnością a barierami postawy/środowiska, które utrudniają ich pełne i skuteczne uczestnictwo w życiu społecznym na równych zasadach z innymi”. Zdefiniowanie niepełnosprawności jako interakcji oznacza, że „niepełnosprawność” nie jest atrybutem osoby. Postęp w zakresie poprawy uczestnictwa w życiu społecznym można osiągnąć poprzez reagowanie i zmniejszenie barier, które utrudniają osobom z niepełnosprawnościami codzienne życie.

Konwencja celebrowa ludzką różnorodność i godność człowieka. Jej głównym przesłaniem jest to, że osoby z niepełnosprawnościami mają prawo do pełnego zakresu praw człowieka i wolności bez dyskryminacji. Znajduje to odzwierciedlenie w preambule Konwencji i w jej artykułach, ponieważ ustanawiają one obowiązek społeczeństwa do promowania pozytywnego postrzegania i większej świadomości społecznej wobec osób z niepełnosprawnościami. Kwestionuje ona również zwyczaje i zachowania oparte na stereotypach, uprzedzeniach, szkodliwych praktykach i stygmatyzacji związanych z niepełnosprawnościami. Ustanawiając mechanizm składania skarg, Protokół fakultatywny do Konwencji zapewnia



osobom z niepełnosprawnościami równe prawo do dochodzenia roszczeń w przypadku naruszenia praw zapisanych w Konwencji.



Co ważne, Konwencja i jej Protokół fakultatywny podważają wcześniejsze postrzeganie niepełnosprawności - jako problemu medycznego, źródła litości lub podejścia charytatywnego - i ustanawiają podejście do niepełnosprawności oparte na prawach człowieka.

Jako trener ważne jest, aby zrozumieć, że osoba z niepełnosprawnością może być postrzegana inaczej w zależności od środowiska i otoczenia, w którym się znajduje. Niepełnosprawność nie jest czymś, co tkwi w danej osobie w wyniku jakiegoś upośledzenia. Niepełnosprawność występuje w społeczeństwie, a nie w danej osobie. Kilka poniższych przykładów może pomóc w lepszym zrozumieniu tego faktu:

- Osoba poruszająca się na wózku inwalidzkim może mieć trudności z uczestnictwem w wymianie młodzieży nie ze względu na swój stan zdrowia, ale dlatego, że w miejscu, w którym odbędzie się wymiana, mogą istnieć bariery środowiskowe, takie jak niedostosowane autobusy lub schody, które utrudniają dostęp do miejsca.
- Młoda niedowidząca osoba chce przeczytać najnowszego bestsellera i porozmawiać o nim z przyjaciółmi, którzy nie mają problemów ze wzrokiem. W modelu medycznym istnieje bardzo niewiele rozwiązań, ale rozwiązanie oparte na modelu społecznym zapewnia, że audiobooki są dostępne już w momencie pierwszego wydania książki. Oznacza to, że młode osoby niewidome lub niedowidzące mogą uczestniczyć w zajęciach kulturalnych na równi ze wszystkimi innymi (Disability Nottinghamshire, 2020).

W związku z tym nie ulega wątpliwości, że postrzeganie i rzeczywistość niepełnosprawności zależą również od dostępnych technologii, pomocy i usług, a także od względów kulturowych.

Na poziomie UE, Unia Europejska w swoich traktatach i przepisach antidyskryminacyjnych wykazała się zaangażowaniem w ochronę

Europejczyków przed dyskryminacją; ale nie wszyscy Europejczycy są chronieni w równym stopniu. Pomimo ratyfikacji KPON przez UE i wszystkie jej państwa członkowskie, osoby z niepełnosprawnościami nadal nie są objęte kompleksową ochroną przed dyskryminacją w Europie. Tam, gdzie ochrona jest przewidziana w prawie krajowym, egzekwowanie prawa pozostaje w tyle. W kwietniu 2018 r. Komitet KPON, w swoim ogólnym komentarzu nr 7 w sprawie równości i niedyskryminacji, promował model praw człowieka w zakresie niepełnosprawności i równości sprzyjającej inkluzji społecznej jako jeden ze sposobów uznania godności ludzkiej i jej interseksjonalności w celu zapewnienia sprawiedliwości i zwalczania stygmatyzacji, uprzedzeń i przemocy.

### **Język kategoryzujący/tożsamości**

Czy słowa użyte do opisanie Twojej osoby mają wpływ na Twoje życie? Pewnie! W przeciwieństwie do powiedzenia „kije i kamienie kości mi połamią, ale słowa nigdy mnie nie zranią”, którego niektórzy z nas uczyli się w dzieciństwie, słowa mają znaczenie, ponieważ język tworzy rzeczywistość!

Na przestrzeni dziejów ludzie, których stan nazywamy „upośledzeniem” lub „niepełnosprawnością”, byli poddawani dewaluacji, marginalizacji, uprzedzeniom i dyskryminacji. Jednym z potężnych sposobów na odczłowieczenie kogoś jest język, użycie słów lub etykiet w celu zidentyfikowania osoby/grupy jako „mniej niż”, jako „innej”, „nie takiej jak my”, „nienormalnej” i tak dalej. Po skategoryzowaniu osoby/grupy w ten sposób, łatwiej jest uzasadnić uprzedzenia i dyskryminację. Język jest potężnym narzędziem, ponieważ kształtuje nasze postawy, a nasze postawy kształtują nasz język. Co więcej, zarówno nasze postawy, jak i język mają znaczący wpływ na nasze działania!

Niepełnosprawność jest niewątpliwie delikatnym tematem. Jak opisujemy we wstępie do tego rozdziału, strach przed powiedzeniem niewłaściwej rzeczy powstrzymuje ludzi przed mówieniem czegokolwiek i zniechęca ich do prowadzenia sensownych rozmów o niepełnosprawności. Od 1988 roku ma miejsce ruch językowy wprowadzający język kategoryzujący (od angielskiego *people-first language*), który stawia człowieka przed niepełnosprawnością. Pojęcie to, wprowadzone przez osoby z niepełnosprawnościami, które twierdziły, że „nie jesteśmy naszą niepełnosprawnością”, miało na celu wyeliminowanie starych i krzywdzących opisów oraz okazanie dobrych manier i szacunku (Snow, 2006). Z drugiej strony, preferowany przez wielu termin „osoba z niepełnosprawnością” (język tożsamości, od angielskiego *identity-first language*) sugeruje, że niepełnosprawność nie leży wewnątrz osoby niepełnosprawnej, ale że jest ona niepełnosprawna w kontekście



społeczeństwa. Język tożsamości opiera się na idei społecznego modelu niepełnosprawności, który skupia się na niedostosowaniu, co w rzeczywistości unieruchamia ludzi i czyni ich niezdolnymi do funkcjonowania (McColl, 2020). Niektóre społeczności zdecydowanie preferują język kategoryzujący, np. osoby z niepełnosprawnością intelektualną, co jest widoczne w licznych grupach wsparcia działających w obszarze niepełnosprawności od lat 70-tych XX wieku, które nazywa się People First, i które są prowadzone przez osoby z niepełnosprawnością intelektualną. Z drugiej strony, zarówno społeczności osób z autyzmem, jak i głuchych, z wyżej wymienionych powodów, jak i z poczucia dumy z kultury i niepełnosprawności (Ryan, 2019), zdecydowanie preferują język tożsamości.

Proszę pamiętać, że są to uogólnienia i nie powinny być traktowane jako ścisłe zasady. W każdej społeczności lub w każdym indywidualnym przypadku, zawsze będą wyjątki. W razie wątpliwości należy zapytać osobę, w jaki sposób lubi być traktowana i unikać wszelkich przypuszczeń.

Ogólnie rzecz biorąc, społeczeństwo i media często popierają jeden z dwóch skrajnie polaryzujących się poglądów na temat osób z niepełnosprawnościami. Są oni postrzegani albo jako niezwykli i bohaterzy, albo jako ofiary i żałośni (Singh, 2018). Jako trener unikaj tych dwóch kontrastów, zarówno prześladowania, jak i heroizmu, i upewnij się, że Twoja grupa rozumie, że niepełnosprawność ludzi jest istotnym aspektem ich życia, cech osobistych i w dużej mierze częścią tego, kim są. Inaczej mówiąc, niepełnosprawność staje się znanym atrybutem różnorodności. W istocie, jej obecność nie czyni ich szczególnie heroicznymi, tak samo jak nie oznacza, że ich życie jest nieustanną walką (Kim, 2019).

Podsumowując, ważne jest, aby pamiętać, że jako trener, ludzie Cię słuchają. Dlatego masz moc oddziaływania na konkretną grupę. Ważne jest, aby używać wrażliwego i poprawnego języka, ponieważ dajesz przykład, który może wpływać na zachowanie i ton grupy. Dlatego też warto być świadomym obu podejść, języka kategoryzującego (PFL) i języka tożsamości (IFL). Najważniejsze jest, aby pamiętać o osobach w grupie i o tym, jak chcą być traktowane.

### **Elementy etykiety niepełnosprawności**

Po zapoznaniu się z podejściami języka kategoryzującego i języka tożsamości, nadszedł czas na bardziej praktyczne działania. Czym jest więc etykieta niepełnosprawności? Etykieta niepełnosprawności to zbiór wytycznych dotyczących w szczególności tego, jak zwracać się do osoby z niepełnosprawnością (Heriot-Watt University Edinburgh, 2020). Nie ma

konsensusu co do tego, kiedy sformułowanie to po raz pierwszy weszło w życie, choć najprawdopodobniej wyrosło w Ruchu Praw Osób Niepełnosprawnych, który rozpoczął się na początku lat 70. Ogólnie rzecz biorąc, główny element etykiety niepełnosprawności to traktowanie osób z niepełnosprawnościami z szacunkiem (National Disability Navigator Resource Collaborative, 2020). Poniżej przedstawiamy kilka wskazówek jak z szacunkiem traktować osoby z niepełnosprawnościami, które mogą okazać się przydatne dla trenerów,

### **Zapytaj, zanim pomożesz**

Tylko dlatego, że ktoś jest niepełnosprawny, nie zakładaj, że potrzebuje pomocy. Jeśli miejsce jest dostępne dla osób z niepełnosprawnościami, mogą oni zazwyczaj poruszać się bez problemów. Zaoferuj pomoc tylko wtedy, gdy osoba ta wydaje się jej potrzebować. Osoba z niepełnosprawnością zwykle komunikuje się, gdy potrzebuje pomocy. Jeżeli będzie potrzebować Twojej pomocy, należy najpierw zapytać, jak możesz jej\*jemu pomóc przed podjęciem działania.

### **Bądź wrażliwy na kontakt fizyczny**

Osoby z niepełnosprawnościami polegają na określonych części swojego ciała; np. na ramionach dla zachowania równowagi. Używanie kontaktu fizycznego, nawet jeśli Twoim zamiarem jest pomoc, może doprowadzić do zachwiania ich równowagi. Unikaj poklepywania osoby po głowie lub dotykania jej\*jego wózka inwalidzkiego, skutera inwalidzkiego lub laski do chodzenia. Osoby z niepełnosprawnościami uważają, że ich wyposażenie stanowi część ich przestrzeni osobistej.

### **Pomyśl, zanim zaczniesz mówić**

Zawsze rozmawiaj bezpośrednio z osobą z niepełnosprawnością, a nie z jej\*jego osobą towarzyszącą, asystentem lub tłumaczem języka migowego. Krótka rozmowa z taką osobą jest bardzo ważna, pod warunkiem, że rozmawia się z nią\*nim tak samo jak z innymi osobami. Bądź wrażliwy i szanuj jej\*jego prywatność. Mimo że wiele osób z niepełnosprawnościami czuje się swobodnie mówiąc otwarcie o swojej niepełnosprawności, nadal należy ćwiczyć świadomość wrażliwości, ponieważ wiele z nich jest zbyt przyzwyczajonych do tego, że ich niepełnosprawność jest definiowana przez nich samych. Może to nastąpić na początku szkolenia, gdy ludzie zaczynają się poznawać. Proste stwierdzenie od osoby z niepełnosprawnością, np. „nie czuję się komfortowo, dzieląc się tym”, może nadać ton rozmowie i przekazać istotną informację, czy chce się ona\*on czymś podzielić.

### **Nie stawiaj hipotez**

Osoby z niepełnosprawnościami najlepiej ocenią to, co mogą, a czego nie mogą zrobić. Nie decyduj za nich na podstawie swoich doświadczeń i przypuszczeń. Jako trener możesz oczywiście być częścią procesu decyzyjnego, wymieniając dostępne opcje lub oferując zajęcia dostosowane do ich potrzeb. Jednak ostatecznie każda osoba powinna decydować za siebie.

Mając na uwadze te ogólne wskazówki, postanowiliśmy uwzględnić kilka dodatkowych sugestii dotyczących młodych osób z wadami wzroku/słuchu, niepełnosprawnych fizycznie, stanowiących główną grupę docelową projektu DARE.

### **Osoby korzystające z wózków inwalidzkich lub innych urządzeń umożliwiających poruszanie się**

Osoby korzystające z wózków inwalidzkich mają różną niepełnosprawność i różne możliwości. Niektóre z nich mogą używać rąk i dłoni. Niektórzy mogą wstawać z wózków inwalidzkich i nawet przejść krótki dystans. Ważne jest, aby pamiętać, że osoby korzystające z wózków inwalidzkich to osoby indywidualne, a nie sprzęt. Nie należy pochylać się nad kimś, kto korzysta z wózka inwalidzkiego, by ucisnąć dłoń osoby stojącej obok ani prosić osoby korzystającej z wózka inwalidzkiego o przytrzymanie nakrycia wierzchniego. Postawienie napoju na stoliku zamontowanego do czyjegoś wózka inwalidzkiego jest zdecydowanie nie do przyjęcia.

- Nie pchaj ani nie dotykaj wózka inwalidzkiego innego osoby, to część jej\*jego osobistej przestrzeni. Jeśli pomożesz komuś zejść z krawężnika nie czekając na instrukcje, możesz przypadkowo wyrzucić ją\*go z wózka. Możesz odłączyć elementy wózka, jeśli podniesiesz go za uchwyty lub podnózek.
- Zadbaj, by rampy i drzwi do budynku, które są dostosowane dla wózków inwalidzkich były zawsze dostępne i otwarte. Żaden dodatkowy sprzęt nie powinien znajdować się przed wejściami, kosze na śmieci nie powinny znajdować się na środku korytarzy, a pudełka nie powinny być składowane na rampach. Również toalety powinny być przystosowane do osób z niepełnosprawnościami i zawsze dostępne, a nie wykorzystywane jako dodatkowe pomieszczenia magazynowe, jak to często ma miejsce.
- Bądź świadomy, jak daleko dana osoba jest w stanie dosięgnąć. Umieść jak najwięcej przedmiotów w zasięgu jej\*jego ręki i upewnij się, że istnieje łatwy dostęp do materiałów szkoleniowych, takich jak: flipcharty, stoły i wszystkich innych niezbędnych przedmiotów.
- Rozmawiając z osobą poruszającą się na wózku inwalidzkim, należy chwycić za własne krzesło i usiąść na jego poziomie. Jeżeli nie jest

to możliwe, stań w niewielkiej odległości, tak aby osoba z niepełnosprawnością nie nadwyrężała szyi nawiązując z Tobą kontakt wzrokowy.

- Jeśli Twój budynek ma wiele korytarzy, upewnij się, że znaki kierują po tych najłatwiej dostępnych dla osób z niepełnosprawnościami. Osoby używające lasek do chodzenia lub kul muszą również znać najłatwiejszy sposób poruszania się po budynku, a schody mogą być dla nich łatwiejsze niż rampa. Upewnij się, że wszyscy pracownicy, wolontariusze i trenerzy są poinformowani o dostępnych drogach poruszania się, windach i sprzęcie pomocniczym na terenie obiektu i są w stanie w razie potrzeby poinstruować innych. Przed rozpoczęciem szkolenia lub projektu upewnij się, że na terenie obiektu znajdują się znaki, które pomogą uczestnikom swobodnie poruszać się, gdy będą już na miejscu. Na początku należy wskazać uczestnikom lokalizację.
- Niektórzy ludzie mają ograniczone ruchy rąk, nadgarstków lub ramion. Należy być przygotowanym do pomocy w sięganiu, chwytaniu lub podnoszeniu przedmiotów, otwieraniu drzwi i gablot oraz obsłudze automatów, czy innych urządzeń. Pamiętaj, zrób to na wyłącznie na ich prośbę! (Etykieta Niepełnosprawności, 2020).



### **A co z podróżowaniem?**

Podczas podróży z wózkiem inwalidzkim i/lub innymi urządzeniami należy odpowiednio zaplanować podróż, aby zmniejszyć ewentualne przeszkody. Z wyprzedzeniem poinformuj linię lotniczą o użytkowniku wózka inwalidzkiego lub innych urządzeniach umożliwiających poruszanie się, które będą przewożone. Każdy port lotniczy zapewnia usługę asystenta, która będzie Cię eskortować i zapewni niezbędne wsparcie w każdej sytuacji.

Skontaktuj się z linią lotniczą odpowiednio wcześniej, aby dowiedzieć się o szczegółach tej konkretnej usługi. Jeśli Twój lot jest w granicach UE, ale z przesiadką, zaplanuj 1,5 godziny pomiędzy lotami na przesiadkę.

Ponadto skontaktuj się z przewoźnikiem w kraju docelowym i poproś o wskazówki, jak zarezerwować usługę asystenta podczas podróży koleją/autobusem.

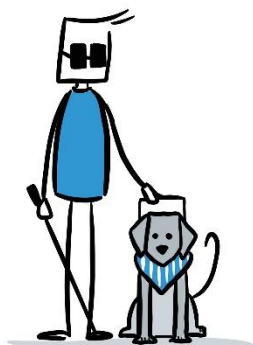
### **Osoby niewidome lub niedowidzące**

Osoby niewidome lub niedowidzące wiedzą, jak się orientować w terenie i poruszać po ulicy. Są one zdolne do podróżowania bez pomocy, choć mogą korzystać z laski do chodzenia lub psa przewodnika. Osoba może mieć niepełnosprawność wzrokową, która nie jest oczywista. Bądź przygotowany do udzielenia pomocy takiej osobie, gdy zostaniesz o to poproszony, np. w czytaniu (Etykieta Niepełnosprawności, 2020):

- Przedstaw się, zanim nawiążesz bliższy kontakt z osobą niewidomą. Powiedz jej\*jemu, jak się nazywasz i jaka jest Twoja rola, np. trener, tłumacz, uczestnik, itp. Upewnij się, że przedstawiś ją\*jego innym osobom, które są w grupie, aby uniknąć wykluczenia.
- Jeśli masz niewidomych uczestników, przydatne może być oprowadzenie ich po obiekcie w celu wsparcia ich łatwiejszego poruszania się w trakcie szkolenia.
- Jeśli zmieniłaś\*zmieniłeś coś w jednym miejscu, np. aranżację mebli w sali, upewnij się, że poinformowałaś\*poinformowałeś o tym niewidomych uczestników.
- Ludzie, którzy są niewidomi, mogą potrzebować swoich rąk do równowagi, więc zaproponuj im pomoc w postaci swojego ramienia, jeśli tego oczekują. (Często jednak wskazane jest poprowadzenie ręki osoby niewidomej do poręczy lub oparcia krzesła, aby pomóc jej\*jemu wejść na schody lub zająć miejsce siedzące).
- Jeśli osoba ma psa przewodnika, spaceruj obok psa, a nie obok osoby niewidomej. Podczas spaceru należy opisać otoczenie, zwracając uwagę na wszelkie przeszkody, takie jak schody („w górę” lub „w dół”) lub niebezpieczną szczelinę w chodniku. Inne zagrożenia obejmują drzwi obrotowe, półotwarte szafki na dokumenty lub drzwi, a także przedmioty wystające ze ściany na wysokości głowy, takie jak wiszące rośliny lub lampy. Jeżeli masz zamiar udzielić ostrzeżenia, zrób to precyzyjnie. Krzyknięcie „Uważaj!” nie informuje osoby, czy powinna się zatrzymać, pobiec, zrobić unik lub skoczyć.
- Jeśli udzielasz wskazówek, podaj konkretne, niewzrokowe informacje. Zamiast mówić: „Idź w prawo, gdy dotrzesz do

najbliższego wejścia”, co zakłada, że osoba wie, gdzie jest najbliższe wejście, możesz powiedzieć: „Idź do końca tej alei i skręć w prawo”. Niewzrokowe wskazówki i znaki są również bardzo ważne przy wyjaśnianiu miejsc spotkań. Proste stwierdzenie typu „Spotykamy się tutaj na zewnątrz sali przy drzewach” nie jest pomocne. Wybierz miejsca, które są już znane lub powiedz wyraźnie, jak dotrzeć do miejsca szkolenia/spotkania.

- Jeżeli musisz zostawić osobę niewidomą, poinformuj ją\*jego o tym, że odchodzisz i zapytaj, czy niczego jej\*jemu nie potrzeba, zanim odejdziesz.
- Nie dotykaj jej\*jego łaski do chodzenia ani psa przewodnika. Pies pracuje i musi się skoncentrować. Łaska do chodzenia jest częścią przestrzeni osobistej człowieka. Jeśli osoba odłoży łaskę, nie ruszaj jej. Daj jej\*jemu znać, jeśli blokuje drogę.
- Podczas posiłków pomocne może być poinformowanie osoby niewidomej, w jaki sposób jedzenie na talerzu jest ułożone zgodnie z orientacją zegarową (godzina 12 jest najdalej od nich, godzina 6 jest najbliższej). Podczas zamawiania jedzenia, kuchnia wie, że na talerzu nie powinno być niczego, co nie jest jadalne. Niektórzy uczestnicy mogą poprosić Cię o pokrojenie ich jedzenia. Najlepszym rozwiązaniem w przypadku tej prośby jest wcześniejsze przygotowanie dania w ten sposób przez kuchnię.
- Dobrze jest używać wyrażeń idiomatycznych podczas rozmów z osobami niepełnosprawnymi. Na przykład, powiedzenie „Dobrze było Cię zobaczyć” i „Do zobaczenia później” osobie niewidomej jest całkowicie akceptowalne. Osoby niewidome same używają tego typu wyrażeń.



### **Osoby głuche lub z wadami słuchu**

Wiele osób niesłyszących komunikuje się językiem migowym i uważa się za członków mniejszościowej grupy kulturowej i językowej. Nazywają siebie Głuchymi z dużą literą G i mogą nie lubić terminu „osoby



niedosłyszające”. Inni nie mogą się temu sprzeciwić, ale ogólnie rzecz biorąc, najbezpieczniej jest mówić o osobach, które mają ubytek słuchu, ale komunikują się w języku mówionym jako „osoby z wadami słuchu”, a o osobach z głębokim ubytkiem słuchu jako o osobach niesłyszących lub głuchych.

Jako trener należy mieć świadomość, że języki migowe całkowicie różnią się od języków werbalnych tym, że są bardzo intuicyjne. Podobnie jak języki mówione, języki migowe różnią się znacznie w zależności od kraju i grupy etnicznej. Chociaż istnieje międzynarodowy język migowy (IS), niekoniecznie wszyscy go znają. Niektóre osoby głuche potrafią czytać z ruchu warg, ale nie można tego również założyć.

Osoby z ubytkiem słuchu w większości nadal komunikują się za pomocą języka werbalnego. Mogą one również mieć ograniczone zdolności słyszenia i często polegają na mimice twarzy i/lub widzeniu warg osoby mówiącej, aby skutecznie się komunikować.

Wśród osób z wadami słuchu istnieje szereg preferencji i stylów komunikacji, których nie da się wyjaśnić w tej krótkiej części. Warto zauważyć, że większość osób, które nabyły pewien stopień ubytku słuchu jako osoby dorosłe, nie komunikuje się językiem migowym. Zazwyczaj używają oni języka werbalnego i mogą okazać się dla nich pomocne urządzenia wspomagające pisanie lub słuchanie, które pomagają w poprawie komunikacji. Osoby z aparatami słuchowymi, podobnie jak niektóre osoby z ubytkiem słuchu, zazwyczaj określają, co jest dla nich najlepszym rozwiązaniem.

- Gdy wymiana informacji jest złożona (np. wyjaśnienie zadania lub dyskusja grupowa), najskuteczniejszym sposobem komunikacji z rodzimym użytkownikiem języka migowego jest skorzystanie z usług wykwalifikowanego tłumacza języka migowego. W przypadku prostych interakcji i zadań (np. wyjaśnienie kolejnego kroku lub opisanie, gdzie znajduje się dany obiekt), zazwyczaj skuteczne jest zobrazowanie informacji lub przygotowanie osobistej notatki.
- Podążaj za wskazówkami osoby, aby dowiedzieć się, czy woli używać języka migowego, gestykulacji, słowa pisanego lub mówionego. W przypadku problemów ze zrozumieniem osoby głuchoniemej lub niedosłyszającej, należy ją\*jego o tym powiadomić.
- Gdy w grę wchodzi tłumacz języka migowego, należy patrzeć bezpośrednio na osobę niesłyszącą i utrzymywać kontakt wzrokowy, aby być uprzejmym. Zwracaj się bezpośrednio do osoby („Jak mogę Tobie pomóc?”), a nie do tłumacza („Zapytaj, jak mogę jej\*jemu pomóc.”).

- Osoby niesłyszące powinny być uwzględniane we wszystkich decyzjach, które ich dotyczą, tak jak każdy inny. Nie podejmuj za nich decyzji.
- Przed rozmową z osobą niesłyszącą lub z ubytkiem słuchu, upewnij się, że zwrócisz jej\*jego uwagę. W zależności od sytuacji, możesz pomachać ręką, zapukać w stół, tupać po podłodze lub pomrużyć oczami. Staraj się unikać dotykania lub poklepywania w ramię, ponieważ może to wystraszyć osobę, która się tego nie spodziewa.
- W przypadku zdań, których dana osoba nie rozumie, należy je przeformułować, a nie powtarzać. Możesz również wspierać swoją komunikację zdjęciami, obrazkami i szkicami.
- Rozmawiając, kieruj twarz w stronę rozmówcy. Ciche, dobrze oświetlone pomieszczenie najbardziej sprzyja efektywnej komunikacji. Jest to szczególnie ważne, gdy rozmawiasz z osobami z aparatami słuchowymi. Pomieszczenia o głośnej akustyce i/lub dużym hałasie są stresujące, ponieważ aparat słuchowy nie jest w stanie przefiltrować wszystkich dźwięków. Koncentracja staje się wtedy bardzo trudna. Ponadto, jeśli znajdujesz się przed źródłem światła (np. oknem), tyłem do niego, należy pamiętać, że światło może Cię oślepić, jednocześnie zasłaniając Twoją twarz i utrudniając czytanie z ruchu warg.
- Mów wyraźnie. Większość osób z ubytkiem słuchu liczy na to, że obserwując ludzkie usta, gdy mówią lepiej zrozumieją drugą osobę. Unikaj żucia gumy, palenia papierosów i zasłaniania ust ręką podczas mówienia.
- Nie ma potrzeby krzyczeć. Jeśli osoba używa aparatu słuchowego, krzyk zostanie on skalibrowany do normalnego poziomu głosu; Twój krzyk tylko zniekształci słowa.

### **Osoby z ukrytą niepełnosprawnością**

Inną istotną rzeczą, o której należy pamiętać jest to, że nie wszystkie rodzaje niepełnosprawności są widoczne. Uczestnik może mieć do Ciebie prośbę lub zachowywać się w taki sposób, który wydaje się dziwny. Taka prośba lub zachowanie może być związane z niepełnosprawnością. Na przykład, możesz udzielić komuś prostych wskazówek słownych dotyczących danego ćwiczenia, ale może on również poprosić o pisemne instrukcje. Osoba ta może mieć trudności w uczeniu się, a komunikacja pisemna jest dla niej wsparciem. Innym przypadkiem może być osoba, która poprosi o zajęcie miejsca siedzącego, podczas gdy pozostali będą wykonywać ćwiczenie w pozycji stojącej. Osoba ta może być dotknięta chorobą lub może odczuwać skutki przyjmowania leków. Nawet jeśli te



niepełnosprawności są ukryte, są one prawdziwe. Pamiętaj, aby szanować potrzeby i prośby uczestników.

### **To naprawdę jest łatwiejsze niż Ci się wydaje!**

Ogólnie rzecz biorąc trenerzy muszą myśleć o uczestnikach z niepełnosprawnościami w taki sam sposób jak o każdym innym uczestniku, współpracować z każdą osobą. Jak już stwierdziliśmy, posiadanie niepełnosprawności nie czyni z kogoś ani bohatera, ani ofiary. Bądź pozytywni, pełni szacunku i wrażliwi, oraz gotowi do stworzenia integracyjnego środowiska poprzez planowanie. Zapytaj uczestników o ich potrzeby i oczywiście bądźcie gotowi uczyć się na błędach, postrzegać je jako doświadczenia związane z nauką!



## Rozdział 2 Wokół, ponad i poza barierami

Światowa Organizacja Zdrowia definiuje bariery jako „czynniki w otoczeniu danej osoby, które poprzez swoją nieobecność lub obecność ograniczają funkcjonowanie i powodują niepełnosprawność” (Światowa Organizacja Zdrowia, 2001). Bariery mają bardziej znaczący wpływ na osoby z niepełnosprawnościami, ponieważ mogą one uniemożliwić im samodzielność lub uczestnictwo w życiu społecznym.

Ale nie musi tak być. Świadomość barier i sposobów radzenia sobie z nimi może zmniejszyć wiele przeszkód i ograniczeń. Poprzez współpracę i wzajemny wysiłek możemy pomóc społeczeństwom stać się bardziej inkluzywnymi.

Osoby o ograniczonej sprawności ruchowej często napotykają na bariery fizyczne, które uniemożliwiają im samodzielne poruszanie się, swobodne uczestnictwo w wybranych działaniach lub dostęp do niektórych usług. Osoby z upośledzeniem wzroku lub słuchu prawie na pewno napotkają na pewnego rodzaju bariery komunikacyjne, zarówno w dostępie do informacji, jak i ich wymianie. Transport publiczny lub prywatny może stanowić barierę dla osób z niepełnosprawnościami fizycznymi. Osoby z niepełnosprawnościami napotykają również na bariery wynikające z nastawienia otoczenia i społeczne. Czasami sama świadomość, że nie mogą się udać w dane miejsce, ponieważ napotkają na barierę mobilności lub komunikacji, albo, co gorsza, napotkają inne rodzaje dyskryminacji ze względu na swoją niepełnosprawność, wystarczy, by przekonać ich, by nie jechali w dane miejsce lub nie angażowali się. Taka postawa przyczynia się do społecznej izolacji osób z niepełnosprawnościami. Mniej prawdopodobne jest, że będą mieli pracę lub ukończą szkołę średnią, często z powodu dyskryminacji i znęcania się, a także ograniczonej dostępności.

### Erasmus+ a bariery uczestnictwa

Strategia UE na rzecz młodzieży (Komisja Europejska, 2019 r.), ramy współpracy UE na rzecz młodzieży na lata 2019-2027, koncentruje się na trzech zasadniczych zadaniach:

- **ZAANGAŻOWANIE:** Młodzi ludzie muszą być aktywnymi obywatelami, aby zapewnić znaczący wpływ obywatelski, gospodarczy, społeczny, kulturowy i polityczny na społeczeństwo; UE chroni ich prawo do uczestnictwa na każdym szczeblu i chroni różnorodność ich głosów.
- **KOMUNIKACJA:** Komunikacja jest niezbędna, by solidarność znalazła się w centrum uwagi przyszłości Unii Europejskiej. Do nawiązywania kontaktów zachęca wiele rodzajów mobilności transgranicznej, które pobudzają formalne i pozaformalne uczenie się. Unia Europejska jest zaangażowana w usuwanie barier i zwiększanie dostępności doświadczeń związanych z mobilnością dla osób o szczególnych potrzebach.
- **UPODMIOTOWIENIE:** Słowo „upodmiotowienie” odnosi się do procesu uzyskiwania wolności i władzy, aby robić to, co chcesz lub kontrolować to, co się z Tobą dzieje. W tym celu Unia Europejska zwraca się do swoich państw członkowskich o wdrożenie polityki mającej na celu uznanie i poprawę pracy z młodzieżą.

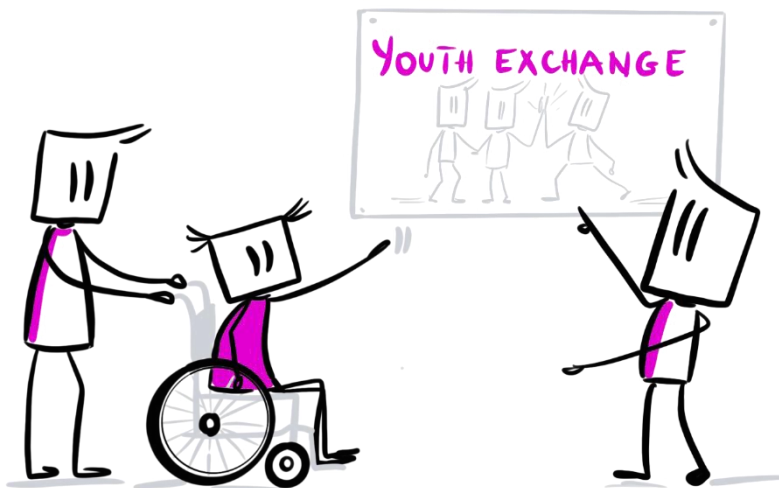
Uczestnictwo w programie wymiany jest dla większości młodych ludzi wyzwaniem; opuszczają oni swoje znajome środowisko, swoje społeczności i kraje. Podczas międzynarodowych projektów mobilności stają w obliczu nowych sytuacji, kultur, języków i grup rówieśniczych. Dla uczestników z niepełnosprawnościami ta przygoda może być szczególnie trudna.

Na poziomie indywidualnym młodzież z niepełnosprawnościami może często czuć się mniej zachęcona do uczestnictwa w programie mobilności Erasmus+; wcześniejsze doświadczenia (lub brak) wpływają na motywację do uczestnictwa w takich programach. Osoby te często mają do czynienia z niższym poziomem samooceny lub samostanowienia, co uniemożliwia im utrzymanie motywacji. Ryzyko napotkania nieodpowiednich struktur, mniej możliwości uczestnictwa lub, co gorsza, znaczących form dyskryminacji mogą być powodem rezygnacji z uczestnictwa w mobilności.

Nawet jeśli uczestnicy są zmotywowani, często napotykać na pozornie niemożliwą do pokonania przeszkodę, a mianowicie ogólny brak dostępu do informacji. Informacja może być niekompletna, niedostępna, nieosiągalna lub nie podana w języku, który rozumieją. W związku z tym może być trudno stwierdzić, czy miejsce, w którym będą gościć, jest wolne od barier, czy też będzie wyposażone we wszelkie potrzebne elementy wspomagające ich uczestnictwo. Oznacza to, że tacy uczestnicy bardzo często muszą rozpocząć planowanie na długo wcześniej przed innymi uczestnikami.

Na poziomie społecznym bariery są często budowane przez ich rodziny: otoczenie społeczne danej osoby może często decydować o tym, czy bierze ona\*on udział w jakiejś inicjatywie, czy nie. Jeśli ich rodziny i/lub przyjaciele okażą wsparcie i aktywnie włączą ich w poszukiwania i organizację podróży, wówczas bardziej prawdopodobne jest, że młodzi ludzie z niepełnosprawnościami zainteresują się mobilnością transgraniczną. Z drugiej strony, jeśli rodziny i/lub przyjaciele nie będą ich wspierać lub obawiają się wysłać ich za granicę, młodzież ta będzie mniej skłonna do uczestnictwa w programach mobilności.

Zaangażowanie trenerów i osób pracujących z młodzieżą w dyskusje z rodzinami młodzieży z niepełnosprawnościami może pomóc im zrozumieć znaczenie i wewnętrzną wartość doświadczenia transgranicznej mobilności ich synów i córek.



Z przeprowadzonego przez Komisję Europejską badania na temat wpływu programów mobilności wynika, że młodzi ludzie, którzy studiują lub uczestniczą w mobilności za granicą, mogą wzmocnić kluczowe umiejętności przekrojowe, które mogą okazać się przydatne w ich życiu osobistym. Rozpoczynając dialog międzykulturowy i poznając ludzi z całej Europy, młodzież z niepełnosprawnościami może przezwyciężyć obawy i dowiedzieć się więcej na takie tematy, jak inkluzja, równość, środowisko, itp.

Inne bariery, które osoby z niepełnosprawnościami mogą napotkać w swoich programach wymiany, to bariery okolicznościowe, które pozostają poza ich kontrolą.

Dla osób z ograniczoną sprawnością ruchową mogą one obejmować:

- Brak odpowiedniego transportu (w tym odpowiedniej pomocy na lotniskach lub dworcach kolejowych/autobusowych i w miejskim transporcie publicznym);

- Brak dostępnych struktur;
- Brak osób do pomocy, którzy zostaliby przeszkoleni w zakresie konkretnych potrzeb.

Dla osób z wadami wzroku mogą one obejmować:

- Brak informacji w alfabecie Braille'a lub łatwo dostępnych stron internetowych;
- Brak wyszkolonych asystentów, którzy pomogliby poruszać się w nowym środowisku;
- Brak usług audio przewodnika;
- Trudności w transporcie publicznym;
- Trudności w uzyskaniu materiałów dostosowanych do ich potrzeb (np. komputery z oprogramowaniem do czytania na ekranie, teksty niedostępne w formatach elektronicznych);
- Brak koordynatorów w kraju wysyłającym lub goszczącym, którzy zostaliby przeszkoleni w zakresie konkretnych potrzeb.

Dla osób z wadami słuchu mogą one obejmować:

- Brak tłumaczy języka migowego, którzy znają międzynarodowy język migowy (IS) lub właściwe dla kraju języki migowe;
- Brak koordynatorów w kraju wysyłającym lub goszczącym, którzy zostaliby przeszkoleni w zakresie konkretnych potrzeb.

Fakty te pomagają nam zrozumieć, dlaczego choć coraz więcej młodych ludzi decyduje się na udział w programach wymiany za granicą, to liczba uczestników z niepełnosprawnościami rośnie w wolniejszym tempie.

### **Kilka dobrych praktyk w zakresie pokonywania barier**

Całkowita liczba studentów z niepełnosprawnościami na uczelniach wyższych, która uczestniczyła w programach wymiany Erasmus+ (studiowanie i staże) w latach 2009-2010 wyniosła 257 (0,12% całkowitej liczby uczestników). W latach 2014-2016 liczba ta wahała się między 323 a 412, czyli wynosiła już około 0,13% - 0,17% wszystkich uczestników (MappED!, 2018).

Aby pokonać bariery osobiste i społeczne, *Volontarimini* - centrum wolontariatu w Rimini (we Włoszech) - organizuje specjalistyczne kursy dla rodzin osób młodych z wadami wzroku/słuchu lub z niepełnosprawnościami fizycznymi (PwVHPI), osób, które mają indywidualne potrzeby i chcą wziąć udział w programie wymiany i/lub innych doświadczeniach wolontariatu za granicą. Celem jest przygotowanie rodzin do doświadczeń swoich synów lub córek za granicą.

*Volontarimini*, uznawany za pioniera we Włoszech, oferuje te kursy od ponad dziesięciu lat, a ostatnio rozpoczął współpracę z ośrodkami wolontariatu w całym Włoszech i Europie (magazyn Superabile, 2018).

Będąc świadomym, że uczestnicy z niepełnosprawnościami wciąż mają trudności z uczestnictwem w programach wymiany Erasmus+, Unia Europejska gwarantuje dodatkowe środki finansowe dla uczestników dotkniętych niepełnosprawnością fizyczną bądź psychiczną lub chorobą. Ta dodatkowa dotacja jest oparta na rzeczywistych kosztach ponoszonych przez uczestników i może pomóc w pokryciu kosztów: zakwaterowania (najlepiej również w pobliżu siedziby organizacji przyjmującej), pomocy w podróży, dodatkowej pomocy medycznej, indywidualnych asystentów, wsparcia w zakresie komunikacji i innych usług. Wniosek o przyznanie „wsparcia związanego ze specjalnymi potrzebami”, jak nazywa się go w ramach programów Erasmus+, musi być złożony za pośrednictwem i przy wsparciu organizacji wysyłającej studenta. Wsparcie to jest podstawowym krokiem w kierunku inkluzji na poziomie UE.

W związku z tym konieczne jest jasne określenie wszystkich kosztów, jakie może ponieść młoda osoba z niepełnosprawnością związanych z mobilnością (np. koszty zakwaterowania, transportu lokalnego i urządzeń wspomagających).

Dodatkowe fundusze dla uczestników z niepełnosprawnościami mogą być również zapewnione na poziomie lokalnym lub krajowym. Na przykład DAAD (Niemiecka Centrala Wymiany Akademickiej) może pokryć, w oparciu o złożony wniosek, do 10.000 euro na dodatkowe koszty programów angażujących osoby z niepełnosprawnościami. (DAAD, 2019).

[Europejski Portal Młodzieżowy](#), zarządzany przez EuroDesk, oferuje informacje na temat wymiany młodzieży w Europie. Dostępny w 28 językach, wyróżnia organizacje i instytucje, które oferują doświadczenia akademickie i możliwości wolontariatu/pracy na całym świecie. Portal pozwala młodzieży PwVHPI na wyszukiwanie organizacji, które są przygotowane do przyjęcia uczestników z niepełnosprawnościami i mogą zaoferować dodatkowe wsparcie.

W ramach programu Erasmus+ sfinansowano kilka projektów dotyczących inkluzji studentów szkół wyższych, takich jak Inclusive Campus Life - trzyletni projekt, którego celem jest uczynienie życia w kampusie bardziej integracyjnym dla osób z niepełnosprawnościami. Europejska Agencja ds. Edukacji Specjalnej i Integracyjnej (European Agency for Special Needs and Inclusive Education, 2020), która zakłada współpracę z ministerstwami edukacji państw członkowskich w celu poprawy ich polityki edukacyjnej i uczynienia edukacji bardziej integracyjną dla wszystkich,

została współfinansowana ze środków programu Erasmus+. Za pośrednictwem tej agencji uczestnicy programów Erasmus+ mogą znaleźć szczegółowe informacje na temat dostępu osób z niepełnosprawnościami do programów edukacji formalnej i pozaformalnej na poziomie wyższym, w tym partnerów wymiany międzynarodowej wyszczególnionych według państw członkowskich.

Erasmus Student Network utworzył dział o nazwie ExchangeAbility w celu zwiększenia swojej integracyjności i opracował stronę internetową [MappED!](#) Platforma ta informuje osoby z niepełnosprawnościami o tym, jak dostępne są budynki uczelni dla osób z upośledzeniem wzroku, słuchu lub niepełnosprawnością ruchową. Obejmuje ona kilka aspektów dostępności, takich jak obecność ramp, wind lub przystosowanych biurek, wskazówki wizualne lub audio wewnątrz budynków, obecność map w alfabecie Braille'a, itp.

Istnieją inne platformy, które świadczą podobne usługi. [WheelMap](#) jest interaktywną mapą przeznaczoną dla osób z niepełnosprawnościami fizycznymi; pomaga w znalezieniu miejsc dostępnych dla osób na wózkach inwalidzkich. Każdy może przyczynić się do stworzenia mapy, dodając nowe lokalizacje i wskazując, czy dany obiekt jest całkowicie, częściowo czy też nie jest dostępny dla osób na wózkach inwalidzkich. Dostarcza ona również informacji o dostosowaniu toalet do osób z niepełnosprawnościami, które mogą być oznaczone oddzielnie. Zainteresowani użytkownicy mogą szukać konkretnej lokalizacji lub przeglądać mapę w poszukiwaniu miejsc dostępnych (oznaczonych na zielono), częściowo dostępnych (oznaczonych na pomarańczowo, i/lub miejsc niedostępnych (oznaczonych na czerwono) dla osób z niepełnosprawnościami fizycznymi.

[Be My Eyes](#), aplikacja mobilna, która łączy osoby niewidome i niedowidzące z wolontariuszami, używając połączenia wideo na żywo, aby pomóc im w znalezieniu zagubionego przedmiotu, przeczytaniu etykiet lub zapoznaniu się z nowym miejscem. Aplikacja, w której zarejestrowanych jest ponad 2 miliony wolontariuszy, może zaoferować dodatkowe wsparcie w ramach wymiany młodzieży, na przykład poprzez umożliwienie osobom niewidomym i niedowidzącym samodzielnego odkrywania nowego miejsca i środowiska oraz czytania materiałów, które nie są dostępne w alfabecie Braille'a. Aplikacja może również okazać się przydatna w sytuacji, gdy osoby niewidome i słabowidzące będą musiały odbyć samotną podróż, na przykład z domu na lotnisko, gdzie spotkają się z innymi członkami grupy młodzieżowej.

Europejska Unia Niewidomych (z angielskiego European Blind Union, EBU) jest organizacją non-profit, założoną w 1984 roku; jedyną organizacją



reprezentującą interesy osób niewidomych i niedowidzących w Europie. EBU opracowała broszurę skierowaną do osób pracujących z młodzieżą i osób niewidomych i słabowidzących w celu promowania programu Erasmus+ i zachęcenia ich do udziału w projektach wymiany międzynarodowej. Broszura ta zawiera również narzędzia i wskazówki, jak przygotować się do programu, aby doświadczyć bezproblemowego i udanego pobytu za granicą. Dodatkowo przewodnik zawiera wskazówki dotyczące każdego etapu wymiany oraz szczegółowe informacje na temat najważniejszych pytań, które należy zadać trenerom, koordynatorom kraju wysyłającego i przyjmującego (Uniwersytet Komeński w Bratysławie, 2018).

### **Wypowiedzi młodzieży PwVHPI**

Co uniemożliwia młodzieży z wadami wzroku/słuchu lub z niepełnosprawnościami fizycznymi (PwVHPI) udział w projektach mobilności (krótko- i długoterminowych)?

Alessandro Abbate, były student Erasmus+ i były przewodniczący Europejskiego Związku Studentów Niesłyszących, przedstawił swoje refleksje na temat mobilności studentów podczas spotkania z okazji Międzynarodowego Dnia Osób Niepełnosprawnych, które odbyło się w Brukseli w 2017 roku. Podzielił się swoim doświadczeniem:

„Skontaktowałem się z wieloma uczelniami partnerskimi Uniwersytetu LUISS. Cztery z nich posiadały tłumacza języka migowego, ale tylko jeden znał międzynarodowy język migowy - Uniwersytet w Göteborgu w Szwecji. Ostatecznie studiowałem tam przez 6 miesięcy, co było niesamowite, dzięki pomocy udzielonej zarówno przez uczelnię wysyłającą, jak i przyjmującą. Osoby niesłyszące często nie uczestniczą w programach mobilności, ponieważ znalezienie odpowiednich usług jest trudne - powoduje to zniechęcenie i izolację wśród studentów niesłyszących”.

Wypowiedź Alessandro (i [transkrypcję](#)) można znaleźć na YouTube.

Alessia Mereu, niewidoma studentka fizjoterapii na Uniwersytecie we Florencji, wzięła udział w programie mobilności w ramach projektu Vip-Tech-Job (VTJ), współfinansowanego przez program Erasmus+. VTJ ma na celu wzmocnienie pozycji młodzieży niewidomej w znalezieniu pracy poprzez wykorzystanie mediów społecznościowych i przygotowanie jej do rozmów kwalifikacyjnych za pośrednictwem kursów szkoleniowych online i offline. Rezultatem tego dwuletniego projektu była aplikacja internetowa, dzięki której osoby niewidome i niedowidzące mogą wyszukiwać ofert pracy i wykorzystywać platformę szkoleniową do doskonalenia umiejętności miękkich potrzebnych do znalezienia odpowiedniej pracy. Alessia podsumowuje (swoje) doświadczenia z VTJ:



„Brałam udział w dwóch wydarzeniach dotyczących mobilności: jednym w Liège w Belgii i jednym w Granadzie w Hiszpanii. Powody, dla którego zdecydowałam się na udział w tych wydarzeniach są głównie dwa: z jednej strony uważam, że są one doskonałą okazją do językowego, emocjonalnego i kulturowego wzbogacenia się; z drugiej strony, czułam, że chcę wnieść swój wkład w życie społeczności osób niewidomych poprzez ocenę i testowanie aplikacji oraz kursu online opracowanego w ramach projektu VTJ, współfinansowanego przez program Erasmus+, aby uczynić go jak najlepszym i jak najbardziej dostępnym, tak abym sama mogła również skorzystać z tych rezultatów w przyszłości, kiedy będę musiała szukać pracy. Nie napotkałam wielu szczególnych trudności ani przed wyjazdem, ani w jego trakcie: moja rodzina i koordynatorzy projektu wspierali mnie i zawsze byli gotowi pomóc w razie jakichkolwiek wątpliwości. Podczas naszych spotkań miałam tylko pewne problemy ze zrozumieniem języka angielskiego: mam średnią znajomość języka angielskiego, ale na szczęście inni uczestnicy koordynatorzy projektu pomogli mi, jeśli miałam jakikolwiek problem z jego zrozumieniem. Zdecydowanie polecam udział w programie wymiany: po pierwsze, wróciłam do domu wzbogacona pod względem osobistym i zawodowym. Doświadczenia związane z mobilnością to świetny sposób na poznanie siebie o wiele lepiej oraz innych. Nauczyłam się nowych rzeczy o sobie i te wspomnienia będę zawsze cenić. A jeśli lubisz podróżować, odkrywać nowe miejsca i poznawać nowych ludzi, tak jak ja, to jeszcze lepiej!”

Diana Silva, 21-letnia studentka z Guimarães w Portugalii, kończy obecnie pięciomiesięczną mobilność w ramach programu Erasmus w Salamance w Hiszpanii. Diana, po urazie rdzenia kręgowego, od 7 lat jest użytkownikiem wózka inwalidzkiego. Wyjaśnia:

„Byłam zmotywowana do udziału w tej mobilności głównie po to, by nauczyć się nowego języka i poznać nowych przyjaciół. Innym bardzo ważnym aspektem była dla mnie niezależność: chciałam poczuć, że mogę robić wszystko na własną rękę. Jak można sobie wyobrazić, zorganizowanie tej mobilności nie było najłatwiejszą rzeczą w życiu. Oprócz procesu ubiegania się o przyjęcie na studia i rejestracji, otrzymałam od uczelni bardzo niewielkie wsparcie językowe. Musiałam studiować i ćwiczyć z rodziną i przyjaciółmi w domu, co sprawiło, że było to zabawne doświadczenie, muszę przyznać, ale i wolniejszy proces. Gdy przyjechałam do Salamanki nie miałam swojego pokoju ani mieszkania, ponieważ moja uczelnia przyjmująca nie oferowała wsparcia w zakresie zakwaterowania. Ale nie pozwoliłem, aby to powstrzymało mnie od cieszenia się pierwszym tygodniem w Salamance: zdecydowałam się wynająć pokój w hotelu podczas gdy szukałam pokoju do wynajęcia i znalazłem go - wiercie lub nie - na portalach społecznościowych!

Oczywiście, zdobycie mieszkania przystosowanego dla osób na wózkach inwalidzkich nie jest łatwe. Odwiedziłam wiele budynków, które nie miały nawet windy lub miały, ale była tak stara i ciasna, że wózek inwalidzki nie mógł zmieścić się w środku. Jednakże, czuję się tu dobrze. Zawsze chciałam przeżyć to doświadczenie i na pewno każdemu je polecam. Nie pozwól, aby jakiegokolwiek pozorne trudności Cię zdominowały lub zniechęciły, to doświadczenie jest niesamowite, pozytywne i wyjątkowe. To na całe życie!”



### **Kilka słów podsumowania**

Pracując z młodzieżą jako trener lub koordynator, należy zrozumieć, że żadne środowisko nie jest całkowicie wolne od barier. Należy również mieć świadomość, że w przypadku pracy z grupą uczestników o różnym stopniu niepełnosprawności, dostosowanie aktywności do potrzeb jednego z nich może jednocześnie stwarzać bariery dla drugiego.

Co robić w takiej sytuacji? Po pierwsze, nie panikuj. Po drugie, należy porozumieć się z uczestnikami, aby lepiej zrozumieć ich bariery. Zapytaj ich, co byłoby dla nich wygodne, a następnie wspólnie poszukajcie kreatywnych rozwiązań.

Pamiętaj, że jesteś liderem i wychowawcą; Twoim celem jest, aby uczestnicy doświadczyli czegoś nowego, podjęli dodatkowe kroki i uczestniczyli w nieznanym im zajęciach; a wszystko to podczas poznawania ich zainteresowań, a co najważniejsze, samych siebie.

Środowisko integracyjne wymaga kreatywności i komunikacji (więcej: [zobacz rozdział 3](#)). Istotne jest również, aby pracując z uczestnikami niepełnosprawnymi, pozostać zorientowanym na znalezienie rozwiązań. Podczas gdy niektóre okoliczności mają charakter zewnętrzny i nie można ich zmienić, trenerzy i osoby pracujące z młodzieżą powinni motywować młodych uczestników z niepełnosprawnościami do skupienia się na

aspektach, na które mogą wpływać, i do znalezienia rozwiązań dla istniejących barier. Praktyka ta stawia młodych uczestników w aktywnej roli. Poza umożliwieniem im udziału w mobilności za granicą, pomaga im to również przyjąć aktywną postawę w innych dziedzinach życia i bez wątpienia pomaga im rozwinąć pozytywną samoocenę oraz gotowość do działania w obliczu problemów.

Możliwe są środowiska integracyjne, z których każdy czerpie korzyści. Zapraszamy do podjęcia wyzwania i rozpoczęcia pracy nad inkluzją! Naucz się komunikować, angażować więcej osób, planować z wyprzedzeniem i szukać rozwiązań, a nie przeszkód. Wraz z pozytywną postawą, znajdziesz się na właściwej drodze.

## Rozdział 3    **Praktyczne wskazówki i metody dotyczące projektowania integracyjnych oraz jakościowych działań**

### **Bądź łącznikiem!**

Ten rozdział skupia się na bardzo praktycznych wymiarach inkluzji: Co ja jako trener, muszę wiedzieć na temat planowania i wdrażania działań?

Wyzwaniem jest tu nie tylko przeniesienie niektórych cennych praktyk z projektów, które były lub są realizowane dla osób PwVHPI, ale także opracowanie innowacyjnych pomysłów na integracyjne działania i rozwiązania. Aby tego dokonać, musimy dostosować metody i podejścia z edukacji pozaformalnej do konkretnych potrzeb i standardów integracyjnych oraz zapewnić dostępność.

Główne pytania, na które zostaną udzielone odpowiedzi w tym rozdziale, są następujące:

- W jakich ramach można zrealizować inkluzję? Czym jest wolne od barier/dostępne środowisko nauczania i jak możemy je stworzyć?
- Jak można dostosować język i komunikację, aby wszyscy mogli w równym stopniu uczestniczyć w integracyjnym środowisku grupowym?
- Jakie kompetencje osobiste i zawodowe, tj. umiejętności twarde i miękkie oraz postawy, są wymagane do projektowania działań integracyjnych?
- Jakie metody i podejścia mogą nam pomóc w promowaniu inkluzji i projektowaniu działań integracyjnych?

### **Ramy inkluzji społecznej**

Według UNNATI (2004) „dostępne środowisko to przestrzeń, która umożliwi swobodne i bezpieczne poruszanie się, funkcjonowanie i dostęp dla wszystkich, niezależnie od wieku, płci, orientacji seksualnej czy stanu zdrowia. Przestrzeń lub zestaw usług, do których dostęp mają wszyscy, bez przeszkód, z godnością i jak największą niezależnością. [...] Istnieje powszechne przekonanie, że rampa i winda to wszystko, co jest potrzebne, aby uczynić przestrzeń wolną od barier. Ale określenie bez barier wykracza daleko poza samą rampę i ma wiele innych niezbędnych aspektów - począwszy od szerokości drzwi i przejść po powierzchnie posadzek, od wysokości blatów po klamki drzwi i poręcze, od oznaczeń i sygnałów dźwiękowych po ścieżkach dotykowych”.

Dostępne środowisko obejmuje cztery (4) różne aspekty: a) dostępność, b) użyteczność, c) zrozumiałość, oraz d) niezawodność. *Dostępność* odnosi się do konstrukcyjnych i technicznych warunków oraz obiektów; innymi

słowy, warunków budowlanych, takich jak rampy i systemów ścieżek dotykowych, które służą do prowadzenia osób niedowidzących przez budynek lub obszar. Środowisko składa się z pomocnych elementów, takich jak znaki, wskaźniki (podłogowe), poręcze i specjalne maty wejściowe, które pomagają zapobiegać wypadkom. *Użyteczność* odnosi się do środków pomocy technicznej, takich jak czytnik ekranu; oprogramowanie, które umożliwia korzystanie z komputera osobom z poważną utratą wzroku. *Zrozumiałość* oznacza tryb komunikacji za pomocą języka migowego, zwykłego lub łatwego do odczytania języka, a *niezawodność* oznacza zapewnienie godnego zaufania środowiska i zachowanie zgodności z tym, co jest obiecanie.

Innymi słowy, projektowanie integracyjnego środowiska, w którym odbywają się działania, powinno zapewniać bezpieczeństwo, szanować różnice między ludźmi, gwarantować funkcjonalność oraz być łatwe do zrozumienia. Oznacza to, że wszystkie zapewnione działania powinny być łatwo dostępne dla wszystkich, bez żadnych przeszkód, a wszyscy uczestnicy powinni czuć się i być możliwie jak najbardziej niezależni. Kilka praktycznych przykładów można znaleźć poniżej.

Publikacja [Departamentu Rozwoju Obszarów Miejskich i Mieszkalnictwa Senatu](#) Berlina, (2018), zatytułowana: Barrier-Free Planning and Construction in Berlin. Principles and Examples. - zawiera trzy kategorie zasad antropometrycznych w zakresie projektowania środowisk integracyjnych:

- **Funkcja motoryczna** (wymagania odmiany motorycznej): podczas projektowania dostępnego środowiska, np. sali szkoleniowej, w której realizowane są działania, należy zwrócić szczególną uwagę na potencjał ruchowy uczestników, np. osób na wózkach inwalidzkich. Wszystkie osoby powinny mieć możliwość swobodnego poruszania się i samodzielnej aktywności, co umożliwiłoby organizatorowi realizację szerokiego zakresu działań, np. takich, które wymagają przestrzeni do ruchu.
- **Funkcja zmysłowa** (wymagania odmiany zmysłowej): człowiek postrzega środowisko i przetwarza informacje za pomocą swoich zmysłów. Kompensowanie ograniczeń lub braku wymaga jednoczesnego przełożenia niezbędnych informacji przez co najmniej dwa zmysły, zgodnie z zasadą wielu lub dwóch zmysłów (Wikipedia, 2020).
  - W przypadku uczestników z wadami wzroku, sposób postrzegania świata może być różny. Rozróżnienie to zależy nie tylko od ich zdolności widzenia, ale także od warunków zewnętrznych, takich

jak światło naturalne i sztuczne, a także od stref zacienionych, kolorów, kształtów i struktur powierzchni. Kontrast gęstości światła i kontrast kolorów może być stosowany w celu wsparcia osób z dysfunkcją wzroku. Jasne kolory są na ogół najłatwiejsze do zauważenia ze względu na ich zdolność do odbijania światła. Lite, jasne kolory, takie jak czerwony, pomarańczowy i żółty, są zazwyczaj bardziej widoczne niż pastelowe. Daltonistom trudno jest odróżnić pewne kolory, głównie czerwony i zielony. Tak więc, wybór kolorów może być kolejnym czynnikiem, który należy rozważyć. Co więcej, mapy dotykowe, reprezentacje graficzne, wskaźniki podłogowe w systemach naprowadzania i znaki graficzne warto uwzględnić podczas projektowania pomieszczeń, aby uczynić je bardziej dostępnymi.

- Dla osób z wadami słuchu, zwłaszcza użytkowników aparatów słuchowych, hałas w tle i efekty echa mogą powodować dyskomfort. Dlatego dobra akustyka jest niezbędna. Trenerzy muszą pamiętać o tym, aby mówić wyraźnie, powoli i ze spokojem, a w razie potrzeby powtarzać i przeformułowywać swoją wypowiedź. Niezbędny jest bezpośredni kontakt wzrokowy, a także wsparcie w postaci informacji wizualnych, takich jak infografiki, zdjęcia lub określony format zapisu, który zostanie uznany za korzystny. Istotne jest, aby trener i tłumacz języka migowego (w razie potrzeby) znajdowali się w miejscu widocznym i dobrze oświetlonym.
- **Poznawanie** (wymagania odmiany poznawczej): ogólnie rzecz biorąc, środowisko integracyjne powinno być zrozumiałe, łatwe do uchwycenia i znaczące. Harmonia i struktury fizyczne są kluczem. Obecnie technologia informacyjna odgrywa znaczącą rolę w projektowaniu dostępnych sal szkoleniowych.

Przed zaprojektowaniem środowiska - wewnątrz lub na zewnątrz - w którym będą odbywać się zajęcia, należy koniecznie ocenić i określić indywidualne potrzeby wszystkich uczestników. Pomocne może być opracowanie formularza rejestracyjnego zawierającego pytania dotyczące danych osobowych, np. pytania o rodzaj potrzebnej pomocy, preferencje żywieniowe i ograniczenia dietetyczne, itp. Bardzo ważne jest również pozostawienie miejsca na komentarze, w którym uczestnicy będą mogli uwzględnić swoje konkretne potrzeby i obawy. Przed przystąpieniem do realizacji działań szkoleniowych, bezpośrednie spotkanie trenera z uczestnikami może prowadzić do lepszego poznania potrzeb uczestników, potrzeb grupy docelowej, a także do opracowania bardziej odpowiednich harmonogramów, programów i ćwiczeń dostosowanych do indywidualnych

potrzeb. Co więcej, takie spotkanie może umożliwić ludziom otwarte wyrażenie swoich indywidualnych potrzeb lub obaw, a także może doprowadzić do nawiązania osobistych kontaktów pomiędzy organizatorem, trenerami i uczestnikami, które zapewnią sprawną i udaną realizację każdego działania.

Poniższa lista kontrolna podsumowuje wszystkie wyżej wymienione punkty i może być pomocnym narzędziem dla trenera w celu zapewnienia dostępnego środowiska nauki, działań i mobilności. Lista ta nie jest wyczerpująca, ponieważ nie ma żadnych „magicznych przepisów” na projektowanie środowisk integracyjnych, ponieważ nie zawsze możliwe jest osiągnięcie środowiska w pełni wolnego od barier. Jest to tylko punkt wyjścia, który może być dalej rozwijany w zależności od potrzeb uczestników. Wykorzystanie nawet kilku punktów z tej listy jest dobrym początkiem!

### **LISTA KONTROLNA**

#### Niepełnosprawności fizyczne

- szerokie ścieżki
- wejścia do wszystkich pomieszczeń na parterze (prywatnych, wspólnych oraz sanitarnych) lub dostępne poprzez rampy i windy
- mniej schodów lub niskie schody (schody do 10 cm są możliwe do pokonania bez pomocy)
- wyposażenie z możliwością regulacji (np. stoły z regulacją wysokości)
- wystarczający czas trwania przerw, aby dotrzeć do miejsc

#### Zaburzenia widzenia

- dobre oświetlenie pomieszczeń i miejsc
- systemy naprowadzania dotykowego
- skupienie się na werbalizacji informacji
- materiały i teksty na większych wydrukach, w alfabecie Braille'a lub w formacie cyfrowym
- zaplanowanie wystarczająco dużo czasu na początku, aby uczestnicy mogli przyzwycząć się do miejsca i ustawienia

#### Wady słuchu

- widoczność mówców (dla osób czytających z ruchu warg) i tłumaczy języka migowego
- przemieszczanie się: łatwo czytelne piktogramy lub prosty język
- zapisywanie rzeczy, a nie poleganie na języku mówionym



- ograniczenie języka pisanego (zwłaszcza w przypadku języków obcych): zwiększone wykorzystanie obrazów i języka wizualnego
- spokojne środowisko nauki z minimalnym hałasem w tle

Ponadto obowiązują tu wszystkie zasady dotyczące projektowania dostępnych przestrzeni dla grup. Należy pamiętać, że przestrzeń jest uważana za „edukatora”, który może wspierać procesy uczenia się. W związku z tym przyjazne plakaty powitalne z tekstami i zdjęciami tworzą pozytywną atmosferę. Ustawienie krzeseł w zależności od trybu pracy ułatwia proces uczenia się. Ustawienie krzeseł w kręgu jest popularne, ponieważ tworzy wolną przestrzeń, która sprzyja równości między członkami grupy.

Takie ustawienie zapewnia również widoczność wszystkich, co jest warunkiem wstępnym skutecznej komunikacji werbalnej i niewerbalnej (Kreisau-Initiative e. V. 2017, s. 52-53).



### **Dostępna przestrzeń społeczna**

Ustawienie jest jednym z elementów środowiska integracyjnego. Innym, równie ważnym aspektem jest przestrzeń społeczna, w której odbywają się aktywności. Uwzględnienie przestrzeni społecznej ma ogromne znaczenie, zwłaszcza gdy współpracujemy i komunikujemy się z osobami z różnymi niepełnosprawnościami. Moderacja grupowa jest słowem kluczowym dla projektowania dostępnych i wolnych od barier przestrzeni społecznych.

Moderacja oznacza pracę z grupą, zachęcanie jej członków do zaangażowania i ułatwianie postępów w osiągnięciu wspólnego celu. Chodzi tu o promowanie i wspieranie konstruktywnych zachowań w grupie. Dynamika grupy - tworzenie hierarchii, kształtowanie ról, konflikty, itp. - może być niekiedy bardziej intensywna w grupach heterogenicznych, co



sprawia, że moderator jest znaczącym wzorem do naśladowania. W związku z tym, moderator powinien być świadomy wielu funkcji swojej roli. Moderator grupy bierze pod uwagę potrzeby i różnorodność uczestników i konstruktywnie zastanawia się nad nimi w dyskusji i w pracy grupowej. Częściowo ma to związek z mediacją pomiędzy rozbieżnymi opiniami lub zarządzaniem konfliktami. Oznacza to również poszanowanie i wykorzystanie różnych form komunikacji w celu zmniejszenia barier komunikacyjnych. Ponadto, moderator powinien zachęcać wszystkich uczestników do aktywnego uczestnictwa i wzmacniać ich pozycję poprzez promowanie kreatywności i swobodnego wyrażania siebie.

Kilka praktycznych wskazówek w formie listy kontrolnej, dotyczących moderacji włączającej, to m.in:

- Planuj z wyprzedzeniem, ale bądź elastyczna\*elastyczny: W każdej grupie mogą pojawić się nieoczekiwane sytuacje. Dla skutecznego radzenia sobie z nimi kluczowa jest elastyczność i zdolność do reagowania. Pozwól sobie i innym na popełnianie błędów. Błędy są ludzkie i nieuniknione. Daj sobie pozwolenie na niedociągnięcia, czy proste błędy. Postrzegaj swoje błędy jako twórcze próby uczenia się i zamieniaj je w opowieści o mądrości i zabawie, aby stworzyć atmosferę przyjazną błędom. Zaoferuj sobie i uczestnikom więcej możliwości uczenia się, zmniejszając negatywny wpływ niepożądanych wyników.
- Dostarcz grupie tego, czego potrzebuje: W grupach angażujących PwVHPI, bardziej niż konieczne jest dostosowanie całego procesu w oparciu o potrzeby grupy/indywidualne potrzeby, aby zapewnić przyjemne doświadczenie dla wszystkich. Obserwuj grupę - sygnały i reaguj na nie. Jako trener masz swoje własne spostrzeżenia i uprzedzenia. Staraj się unikać tworzenia hipotez oraz przeprowadzaj częste oceny i ewaluacje podczas realizacji aktywności/mobilności, aby odkryć niewyrażone lub niewypowiedziane potrzeby.
- Używaj uzupełniających środków komunikacji: Łącz ze sobą wiele form komunikacji, aby informacje były dostępne dla każdego! Możesz użyć wizualizacji i języka werbalnego lub pisanego. Możesz również używać gestykulacji, aby uzupełnić komunikację werbalną.
- Zwróć uwagę na właściwe tempo: Program, poszczególne aktywności i metody powinny cechować się wolniejszym tempem, jeśli grupa tego potrzebuje.

## Język i komunikacja

Język jest ważny. Język kształtuje sposób, w jaki nadajemy światu sens: kształtuje to, jak widzimy i doświadczamy świat. Pod tym względem rzeczywistość jest tworzona przez język.

W mobilności międzynarodowej język i komunikacja odgrywają kluczową rolę: są one podstawowym nośnikiem dostępności, a zatem mają znaczący wpływ na powodzenie projektów mobilności. Używając wrażliwego, niedyskryminacyjnego języka i komunikacji, wyraża się szacunek i uczciwość, które mają zasadnicze znaczenie dla wykorzystania różnorodności jako możliwości do nauki. Niektóre wytyczne językowe dotyczące niedyskryminującego języka można sprawdzić pod linkiem: [Język niedyskryminacyjny](#) (materiał dostępny w języku angielskim).

Aby umożliwić udział różnych grup docelowych, konieczne jest maksymalne zmniejszenie barier komunikacyjnych. Można to osiągnąć poprzez wykorzystanie komunikacji bez barier (Kreisau-Initiative e. V., s.14, 2017). Przystępny język obejmuje wiele form komunikacji, takich jak alfabet Braille'a, zwykły język i inne zaadaptowane przedstawienia tekstowe, w tym te, w których uczestniczą mediatorzy językowi i tłumacze. Jedynie poprzez połączenie tych różnych form możliwe jest udostępnienie informacji dla wszystkich.

Trzy dobre praktyki w zakresie komunikacji bez barier to:

### Mediacja językowa

W ramach międzynarodowej integracyjnej grupy nie można oczekiwać, aby uczestnicy mówili wspólnym językiem. Aby zapewnić aktywny udział i pełny dostęp do wszystkich informacji, mediatorzy językowi mają kluczowe znaczenie. Muszą oni posiadać wiedzę na temat grupy docelowej i tłumaczyć/przekładać informacje na swój język, w szczególności używając „prostego” języka, który grupa będzie rozumieć.

### Język prosty

Istnieje wiele koncepcji, które mają na celu zmniejszenie złożoności językowej, aby ułatwić wszystkim dostęp do informacji. Na przykład, dla osób niedosłyszących, czytanie z ruchu warg jest znacznie bardziej efektywne, gdy język mówiony jest mniej skomplikowany. Dla osób z dużymi wadami słuchu i trudnościami w nauce, czytanie może również być wyzwaniem. Prosty język to taki, który koncentruje się na zrozumiałym i precyzyjnym języku oraz który jest łatwo zrozumiały dla szerokiego grona odbiorców; nie tylko dla PwVHPI, ale także dla osób z trudnościami w nauce i nie będących rodzimymi użytkownikami danego języka. Unika się

w nim zawilego języka i [żargonu](#). Oto przykład, który pokazuje, jak używać prostego języka:

*Tekst oryginalny: Wysokiej jakości środowisko nauczania jest niezbędnym warunkiem wstępnym dla ułatwienia i usprawnienia procesu ciągłego uczenia się.*

*Język prosty: Ludzie potrzebują dobrych instytucji edukacyjnych, jeśli mają się właściwie uczyć.*

Język prosty nie podlega ścisłym formalnościom i dlatego jest bardziej spójny z komunikacją werbalną. W przeciwieństwie do tego, język łatwy do odczytania (z angielskiego Easy-to-Read, ETR) (Inclusion Europe, 2011) przestrzega bardzo jasnych zasad dotyczących cech języka pisanego, ponieważ został zaprojektowany specjalnie w celu zaspokojenia potrzeb osób z zaburzeniami poznawczymi i zaburzeniami w uczeniu się (Vollenwyder i in., 2018).

Niektóre dobre praktyki, oparte zarówno na języku prostym, jak i na języku łatwym do odczytania, które mogą wspierać działania integracyjne:

- Unikaj trudnych, zbyt technicznych lub obcych terminów.
- Podaj przykłady, które pomogą w zrozumieniu informacji.
- Unikaj skrótów lub wyjaśnij, co one oznaczają.
- Używaj spójnych sformułowań w całym tekście.
- Unikaj idiomów, metafor, żartów lub rodzajów humoru, które są specyficzne dla danego języka.
- Używaj krótkich zdań z jedną informacją na każde zdanie.
- Stosuj wyrażenia języka aktywnego, a nie pasywnego.
- Używaj pozytywnego języka.



### **Komunikacja alternatywna i wspomagająca**

Komunikacja alternatywna i wspomagająca (z angielskiego Augmentative and Alternative Communication, AAC) obejmuje wiele form komunikacji

wspomaganej i niezależnej, takich jak krajowe i międzynarodowe języki migowe, alfabet Braille'a oraz komunikacja za pomocą narzędzi elektronicznych. Przykładami takich form komunikacji są gesty, język ciała, mimika twarzy i język migowy. Metody wspomagane obejmują użycie długopisu i papieru, wskazywanie na litery, słowa lub obrazy znajdujące się na tablicy, oraz wybieranie liter lub obrazów na ekranie komputera w celu werbalizacji lub „wypowiadania” zdań. (Kreisau-Initiative e. V., 2017, s. 35-37). Ogólna idea polega na wzmocnieniu i uzupełnieniu mowy (wspomaganiu) przy jednoczesnym zapewnieniu zastępczego środka komunikacji (alternatywnego).

W zależności od grupy docelowej, komunikacja alternatywna i wspomagająca może zostać dostosowana do kontekstu aktywności. Oprócz posiadania krajowych tłumaczy języka migowego dla osób niesłyszących, trenerzy powinni również korzystać z otwartych modeli komunikacji, które zapewniają bezpośrednie doświadczanie otoczenia poprzez dotyk, ruch, zapach, smak i/lub dźwięk. Metody te będą uzupełnieniem dobrze sformułowanego (uproszczonego i powtarzalnego) modelu językowego. Przykładem alternatywnej i wspomagającej metody komunikacji jest przedstawienie dziennego planu za pomocą symboli i obrazów lub użyciu gestu z dźwiękiem, jeśli potrzebna jest przerwa – alternatywnie do komunikatu słownego.

### **Kompetencje**

Podczas projektowania, wdrażania i oceny aktywności, trenerzy odgrywają zasadniczą rolę, ponieważ są odpowiedzialni za tworzenie ram, w których odbywa się integracja. Z tego powodu powinni oni rozwijać integracyjny sposób myślenia poprzez integrowanie różnych umiejętności miękkich i twardych. Ten integracyjny sposób myślenia wynika z chęci pokonania blokad i przeszkód oraz dostrzeżenia potencjału twórczego w ograniczeniach.

UNESCO, UNICEF i Partnerstwo na rzecz Umiejętności XXI Wieku (Applied Educational Systems, 2020) określają konkretne umiejętności, zdolności i dyspozycje edukacyjne niezbędne do osiągnięcia sukcesu w szybko zmieniającym się cyfrowym świecie (przedstawione przez nauczycieli, liderów biznesu, pracowników akademickich i agencje rządowe). W przewodnikach tych skupiono się przede wszystkim na integracyjnych środowiskach nauczania.

Poniższa lista łączy wspólne umiejętności określone przez te organizacje z wyżej wymienionymi niezbędnymi umiejętnościami trenerów. Niektóre z kluczowych elementów realizacji projektu to:

- **Zarządzanie projektem:** Każda mobilność jest projektem. Według Project Management Institute (2017), projekt jest tymczasowym przedsięwzięciem podjętym w celu stworzenia unikalnego produktu lub usługi. Project Management Institute definiuje zarządzanie projektem jako zastosowanie wiedzy, umiejętności, narzędzi i technik do działań projektowych w celu spełnienia wymagań projektu. Projektując działanie/mobilność sprzyjającą inkluzji społecznej, trener musi opracować plan działania; plan z celem, założeniami i zakresem mobilności, kroków niezbędnych do pomyślnej realizacji, harmonogram, budżet, a także przewidywane ryzyko i kryteria sukcesu. Dodatkowo, musi ona\*on opracować szablony, które jasno opiszą działania; uwzględniając metody, potrzebne materiały i czas trwania każdego działania.

Z pewnością nie jest łatwo zostać kierownikiem projektu w ciągu jednego dnia. Proaktywne podejście do uczenia się wraz z ciągłym kształceniem i szkoleniem są niezwykle ważne. Szczególnie przydatnym narzędziem w tworzeniu takiego planu działania jest [Szablon lekcji](#). Co więcej, Rada Unii Europejskiej zapewnia, za darmo pakiet szkoleniowy [T-kit 3: Zarządzanie projektem](#) dla trenerów i osób pracujących z młodzieżą, które zarządzają projektami. Zasób ten nie powinien być postrzegany jako „przepis” na jak realizować projekt, ale raczej jako proponowane ramy/instrukcje zarządzania projektem, wraz ze wskazówkami dotyczącymi skutecznego nadzorowania.

SZABLON LEKCJI				Temat:																			
<b>Cel</b> Jakie są założenia? Należy nawiązać do istniejącego problemu, aby można było znaleźć właściwe rozwiązanie, grupę docelową oraz w rezultacie otrzymać pożądaną zmianę.		<b>Grupa docelowa</b> Jaki jest profil uczestników?		<b>Wielkość grupy</b> Ile osób może uczestniczyć?		<b>Trener</b> Kto poprowadzi warsztaty/lekcję?																	
				<b>Czas trwania</b> Przewidywany czas trwania – dni oraz godziny w ciągu dnia i suma?		<b>Miejsce</b> Gdzie odbędą się warsztaty/lekcja?																	
<b>Efekty uczenia się</b> Jakie są przewidywalne efekty uczenia się? Wskaż je według kategorii wiedzy, umiejętności oraz postaw/ zachowania. Jaką wiedzę zdobędą uczestnicy? Jakie umiejętności będą w stanie wykorzystać w określonych sytuacjach, procedurach? Jak zachowanie uczestników zmieni się na lepsze?				<b>Przygotowanie</b> Co jest potrzebne przed rozpoczęciem warsztatów/lekcji? Czy oczekuje się od uczestników wiedzy wstępnej? Jakie materiały należy przygotować dla uczestników lub/ oraz jak powinni się sami przygotować?																			
				<b>Budżet</b> Jaki jest koszt warsztatów/lekcji?																			
				<b>Materiał szkoleniowy</b> Wymień jakie materiały szkoleniowe zostaną przekazane uczestnikom, np. szablony, zeszyty, ćwiczeń, dodatkowe materiały do dalszej nauki																			
<b>Plan lekcji</b> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Tematy i obszary tematyczne/Ćwiczenia/Prezentacje (Ćwiczenia wprowadzające, Prezentacje, Ewaluacja)</th> <th>Czas trwania/ (minuty)</th> <th>Metody Szkoleniowe (Prezentacja, Sesja plenarna, Dyskusja, Pytania i odpowiedzi, Ćwiczenia – zadania grupowe, Burza mózgów lub inne metody koncepcyjne, Dzielenie się opinią, Testy samooceny, Materiał wideo, Metoda projektowego myślenia, itp.)</th> <th>Niezbędne Materiały/ Sprzęt (Długopisy, Kartki papieru, Piłka, Wstążka, Projektor, Prezentacja Powerpoint, Tablica Flipchart z markerami, Lista obecności, Odtwarzacz muzyki, Rzutnik, Laptop, Monitor, Szablony, Karty ćwiczeń, itp.)</th> <th>Tematy i obszary tematyczne/Ćwiczenia/Prezentacje</th> <th>Czas trwania/ (minuty)</th> <th>Metody Szkoleniowe (Prezentacja, Sesja plenarna, Dyskusja, Pytania i odpowiedzi, Ćwiczenia – zadania grupowe, Burza mózgów lub inne metody koncepcyjne, Dzielenie się opinią, Testy samooceny, Materiał wideo, Metoda projektowego myślenia, itp.)</th> <th>Niezbędne Materiały/ Sprzęt (Długopisy, Kartki papieru, Piłka, Wstążka, Projektor, Prezentacja Powerpoint, Tablica Flipchart z markerami, Lista obecności, Odtwarzacz muzyki, Rzutnik, Laptop, Monitor, Szablony, Karty ćwiczeń, itp.)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>								Tematy i obszary tematyczne/Ćwiczenia/Prezentacje (Ćwiczenia wprowadzające, Prezentacje, Ewaluacja)	Czas trwania/ (minuty)	Metody Szkoleniowe (Prezentacja, Sesja plenarna, Dyskusja, Pytania i odpowiedzi, Ćwiczenia – zadania grupowe, Burza mózgów lub inne metody koncepcyjne, Dzielenie się opinią, Testy samooceny, Materiał wideo, Metoda projektowego myślenia, itp.)	Niezbędne Materiały/ Sprzęt (Długopisy, Kartki papieru, Piłka, Wstążka, Projektor, Prezentacja Powerpoint, Tablica Flipchart z markerami, Lista obecności, Odtwarzacz muzyki, Rzutnik, Laptop, Monitor, Szablony, Karty ćwiczeń, itp.)	Tematy i obszary tematyczne/Ćwiczenia/Prezentacje	Czas trwania/ (minuty)	Metody Szkoleniowe (Prezentacja, Sesja plenarna, Dyskusja, Pytania i odpowiedzi, Ćwiczenia – zadania grupowe, Burza mózgów lub inne metody koncepcyjne, Dzielenie się opinią, Testy samooceny, Materiał wideo, Metoda projektowego myślenia, itp.)	Niezbędne Materiały/ Sprzęt (Długopisy, Kartki papieru, Piłka, Wstążka, Projektor, Prezentacja Powerpoint, Tablica Flipchart z markerami, Lista obecności, Odtwarzacz muzyki, Rzutnik, Laptop, Monitor, Szablony, Karty ćwiczeń, itp.)								
Tematy i obszary tematyczne/Ćwiczenia/Prezentacje (Ćwiczenia wprowadzające, Prezentacje, Ewaluacja)	Czas trwania/ (minuty)	Metody Szkoleniowe (Prezentacja, Sesja plenarna, Dyskusja, Pytania i odpowiedzi, Ćwiczenia – zadania grupowe, Burza mózgów lub inne metody koncepcyjne, Dzielenie się opinią, Testy samooceny, Materiał wideo, Metoda projektowego myślenia, itp.)	Niezbędne Materiały/ Sprzęt (Długopisy, Kartki papieru, Piłka, Wstążka, Projektor, Prezentacja Powerpoint, Tablica Flipchart z markerami, Lista obecności, Odtwarzacz muzyki, Rzutnik, Laptop, Monitor, Szablony, Karty ćwiczeń, itp.)	Tematy i obszary tematyczne/Ćwiczenia/Prezentacje	Czas trwania/ (minuty)	Metody Szkoleniowe (Prezentacja, Sesja plenarna, Dyskusja, Pytania i odpowiedzi, Ćwiczenia – zadania grupowe, Burza mózgów lub inne metody koncepcyjne, Dzielenie się opinią, Testy samooceny, Materiał wideo, Metoda projektowego myślenia, itp.)	Niezbędne Materiały/ Sprzęt (Długopisy, Kartki papieru, Piłka, Wstążka, Projektor, Prezentacja Powerpoint, Tablica Flipchart z markerami, Lista obecności, Odtwarzacz muzyki, Rzutnik, Laptop, Monitor, Szablony, Karty ćwiczeń, itp.)																
Ten materiał jest udostępniany na licencji Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives: 4.0 International				http://dimitrazervaki.com																			

Przykładowy szablon lekcji. [Źródło graficzne](#)

- Zarządzanie czasem:** Zarządzanie czasem to umiejętność ściśle związana z zarządzaniem projektami. Zarządzanie czasem to zarządzanie czasem spędzonym i postępem dokonanym podczas projektowania i wdrażania integracyjnych działań/mobilności. Trener musi upewnić się, że wszyscy uczestnicy korzystają z zajęć, nie będąc wyczerpanymi ich czasem trwania. Trener musi również rozróżnić istotne i pilne aspekty projektu mobilności przy wyborze i ustalaniu priorytetów. Bardzo użytecznym narzędziem efektywnego zarządzania czasem jest [Matryca Eisenhowera](#).
- Umiejętności komunikacyjne:** Umiejętności komunikacyjne stanowią podstawę sukcesu każdego projektu mobilności. Jak stwierdzono w części Język i komunikacja tego rozdziału, trener, który posiada dobre umiejętności komunikacyjne, może skutecznie przekazywać swoją wiedzę, pomysły i podstawowe komunikaty. Potrafi motywować, inspirować, przyjmować i przekazywać konstruktywne informacje zwrotne, rozumieć i dostosowywać się do różnych kultur i różnorodności, a przede wszystkim przyczyniać się do integracji osób z otoczenia. Do elementów usprawniających komunikację należą: aktywne słuchanie, negocjacje, komunikacja pisemna, werbalna i niewerbalna, a także „czytanie” mowy ciała, opowiadanie historii i przedstawianie pomysłów.



- **Inteligencja emocjonalna:** Inteligencja Emocjonalna jest kompetencją, która umożliwia człowiekowi zrozumienie i efektywne zarządzanie swoimi emocjami, jak również emocjami innych; życie w harmonii ze sobą i z innymi ludźmi. Odnosi się do używania w połączeniu emocji i myślenia - chodzi o równowagę. Inteligencja Emocjonalna składa się z pięciu wymiarów czy umiejętności, a są nimi: (1) **Samoświadomość:** Dotyczy to zdolności do zrozumienia tego, jak się czujemy; do rozpoznania naszego nastroju i myśli o danej sytuacji. Polega ona na rozpoznawaniu emocji w trakcie jej trwania, na rozpoznawaniu, co tworzy naszą reakcję emocjonalną i w jaki sposób ona na nas wpływa. (2) **Samoregulacja:** Dotyczy akceptacji tego co czujemy i kontrolę nad naszymi emocjami oraz zachowaniem. Chodzi o wzięcie odpowiedzialności za własne wyniki; bycie elastycznym i otwartym na nowe pomysły i zmiany. (3) **Samodzielna motywacja:** Dotyczy zdolności do motywowania siebie do podążania za marzeniami i spełniania swoich celów. Chodzi o chęć doskonalenia się lub spełniania standardów doskonałości poprzez zobowiązanie się do jasno określonych celów, bycie pozytywnym i optymistycznym, wykazywanie się żwawością, dostrzeganie możliwości stojących za każdym problemem i bycie elastycznym. (4) **Empatia:** Dotyczy zdolności do rozumienia emocji innych; do postawienia się w cudzej sytuacji. Chodzi o wyczuwanie tego, czego potrzebują inni, aby osiągnąć postęp lub przezwyciężyć trudne sytuacje; w istocie, rozpoznawanie uczuć, potrzeb i pragnień innych, „czytanie” relacji władzy w grupie i wykorzystywanie różnorodności. (5) **Umiejętności społeczne:** Dotyczy zdolności do rozwijania dobrych relacji z innymi i życia w harmonii z nimi. Chodzi o zarządzanie uczuciami innych, skuteczne komunikowanie się za pomocą wyraźnych komunikatów, inspirowanie i motywowanie innych, budowanie silnych więzi i zespołów, zarządzanie zmianami, negocjowanie i rozwiązywanie konfliktów oraz udana współpraca. Doskonałym źródłem wiedzy na temat tego, co sprawia, że różnorodność działa i jak ją rozszerzyć, by stała się włączająca jest [Emotional Intelligence and Diversity Institute](#), organizacja, która opracowała zestaw pytań pomocniczych jak wykorzystać swoją inteligencję emocjonalną w chwilach niejednoznaczności. Poniższe pytania mogą pomóc w rozwijaniu długoterminowych międzykulturowych i integracyjnych umiejętności czytania i pisania:
  - Co jeszcze może oznaczać jakieś szczególne zachowanie?
  - Jakie mogą być przyczyny zachowania się tej osoby?
  - Jakie to uczucie być w sytuacji tej osoby?

- Kiedy byłam\*byłem w podobnej sytuacji i czułam\*czułem się w ten sposób?
- **Zręczność:** Zręczność odnosi się do bycia elastycznym i szybkiego działania/adaptacji do zmian. Osoba wspomagająca integracyjne działania/mobilność musi być zwinna i dostosowywać się do procesu uczenia się uczestników. Musi zajmować się wszelkimi pojawiającymi się trudnymi sytuacjami lub konfliktami. Dodatkowo, trener wykazuje tak zwaną zwinność kognitywną (Ross i in., 2018); zdolność do łatwego poruszania się tam i z powrotem pomiędzy elastycznością a skupieniem, co umożliwia dynamiczne podejmowanie decyzji i zwiększa inteligencję emocjonalną i umiejętności komunikacji.
- **Kreatywność:** Wikipedia (2020) definiuje kreatywność jako zjawisko, w którym tworzy się coś nowego i w jakiś sposób wartościowego, natomiast Słownik Biznesu (2020) wskazuje, że kreatywność jest cechą psychiczną, która pozwala człowiekowi myśleć nieszablonowo, co skutkuje innowacyjnym podejściem do konkretnego zadania. Trener projektujący działania integracyjne przy użyciu różnych metod, takich jak inżynieria odwrotna (opisana w następnym rozdziale), musi być kreatywny. Musi być w stanie zintegrować różne metody i najlepsze praktyki w celu osiągnięcia innowacyjnych wyników. Ponadto kreatywność jest ściśle związana z ciekawością, otwartością na eksperymenty, motywacją własną, podejmowaniem ryzyka i stanowi podstawę do tworzenia środowiska przyjaznego błędom.
- **Współpraca:** Wszechstronny sposób myślenia o projektowaniu jest zasadniczo partycypacyjny. Integracyjność jest współtworzona. Nie może być ona po prostu wstępnie opracowana lub przepisana przez eksperta. Dlatego też współpraca jest ważną umiejętnością dla trenera. Ćwicząc współpracę, trener jest bardziej świadomy tego, jak rozwiązać problem, znaleźć rozwiązanie i wybrać najlepszy sposób działania. To także dzięki współpracy może głębiej związać się z tak zróżnicowaną grupą i zachować szacunek dla wszystkich uczestników projektu mobilności.
- **Krytyczne myślenie:** Krytyczne myślenie (The Balance Careers, 2019) odnosi się do zdolności do obiektywnej analizy informacji i wydawania uzasadnionej opinii. Przy projektowaniu środowisk integracyjnych istotne jest, aby trenerzy dostosowywali swoje programy i metody do otrzymanych informacji zwrotnych i oceny oraz zmieniali praktyki na podstawie metody prób i błędów. Ponadto myślenie krytyczne zwiększa umiejętności językowe i prezentacyjne,

promuje kreatywność i ma kluczowe znaczenie dla autorefleksji/samooceny.

- **Samoocena:** Samoocena może pomóc trenerowi poznać zakres umiejętności i poprawić je bez konieczności zewnętrznej oceny wyników. Trener może wykorzystać następujące pytania: Jakie są moje mocne strony? Jakie są moje słabe strony? Jakie są przeszkody? itp., aby lepiej zrozumieć siebie i kontynuować swój rozwój osobisty.

### Metody projektowania działań integracyjnych wysokiej jakości

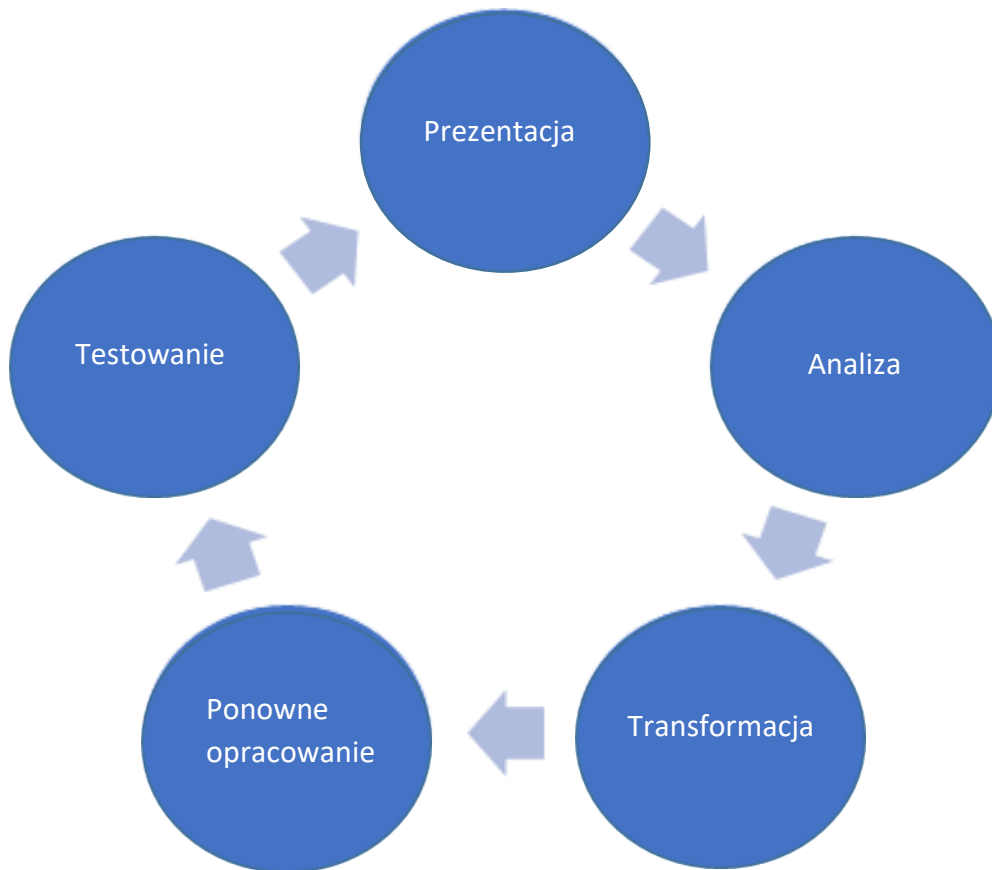
Bardzo ważne jest, aby trener zaprojektował skuteczne działania integracyjne i szeroko pojęte doświadczenia edukacyjne. Bardzo ważna jest umiejętność dostosowania znanych już metod i działań do potrzeb uczestników.

Niektóre działania można łatwo dostosować do umiejętności zróżnicowanych grup docelowych, podczas gdy inne nie. Dlatego trener musi najpierw zadać sobie pytanie: Jaki jest cel tego ćwiczenia i co chcę osiągnąć? To pytanie ma zasadnicze znaczenie przy wyborze i dostosowywaniu ćwiczeń, ponieważ różne warianty mogą prowadzić do tego samego rezultatu: np. ćwiczenie zapoznawcze, które wiąże się z ruchem, można dostosować do grup, do których należą osoby z niepełnosprawnością fizyczną, zastępując ruch drobnymi czynnościami, takimi jak wydawanie dźwięku.

### Inżynieria odwrotna

Proces inżynierii odwrotnej został zaadaptowany jako podejście do projektowania metod i działań integracyjnych przez [Eike'a Tottera](#), socjologa i trenera, który jest związany z [IJAB](#) (Międzynarodowa Służba Młodzieży Republiki Federalnej Niemiec). Proces ten może być korzystny dla dostosowania działań do indywidualnych potrzeb. Inżynieria odwrotna to proces, który polega na demontażu gotowego produktu w celu jego odbudowy lub poprawy jego funkcji. W kontekście projektowania metod integracyjnych proces może być badany poprzez podzielenie jego metod na poszczególne komponenty. Poprzez omówienie, kto może być wyłączony z ćwiczeń, gdy uczestnictwo nie jest możliwe lub wygodne, identyfikuje się bariery. Można je obejść, dostosowując elementy metody do potrzeb grupy.

Proces inżynierii odwrotnej można opisać za pomocą pięciostopniowego procesu kołowego ([IJAB, 2017, s.44](#)):



Proces inżynierii odwrotnej

### 1. Prezentacja

Zacznij od doświadczania lub wyobrażania sobie aktywności, która zostanie zaadaptowana. Jaki jest typowy i realistyczny sposób działania? Jak to działa? Bardzo korzystne może być wypróbowanie ćwiczenia w grupie, aby dobrze zrozumieć te konkretne procedury.

### 2. Analiza

Po zapoznaniu się z funkcjonalnością ćwiczenia, należy zidentyfikować momenty lub elementy, które mogą stanowić barierę uczestnictwa. Kto może być wykluczony z ćwiczenia i dlaczego? Kto mógłby czuć się niekomfortowo i dlaczego? Takie elementy mogą być różne - od aktywności fizycznej, takiej jak skakanie i chodzenie, po sytuacje, które mogą stwarzać osobiste bariery, takie jak dotykanie itp. Im więcej perspektyw i doświadczeń związanych z daną czynnością, tym lepiej.

### 3. Transformacja

Na tym etapie zidentyfikowane bariery są zastępowane przez alternatywne i bardziej inkluzyjne elementy. Jaka jest funkcja

każdego pojedynczego elementu i jak można go dostosować do indywidualnych potrzeb? W tym momencie należy pamiętać o zasadzie dwóch zmysłów (jeśli jeden zmysł nie nadaje się do wykorzystania, wtedy informacja może być przenoszona przez inny). Na przykład, przedstawienie obrazu z odpowiadającym mu dźwiękiem lub słowem mówionym może być bardzo pomocne. Niezbędne jest również zastanowienie się nad ogólnym celem ćwiczenia, aby zachować jego istotę.

#### 4. Ponowne opracowanie

Po wymianie lub modyfikacji określonych elementów, pozostałe elementy zostaną ponownie zmontowane i zharmonizowane. Czy dostosowane ćwiczenia wymaga nowych materiałów? Czy istnieją różne warianty tego ćwiczenia? Czy wszystkie nowe elementy współpracują ze sobą, czy są niekompatybilne?

#### 5. Testowanie

Zmodyfikowane ćwiczenie powinno zostać przetestowane, a następujące pytania mogą być pomocne przy ocenie jego skuteczności: Czy ćwiczenia ma jeszcze pożądaną rezultaty? Czy ćwiczenie i jego elementy mogą być przeniesione do innych kontekstów i innych indywidualnych potrzeb? Co zadziało dobrze, a co nie?

Inżynieria odwrotna jest procesem kołowym, ponieważ nie ma stałego punktu końcowego. Po wykonaniu ostatniego kroku, cały proces może rozpocząć się ponownie, ponieważ czynności mogą być dostosowane do nowej grupy lub do nowego kontekstu.

#### Przykład inżynierii odwrotnej

Gra imienna dla grup z osobami niedowidzącymi

1. **Prezentacja:** Popularna gra imienna, której celem jest nauczenie się imion osób nowej grupy wymaga, aby grupa siedziała w kole. Każda z osób po kolei wypowiada swoje imię, jednocześnie wykonując odpowiedni gest lub ruch ciała.
2. **Analiza:** W grupach z osobami niedowidzącymi, gra ta może stać się niemożliwa do wykonania, jeśli wszyscy nie będą widzieć gestów, które wykonują członkowie grupy. Istotą gry jest przede wszystkim łatwa nauka imion poprzez dołączone elementy wizualne.
3. **Transformacja:** Ważnym pytaniem jest, czy ćwiczenie to musi polegać na elemencie wizualnym, czy też powinno być inne działanie, które będzie towarzyszyć imieniu każdego z członków grupy. Jedną z możliwości jest dodatkowe użycie dźwięku lub opisów w postaci słów. Zamiast wykonywać

tylko ruch, każda osoba może dodać do swojego imienia przymiotnik, który ją\*jego opisuje, np. aktywny Antonio (a tym samym ruch naśladowujący bieganie) lub szczęśliwa Hania (z dużym uśmiechem na twarzy).

**4. Ponowne opracowanie:** Do tej modyfikacji nie jest potrzebny żaden dodatkowy materiał. Wariacją mogłoby być wypowiedzenie wyłącznie imienia i przymiotnika bez ruchu, tak aby każdy zakodował te same informacje.

**5. Testowanie:** Podczas testowania dostosowanej gry imiennej z grupą, gra imienna nadal ma pożądany rezultat w postaci poznania i zapamiętania imion za pomocą naturalnego mechanizmu.

### Praktyczne wskazówki i dobre praktyki

Specjaliści i osoby pracujące z młodzieżą często dostosowują ćwiczenia do grupy uczestników. Na przykład, podczas warsztatów koncepcyjnych i metodologicznych w czerwcu 2015 roku zorganizowanych przez IJAB, uczestnicy utworzyli poniższą tabelę, aby podzielić się wskazówkami i dobrymi praktykami.

Chociaż tabela (IJAB, Sprachanimation, s.27) nie jest wyczerpująca, może być wykorzystana do zrozumienia, jak dostosować ćwiczenia za pomocą techniki inżynierii odwrotnej.

Metoda oryginalna	Możliwa alternatywa	Uwagi
Zamiana miejsc (np. krzesła w kole)	Zamiana miejsc siedzących oraz innych Zmiana ustawienia na podstawie oznaczenia na podłodze	Łatwiejsza metoda dla osób na wózkach inwalidzkich, trudniejsza dla uczestników bez wózków z niepełnosprawnością ruchową. Mniejsze ryzyko urazów z powodu krzeseł; więcej możliwości potrażeń
Instrukcje słowne: „Wszyscy Ci, którzy lubią czekoladę...!” (w języku polskim)	Instrukcja w języku polskim oraz obrazek batonika z czekoladą, a także tłumaczeniem pisemnym i ustnym na inne języki mówione i migowe uczestników	Wykorzystuje różne kanały komunikacji i bodźce. Sensowny wybór jest dokonywany i oferowany w kolejności, aby utrzymać dynamikę i uniknąć zamieszania. Uczestnicy nie będą reagować w tym samym czasie.



Metoda oryginalna	Możliwa alternatywa	Uwagi
Podrzucanie i łapanie piłki	Podrzucanie i łapanie szalika na krótkie odległości	Łatwiejsze do skoordynowania. Uczestnicy mogą przezwyciężyć strach.
Bieganie lub szybki spacer	Ciągnięcie stopami po ziemi, „chód w peruce”	Eliminuje potrącenia, ogranicza kontakt fizyczny.
Złap lub podążaj	Umieszczenie wstążki w pajęczku na plecach z próbą jego dotknięcia	Eliminuje kontakt fizyczny.
Pokazywanie kart do gry	Trzymanie kolorowych kart, grupowanie neutralnych terminów, nazywanie ich na głos	Apeluje do więcej niż jednego zmysłu, zwiększa widoczność.
Czytanie instrukcji na głos	Łączenie instrukcji z gestami i przedmiotami	Apeluje do więcej niż jednego zmysłu.
Przypisywanie (pozytywnych lub negatywnych) cech przypadkowym osobom lub grupom (np. podczas opowiadania historii)	Postrzeganie i opisywanie cech osobowych w pozytywny sposób, powstrzymywanie się od przydzielania jednostek do grupy	Dekonstruuje stereotypy, minimalizuje wstyd i poczucie winy.
Opowiadanie historii od tyłu lub używanie gestów, które zawierają odniesienia do przemocy, walki lub opresji	Opowiadanie historii bez użycia przemocy	Unikaj konieczności przypominania sobie przez uczestników o negatywnych doświadczeniach lub skojarzeniach, a tym samym eliminacja blokad psychicznych.
Metody obejmujące śpiew lub taniec	Oferowanie różnych metod ekspresji, takich jak nucenie lub kołysanie górnej części ciała	Obniża barierę dla ekspresji fizycznej, usuwa związki między ekspresją fizyczną, a presją wystąpienia.
Siedząc na czyichś kolanach	Stojąc lub siedząc plecami do siebie, uczestnicy	Unikanie niestabilnych pozycji. Uczestnicy mogą sami kontrolować ilość

Metoda oryginalna	Możliwa alternatywa	Uwagi
	masują sobie nawzajem plecy	kontakty fizycznego. Nadaje się również dla osób na wózkach inwalidzkich.

Ważne jest, aby pamiętać, że nie istnieje całkowicie integracyjne ćwiczenie, która dotyczy wszystkich grup. Z każdą sytuacją, grupą docelową lub działaniem rozpoczyna się nowy proces adaptacji.

Dodatkowo, mówienie bezpośrednio do uczestników, którzy są dotknięci wykluczeniem, lub których zakłada się, że są, jest lepsze niż przyjmowanie założeń dotyczących grupy i jednostek. W związku z tym, refleksja i ocena są bardzo silnymi narzędziami w pracy z młodymi PwVHPI, ponieważ mogą pomóc im lepiej wyrazić swoje potrzeby i uczucia. Uczestnicy mogą również zyskać poczucie samowystarczalności, kiedy dokonują zmian w oparciu o swoje przemyślenia.

Podsumowując, eksperymentuj, jak tylko możesz! Korzystaj z tak wielu najlepszych praktyk, jak to tylko możliwe! Bądź kreatywna\*kreatywny i zawsze pamiętaj, że najważniejszą kwestią podczas projektowania integracyjnego środowiska szkoleniowego jest uwzględnienie rzeczywistych potrzeb i pragnień uczestników oraz wzmocnienie „prawdziwej” komunikacji między nimi. Ta metoda współpracy jest jedynym sposobem, aby stać się skutecznym „łącznikiem”!

## Rozdział 4 Angażowanie, wspieranie i wzmacnianie

W poprzednich rozdziałach omówiono wiele aspektów skutecznej realizacji międzynarodowych wymian młodzieży sprzyjających inkluzji społecznej, w tym zdobycie cennej wiedzy na temat integracyjnych grup docelowych, a także spostrzeżeń i praktycznych wskazówek dotyczących metodologii. W tym rozdziale spojrzymy na takie projekty „od kulis” i podzielimy się doświadczeniami. Skupimy się tutaj na osobach zaangażowanych w projekt, a zwłaszcza na młodych uczestnikach.

Zanim przejdziemy dalej, należy podkreślić, że dziedzina edukacji pozaformalnej jest zgodna z koncepcją uczenia się przez całe życie. Procesy te zawsze zachęcają do zaangażowania się w naukę, do refleksji i dalszego myślenia. Przedstawione tu informacje praktyczne dają wgląd w pozytywne doświadczenia zdobyte w praktyce. Choć nie jest to pełny obraz, pokazuje bogactwo możliwości i promuje kreatywne myślenie.

Rozdział ten można streścić w trzech słowach: zaangażowanie, wsparcie i wzmocnienie.

Co tak naprawdę kryje się za tymi wielkimi słowami? Ten rozdział poświęcony jest odpowiedzi na to pytanie. W kontekście inkluzji należy podkreślić, że działania nie mogą być wyraźnie oddzielone od siebie, ponieważ są one ze sobą powiązane. W przypadku młodych ludzi, z niepełnosprawnością lub bez niepełnosprawności, zdolność do aktywnego uczestnictwa i angażowania się zależy od odpowiedniego wsparcia w każdej sytuacji. Odpowiednie wsparcie zależy od aktywnego zaangażowania i informacji zwrotnej od uczestników. Dlatego też zaangażowanie i wsparcie mają zasadnicze znaczenie dla wzmocnienia młodych ludzi.

### Aktywne angażowanie młodych ludzi

Jak już podkreślono w rozdziale 3, zaangażowanie młodzieży, ważny cel strategii UE na rzecz młodzieży (Komisja Europejska, 2019 r.), jest wynikiem zaangażowania młodych ludzi w odpowiedzialne, ambitne działania na rzecz pozytywnej zmiany społecznej. Młodzi ludzie są więcej niż biernymi odbiorcami wpływów zewnętrznych. Są przedstawicielami własnych interesów i powinni być traktowani jako równoprawni partnerzy. Jako obywatele społeczeństwa muszą być aktywnie zaangażowani w kształtowanie swojego otoczenia. Są oni nie tylko przedstawicielami swoich różnych grup społecznych w ramach międzynarodowych wymian młodzieżowych, ale także zdobędą podstawowe kompetencje, umiejętności i poczucie własnej wartości, które pomogą im przyczynić się do powstania otwartego i docenianego społeczeństwa. Ostatecznym

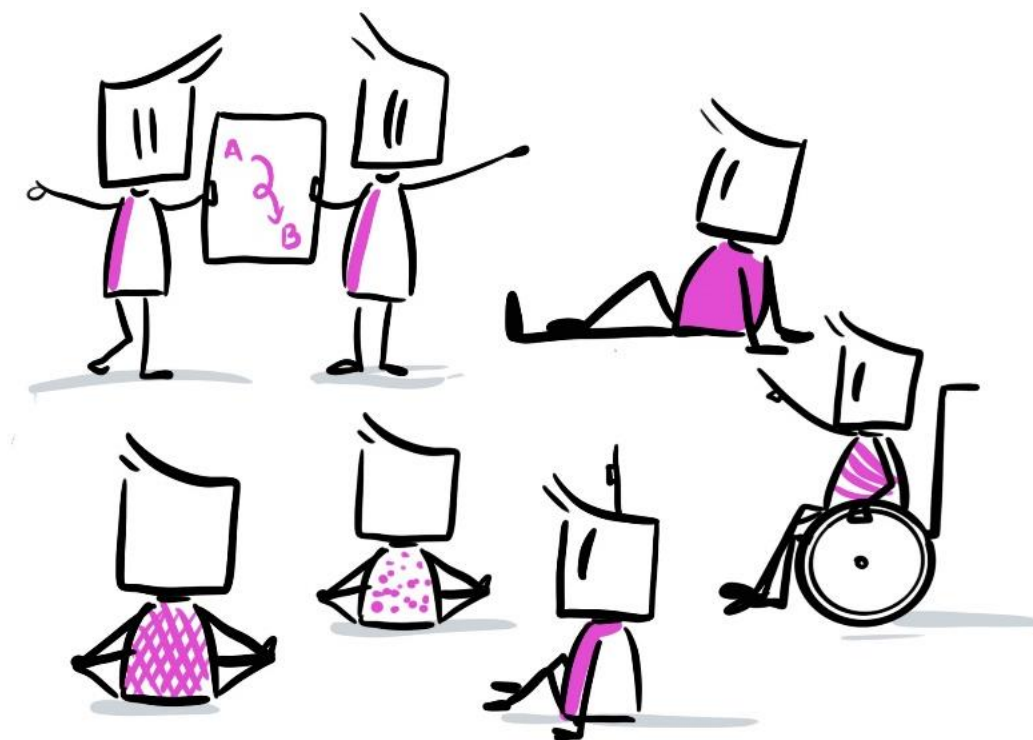
hasłem wykorzystywanym w międzynarodowej pracy z młodzieżą integracyjną jest "Nic o nas bez nas".

W ramach zaangażowania młodzieży osadzone są różne modele uczestnictwa młodzieży. Modele te reprezentują potencjalne partnerstwa pomiędzy młodzieżą a dorosłymi. Wyróżniono trzy ogólne modele aktywnej partycypacji: model kierowany przez młodzież, partnerstwo między młodzieżą a dorosłymi oraz model kierowany przez osoby dorosłe (School-based Health Alliance, 2015).

W **modelach kierowanych przez młodzież**, młodzi ludzie są głównymi liderami procesów i niezależnie koordynują działania z rówieśnikami. Działania te opierają się na ich pomysłach i wizjach. Dorośli są po to, by wspierać ich w razie potrzeby. Ważne jest jednak, aby młodzi ludzie odbyli odpowiednie szkolenie i byli z wyprzedzeniem przygotowani do tej roli.

**Model partnerstwa między młodzieżą a dorosłymi** ma na celu ustanowienie młodych ludzi i dorosłych jako równorzędnych partnerów. Młodzież i dorośli opracowują wspólny program, nie rozróżniając przy tym swoich indywidualnych zainteresowań. Zamiast tego młodzi ludzie i dorośli mają wspólne uprawnienia i autorytet do planowania, koordynowania i wdrażania działań w oparciu o zdefiniowane role, obowiązki i umiejętności.

W **modelu kierowanym przez osoby dorosłe**, osoby dorosłe rozwijają podstawowe elementy programów. Młodzi ludzie mogą być zaangażowani na kilka sposobów: albo wyłącznie jako uczestnicy, albo pod kierunkiem dorosłych, aby zdobyć doświadczenie w procesie podejmowania decyzji.



Wszystkie trzy modele działają jako kontinuum i mogą być łączone, aby jak najlepiej dopasować się do celu programu młodzieżowego.

Zaangażowanie, tak! Ale w jaki sposób młodzi uczestnicy powinni być zaangażowani? Jest to bardzo ważne pytanie, które osoby pracujące z młodzieżą i trenerzy powinni najpierw rozważyć podczas procesu planowania. W praktyce często polega ono na łączeniu różnych rodzajów uczestnictwa. Niezależnie od tego, jaka metoda jest preferowana, trenerom zależy na udanym i znaczącym zaangażowaniu młodzieży, aby uwzględnić młodych ludzi, ich pomysły i potrzeby, na każdym etapie procesu, od przygotowania do realizacji i działań następczych.

### **Planowanie i przygotowanie**

Zanim przyjrzymy się zaangażowaniu młodych osób w projekt, pojawia się pytanie, jak zaangażować młode osoby w międzynarodowe projekty integracyjne. Szczególnie trudne może być dotarcie do nich w równym stopniu w ramach wielu grup docelowych integracyjnego projektu. Niektóre grupy mogą mieć poczucie, że nie są ukierunkowane, ponieważ nie są przyzwyczajone do bycia beneficjentami takich programów. Inne nie będą zainteresowane uczestnictwem od razu, ponieważ nie postrzegają siebie jako głównej grupy docelowej projektów integracyjnych.

Dobłą strategią jest budowanie opartych na **zaufaniu partnerstw** z organizacjami, które mają już zaufanie docelowych grup młodzieży. Mogą to być np. organizacje pozarządowe, szkoły, a także organizacje samo-

reprezentujące. Poprzez tworzenie sieci kontaktów z wybranymi partnerami i angażowanie ich w działania, grupy docelowe są łatwiej osiągalne. Jeśli to możliwe, zalecaną strategią jest korzystanie z osobistego kontaktu. Doświadczenie pokazuje raz po raz, o ile szybciej młodzi otwierają się i uczestniczą w projektach, jeśli wcześniej znają kluczowe osoby w nich uczestniczące. Może to wynikać z wizyty przygotowawczej w instytucji goszczącej, podczas której trener przedstawia pomysł projektu zainteresowanym młodym osobom. Przygotowania mogą być również prowadzone przez organizacje partnerskie w miejscu zamieszkania uczestników. Ważne jest wtedy, aby wszyscy partnerzy uzgodnili wspólne cele, wartości i idee. Szczególnie cenne jest zaangażowanie rówieśników, którzy już wzięli udział w takich spotkaniach. Bardziej doświadczeni osoby młode z niepełnosprawnościami mogą podzielić się swoimi doświadczeniami, pomóc w zmniejszeniu niepokoju bądź strachu i udzielić pomocnych rad.

**Przygotowanie** młodych osób do projektu mobilności jest ważnym procesem, ponieważ będą oni podróżować do obcego miejsca i wchodzić w interakcje z nowymi twarzami i kulturami, z którymi wielu z nich nigdy nie miało kontaktu. Proces ten przygotowuje ich do radzenia sobie z nieznanymi sytuacjami, dzięki czemu mogą rozwijać w sobie zaufanie i bezpieczeństwo. W ramach takich procesów młode osoby mogą wyrażać swoje potrzeby i życzenia oraz nakreślać obawy. Dzięki temu ich potrzeby są uwzględniane na etapie przygotowania i dostarczają cennych informacji dla projektu międzynarodowej integracji zorientowanego na grupę docelową.

Szczególnie cenne jest **bezpośrednie spotkanie przygotowawcze** partnerów. Program finansowania Erasmus+ umożliwia międzynarodowym partnerstwom organizowanie wizyty przygotowawczej w kraju realizacji projektu (przewodnik programowy Erasmus+, 2020). Oprócz przedstawicieli międzynarodowych organizacji partnerskich możliwe jest również zaangażowanie jednej młodej osoby jako przedstawiciela każdej grupy docelowej. Osoba ta powinna być w kontakcie z zainteresowanymi młodymi osobami przed reprezentowaniem ich w procesie przygotowań. Organizatorzy mogą zadać pytania, aby pomóc młodym osobom wyrazić ich pomysły i potrzeby.

Proces przygotowawczy stanowi również doskonałą okazję do podziału obowiązków. Dotyczy to nie tylko współpracy pomiędzy partnerami, ale również wśród młodych uczestników, którzy mogą mieć pomysły na to, jak mogą pomóc i przejąć określoną odpowiedzialność. Mogą oni być wspierani w tej współpracy przez partnerów lub liderów grup, którzy będą im towarzyszyć na spotkaniu. Jeśli młodzi ludzie nie są bezpośrednio

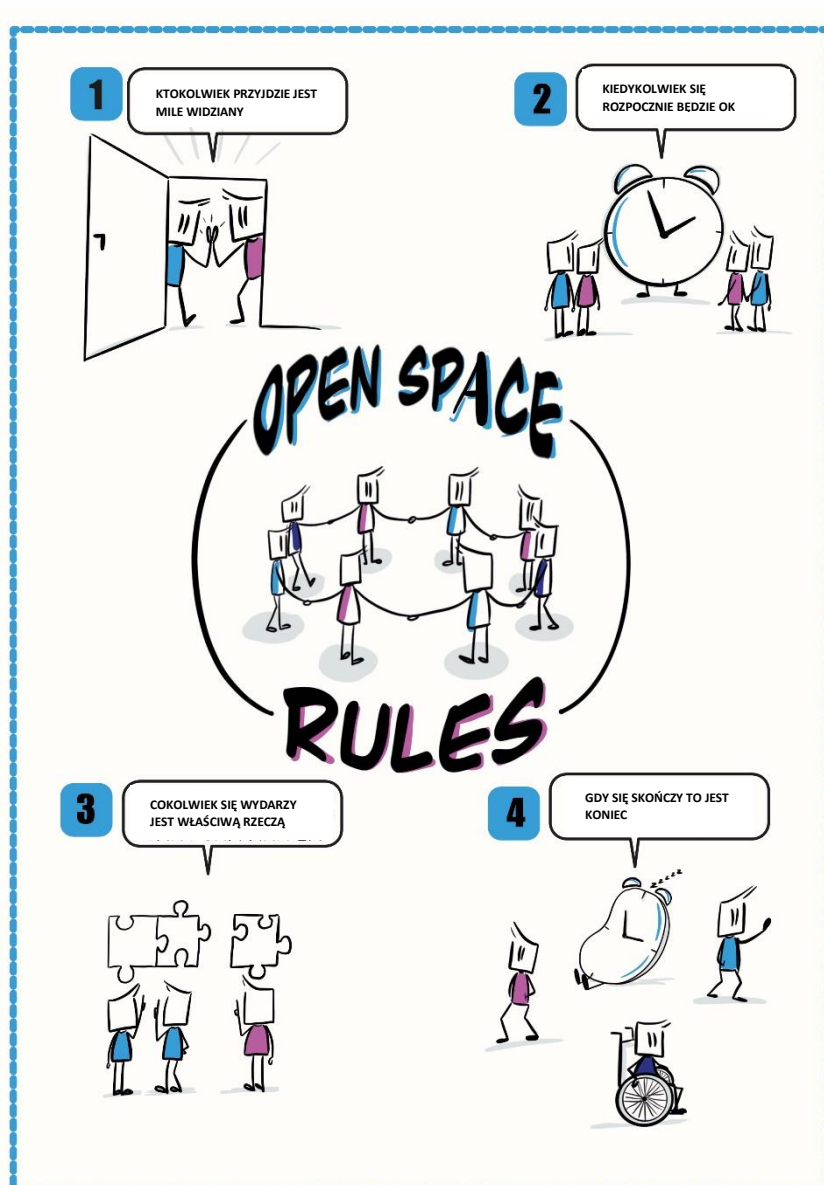


zaangażowani w proces przygotowań, miłą alternatywą jest osobisty list. Może on być okazją dla uczestników do bezpośredniego wniesienia swojego wkładu do programu lub tematu, który następnie mogą skonsultować z organizatorami, np. przez pocztą elektroniczną. Ważne jest, aby w przypadku istnienia takich możliwości, pomysły młodych osób znalazły swoje miejsce w programie. Jeśli zostaną oni zachęcani do zaangażowania się w program, a następnie ich pomysły zostaną przeoczone, może to wywołać frustrację i wycofanie się z programu. Doświadczenia związane z dyskryminacją i wykluczeniem mogą zostać źle zapamiętane, a chroniona przestrzeń wymiany młodzieży może zostać naruszona.

### **Faza realizacji**

Istnieje wiele sposobów na aktywne zaangażowanie młodych osób w ramach wymiany młodzieży. Jak już wspomniano, możliwe jest stworzenie przestrzeni, w której uczestnicy mogą samodzielnie przejmować określone części programu i dzielić się szczególnymi umiejętnościami i kreatywnymi pomysłami ze swoimi rówieśnikami. Pomysły te powinny wpisywać się w kontekst projektu i powinny być odpowiednio przekazane w fazie przygotowawczej. Kreatywność uczestników nie ma granic. Zespół zarządzający projektem musi być obecny na miejscu, aby wspierać uczestników w ich inicjatywach oraz udostępniać im niezbędne materiały i zaplecze.

Cenną **metodą** aktywnego zaangażowania młodych osób w program jest technika otwartej przestrzeni (z angielskiego Open Space technique) (Edutopia, 2020), którą można dostosować do grupy docelowej. Podlega ona określonym [zasadom](#) (patrz grafika poniżej) i oferuje strukturę, w której uczestnicy mogą przedstawić swoje pomysły i ćwiczenia szkoleniowe.



Zasady otwartej przestrzeni. [Źródło graficzne](#)

W ramach programu może zostać zaplanowana „otwarta przestrzeń”. Wówczas uczestnicy mogą zaprezentować swoje kreatywne pomysły i umiejętności w ramach zorganizowanego pokazu. Prezentacje te mogą być przygotowane z wyprzedzeniem. Alternatywnie, program może również zawierać czas na przygotowanie swojego materiału do otwartej przestrzeni. W ten sposób młode osoby mogą współpracować z uczestnikami na miejscu poza swoimi grupami krajowymi. Wsparcie może być zapewnione poprzez wykorzystanie gier integracyjnych w celu określenia wspólnych zainteresowań i podobieństw oraz zachęcenia do współpracy.

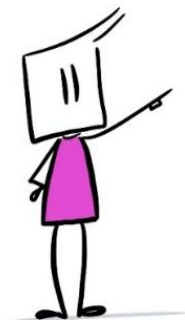
Niezależnie od tego, jakie metody i podejścia zostaną wybrane, program partycypacyjny musi oferować uczestnikom możliwość aktywnego zaangażowania się. Dla trenerów oznacza to przekazanie

odpowiedzialności. Osobisty kontakt z uczestnikami, aktywne słuchanie, elastyczność i przyjmowanie ich pomysłów to niezbędne strategie umożliwiające prawdziwe uczestnictwo. Wśród uczestników zawsze znajdują się tacy, którzy są głośniejsi i znacznie szybciej zaangażują się aktywnie. Zwłaszcza w pracy ze zmarginalizowanymi grupami docelowymi, ważnym zadaniem trenerów jest nawiązanie dialogu z tymi, którzy nie są przyzwyczajeni do bycia wysłuchanymi. Kiedy celem jest aktywne zaangażowanie wszystkich, ważne jest, aby słyszeć oraz uwzględniać alternatywne głosy w procesie podejmowaniu decyzji.

Ważnym narzędziem angażowania wszystkich uczestników w proces podejmowania decyzji i opracowywania programu jest regularna **refleksja i ocena** procesów. Rundy refleksji mogą być organizowane na sesjach plenarnych wszystkich uczestników. Ponieważ jednak nie wszyscy uczestnicy czują się komfortowo wypowiadając się w dużych grupach, codzienne lub regularne rundy refleksji w małych grupach okażą się bardziej skuteczne. Mogą to być grupy składające się z osób z krajów partnerskich, w których uczestnicy mogą komunikować się we własnym języku. W grupach mieszanych, mediatorzy językowi mogą wspierać komunikację lub można zastosować alternatywne metody twórcze. Pomocna w tym jest moderacja takich procesów. Ukierunkowane pytania i kreatywne metody ewaluacji pozwalają uczestnikom na refleksję nad swoimi doświadczeniami w trakcie programu. Na różnych etapach procesu mają oni możliwość wyrażenia swoich potrzeb, pomysłów, a także krytycznych perspektyw. Moderatorzy następnie dzielą się niezbędnymi informacjami zwrotnymi z prowadzącym zespołem. Jeśli komentarze uczestników zostaną uwzględnione, wówczas doświadczenie będzie takie, które buduje zaufanie i wzmacnia pozycję, motywując ich do większego zaangażowania.

### **Działania następcze**

Upowszechnianie wyników i doświadczeń przyczynia się do trwałości projektów integracyjnych i pomaga w promowaniu integracji. Zaangażowanie uczestników w działania następcze jest cennym zasobem, który przyczynia się do upodmiotowienia i powinno być wspierane.



Zapewniając młodym osobom platformę do dzielenia się swoimi doświadczeniami, będą mieli poczucie, że ich opinie i perspektywy są cenione.

Platforma ta może być zorganizowana we współpracy z innymi partnerami. Blogi projektów, wpisy w mediach społecznościowych, wydarzenia informacyjne w organizacjach to tylko niektóre działania, w jakie młode osoby mogą być zaangażowani.

### Różne poziomy wsparcia

Aktywne zaangażowanie uczestników o szczególnych potrzebach może zostać osiągnięte tylko wtedy, gdy zostaną zapewnione odpowiednie warunki i wsparcie. W tym celu należy zapewnić odpowiednie mechanizmy wsparcia. Indywidualne potrzeby uczestników powinny zostać zidentyfikowane już w trakcie procesu przygotowań, aby jak najlepiej przygotować projekt. To, ile konkretnych informacji jest potrzebnych, zależy od organizatorów, ale także od uczestników i ich rodzin. Ostatecznie to oni decydują, jakimi informacjami należy się podzielić. Jako trener musisz mieć świadomość, że rodziny i opiekunowie filtrują informacje. Dlatego też konkretne pytania i listy kontrolne mogą pomóc uczestnikom w przygotowaniu i dostarczeniu niezbędnych informacji. Informacja o potrzebach uczestników jest nie tylko kluczowa dla organizatorów i opiekunów, ale także wspiera mediatorów językowych i prowadzących warsztaty w przygotowaniu ich działań.

Ponieważ nie można przyjąć żadnego wspólnego **języka**, należy zapewnić dostępność mediatorów językowych i tłumaczy języka migowego dla niesłyszących uczestników. W rezultacie młodzi ludzie mają głos, dzięki któremu są aktywnie zaangażowani. Oprócz języka, pomocne są alternatywne formy przekazywania informacji. Wizualizacje stanowią cenne wsparcie, ponieważ nie można założyć, że wszyscy uczestnicy potrafią dobrze czytać. Wrażliwe i świadome użycie języka i komunikacji powinno być brane pod uwagę podczas realizacji międzynarodowych spotkań integracyjnych. W rozdziale 3 omówiono już różne aspekty dotyczące szczegółów językowych. Dodatkowo, publikacja [Perspektywa: Inkluzja](#) (Kreisau-Initiative e.V., 2020) zawiera kompleksowy przegląd wykorzystania języka i komunikacji w międzynarodowej inkluzyjnej pracy z młodzieżą. W tym miejscu należy również podkreślić, że mediatorzy językowi na międzynarodowych inkluzyjnych spotkaniach młodzieży mogą być finansowani z inicjatywy [Wsparcie związane ze specjalnymi potrzebami](#) (Przewodnik programowy Erasmus+, 2020).

Planując projekty integracyjne, należy zauważyć, że takie projekty często wymagają wyższego poziomu wsparcia. Chociaż praktyki integracyjne

mogą być zapewnione dzięki współpracy różnych partnerów, niektóre środowiska integracyjne czasami potrzebują bardziej zindywidualizowanego wsparcia, aby uczestnicy mogli w nich uczestniczyć w równym stopniu. Należy to uwzględnić w procesie składania wniosków i planowania projektu.

**Liderzy grupy, osoby towarzyszące i asystenci** są ważnym wsparciem w projektach integracyjnych. Są to zaufane osoby referencyjne dla młodych osób w nieznanym im sytuacji. Dużą zaletą jest to, że młodzi ludzie i osoby im towarzyszące znają się przed spotkaniem i są wspólnie zaangażowani w proces przygotowań. Relacje pomiędzy uczestnikami i osobami towarzyszącymi tworzą stabilność i ukierunkowują. Doświadczenia emocjonalne, frustracje, potrzeby i niepewności są tu często absorbowane. Osoby towarzyszące są więc także kanałem komunikacji pomiędzy uczestnikami i zespołem prowadzącym. Jeśli chodzi o kontynuację spotkań integracyjnych, to wspólne doświadczenia są cenną podstawą do tego, aby trenować uczestników w ich refleksji i dalszym rozwoju. Liczne wrażenia i doświadczenia edukacyjne są często przetwarzane dopiero po zakończeniu projektu, ponieważ podczas samego projektu dzieje się zbyt wiele. Aby zapewnić trwałość tych doświadczeń i przeniesienie tego, czego się nauczyli, do codziennego życia uczestników, kluczową rolę odgrywają liderzy grup i osoby im towarzyszące.

Innym ważnym rodzajem wsparcia, jeśli jest ono dostępne, jest **pomoc indywidualna**. Istnieje możliwość ubiegania się o dofinansowanie takiej usługi, aby osoby potrzebujące wsparcia indywidualnego mogły wyjeżdżać na projekty z asystentami. Taka pomoc daje im często większy komfort i wspiera ich aktywne uczestnictwo.

Liderzy grupy, osoby towarzyszące i asystenci są częścią grupy. Ważne jest, aby wyjaśnić ich rolę. Warsztaty i działania projektowe, w których uczestnicy otwierają się na siebie i nowe doświadczenia, odbywają się w intymnej atmosferze. Jeśli osoba towarzysząca, która nie jest szczególnie zaangażowana w to działanie, wchodzi i wychodzi z tej intymnej przestrzeni jako obserwator, może to mieć negatywny wpływ na procesy rozwojowe grupy. Dlatego też sensowne jest wcześniejsze określenie ich roli. Ponieważ osoby towarzyszące pełnią ważną funkcję wzorca, ich aktywne uczestnictwo w działaniach często ma pozytywny wpływ na zachowanie uczestników. Na tych, dla których otwieranie się na nowe procesy jest szczególnym wyzwaniem, można wywierać pozytywny wpływ. Jednocześnie rozróżnienie w hierarchii sprzyja bardziej bezpośredniej relacji międzyludzkiej. Rola osobistego asystenta jest nieco inna. Jego zadaniem jest wyraźne wspieranie indywidualnych potrzeb osoby z niepełnosprawnością. W rezultacie mogą być czasami postrzegane jako

„ciała obce”, co może mieć zarówno korzystny, jak i niekorzystny wpływ na procesy budowania grupy. Dlatego też ich rola powinna być z góry wyjaśniona i komunikowana w sposób przejrzysty. O ile to możliwe, asystenci osobiści powinni być również zapraszani do udziału w zajęciach grupowych.

Zaangażowani **trenerzy i prowadzący warsztaty** pełnią również ważną funkcję wspierającą w projektach integracyjnych. Ich zadaniem jest zaprojektowanie oferty pedagogicznej w taki sposób, aby każdy mógł w niej uczestniczyć w równym stopniu. Oznacza to tworzenie różnorodnych ofert metodycznych i pedagogicznych, które umożliwiają osobom o różnych umiejętnościach i zdolnościach aktywny udział w procesach uczenia się i doświadczania. Muszą oni zawsze mieć na uwadze całą grupę. Oprócz umiejętności pedagogicznych, trenerzy i prowadzący warsztaty muszą również zachować pozytywne i produktywne nastawienie. Ich oferta pedagogiczna tworzy ramy, w których może odbywać się nauka i rozwój. Ich przywództwo pozwala im dawać pozytywne przykłady elastyczności i empatii. Zamiast narzucać uczestnikom działania, powinni oni dzielić się odpowiedzialnością i kierować nimi w swoim procesie. Edukacja pozaformalna jest zawsze zorientowana na proces. Mogą pojawić się rezultaty, ale nie są one głównym celem. Najlepszym rezultatem jest przyjemny i wartościujący proces.

W kontekście wsparcia istotną rolę odgrywa istotny temat **logistyki**. Tylko wtedy, gdy ogólne warunki są zaprojektowane w taki sposób, aby wszyscy uczestnicy czuli się komfortowo, można stworzyć atmosferę zaufania, w której nauka i rozwój są kluczowe. Obejmuje to dostępność obiektów, zakwaterowanie, komfortową podróż do i z miejsca wydarzenia, a także możliwość spędzania wolnego czasu i posiłki. Należy wziąć pod uwagę wegetariańskie lub wegańskie preferencje, jak również pewne nietolerancje lub kulturowe i religijne nawyki żywieniowe. Jeśli planowana jest wycieczka, konieczne może być zapewnienie autobusu dostosowanego do transportu osób z niepełnosprawnościami. Można się o to również ubiegać oddzielnie w ramach wsparcia dla osób ze szczególnymi potrzebami (Przewodnik programowy Erasmus+, 2020). Wiele aspektów planowania zostało już omówionych w poprzednich rozdziałach. Przegląd ważnych kryteriów można znaleźć w podręczniku dostępnym w języku angielskim pt. [Vision: Inclusion An inclusion strategy for international youth work](#) (IJAB, 2017, s. 34).

Bez względu na to, jakie warunki są konieczne, w kontekście programów integracyjnych nie powinny one otrzymać specjalnego statusu, lecz muszą być traktowane jako uniwersalne. Przystosowany dla osób z niepełnosprawnościami autobus lub wizualizacja programu nie są



wymagane dla wybranych osób, ale stanowią normę dla grupy. Ten fakt powinien być zawsze komunikowany w sposób przejrzysty.

Wreszcie, koncepcja pedagogiczna i **wdrożenie metodologiczne** nie mogą pozostać bez uwag. Służą one w szczególności jako wsparcie dla uczestników. Integracja i ćwiczenia wzajemnego poznawania się, które są szczególnie ważne na początku spotkania i pomagają w budowaniu atmosfery zaufania, pomagają uczestnikom zaprezentować się i poznać innych uczestników. Zajęcia te mają istotną funkcję „przełamywania lodów” i przyczyniają się do rozwoju relacji i wspólnego procesu grupowego. Tutaj można odkryć podobieństwa i docenić różnice.

Niezliczone strony internetowe proponują ćwiczenia w tym zakresie, np. [zbiór narzędzi Salto](#). Ważne jest, aby te metody były dostosowane do potrzeb i możliwości poszczególnych osób i były stosowane tylko wtedy, gdy pasują do grupy. Jeśli działania kogoś wykluczają, będzie to miało negatywny wpływ na budowanie zaufania i procesy budowania grupy. Opisana w rozdziale 3 inżynieria odwrotna jest użytecznym narzędziem do dostosowania metod do grupy docelowej, a tym samym wspierania jej w rozwoju.

Podejście do [animacji językowej](#) z kolei wspiera uczestników w komunikowaniu się i radzeniu sobie z różnorodnością językową w kontekście spotkań międzynarodowych (FGYO, 2017). Publikacja [Language Animation - the inclusive way](#) (IJAB, 2017), dostępna w języku angielskim oraz niemieckim, analizuje to podejście z perspektywy inkluzji i pokazuje przykłady adaptacji metod poprzez odwrotnej inżynierii.

W dziedzinie edukacji pozaformalnej istnieje szerokie spektrum metod i kierunków tematycznych. Konkretnie metody, na przykład, mogą wspierać uczestników w zrozumieniu [różnorodności](#), refleksji nad [prawami człowieka](#) i/lub promowaniu [zrównoważonych działań](#). Ze względu na różnorodność uczestników międzynarodowych spotkań integracyjnych należy zawsze zapewnić odpowiednią równowagę metod w celu zaspokojenia różnych potrzeb uczestników. Podczas gdy niektórzy wolą ruch, inni preferują podejście praktyczne lub wizualne i/lub dyskusje. W celu zaspokojenia różnych potrzeb i rozwinięcia konkretnych umiejętności i zdolności można zaproponować różnorodne ćwiczenia i warsztaty. Na przykład w międzynarodowym projekcie integracyjnym [Budujemy mosty](#) oferowane są trzy lub cztery równoległe warsztaty na jeden temat i wykorzystują one szereg podejść, aby nadać priorytet różnym zmysłom. Na przykład, uczestnicy mogą wybrać dwa warsztaty z oferty teatru, tańca, sztuki i mediów. Zazwyczaj mają możliwość wypróbowania każdej oferty już pierwszego dnia, aby móc wybrać warsztaty zgodnie ze swoimi potrzebami i zainteresowaniami.



Jak już podkreślono, kluczowe jest, aby wdrożenie metod było całościowe, ale ważny jest również sposób, w jaki metody te są stosowane.

Stosowanie odpowiedniej metody lub ćwiczenia we właściwym lub niewłaściwym czasie może promować lub utrudniać dynamiczne procesy grupowe. Pomocne są tutaj [etapy rozwoju grupy Tuckmana](#). Model przedstawia pięć etapów rozwoju grupy, które są nieuniknione i konieczne, aby uczestnicy mogli się rozwijać, stawiać czoła wyzwaniom, rozwiązywać problemy, znajdować rozwiązania, planować pracę i osiągać wyniki.

Etapy te mogą być łatwo przeniesione do **dynamicznych procesów grupowych** podczas mobilności młodzieży:

**Formowanie** jest etapem przybycia, orientacji, ocieplenia stosunków.

**Docieranie** oznacza etap, w którym grupa szuka porządku i rozpoczyna budowę zaufania. Następuje wymiana opinii i mogą pojawić się konflikty. Osoby szukają swoich ról w grupie i odbywają się negocjacje.

**Normowanie** stanowi etap wyjaśnienia. Różnice zdań i osobiste konflikty często są rozwiązywane. Rozwijają się grupowe poczucie i zrozumienie wspólnego celu. Członkowie grupy uczą się szanować i/lub tolerować siebie nawzajem. Przyjmuje się odpowiedzialność za wspólny proces.

**Realizacja** jest etapem pracy, w której grupa pracuje razem, uczy się wspólnie i dąży do osiągnięcia wspólnych celów.

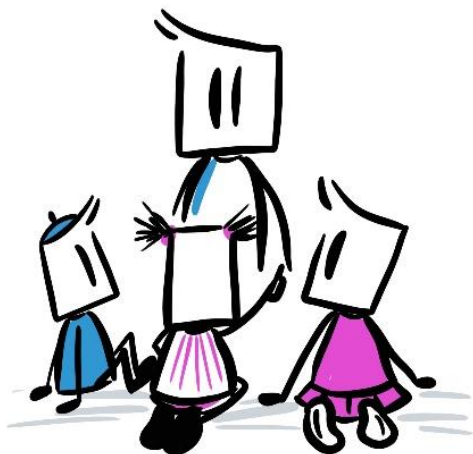
**Zawieszenie** jest etapem pożegnania, w której grupa powoli się rozchodzi, a spotkanie kończy się oceną i czynnościami pożegnalnymi.

Jako trener, dobrze jest być świadomym tych etapów i obserwować grupę. Jeśli stosowane są metody odpowiednie dla dynamicznych etapów grupy, można optymalnie wspierać procesy rozwojowe grupy i jej członków.

Schemat, [proces uczenia się w grupie, rozwój grupy i wybór metod](#) (dostępny w języku angielskim) pokazuje, jak metody mogą być wykorzystywane w sposób ukierunkowany. Należy pamiętać, że dynamiczne procesy grupowe są realizowane w ramach działań krótkoterminowych i przy właściwym zastosowaniu metod, pierwsze trzy etapy mogą zostać zakończone w ciągu pierwszego półtora dnia. Jednocześnie konflikty, zakłócenia i zmiany w strukturze grupy mogą hamować dynamiczny rozwój grupy, w rezultacie czego grupa musi zacząć od początku.

Należy uwzględnić wiele procesów, zwłaszcza w grupach integracyjnych. Czynności takie jak codzienne ewaluacje i wspólne poranne spotkania ułatwiają uczestnikom dostosowanie się do nowego kontekstu. Widoczne i rozpoznawalne plany rozmieszczenia przestrzeni oraz programy z elementami graficznymi są również użyteczne w procesie dostosowywania

się do nowego środowiska. Zróżnicowane praktyki pracy, takie jak indywidualne zadania i etapy w mniejszych i większych grupach, sprzyjają rozwojowi uczestników. Przedstawiając różnorodne wyzwania, promują one zróżnicowane kompetencje. Zwłaszcza praca w małych grupach może być okazją dla tych, którzy nie lubią wyrażać siebie w dużych grupach lub mają spokojniejszą osobowość.



Wspieranie uczestników, a tym samym aktywne angażowanie ich na różnych poziomach, jest jednym z podstawowych zadań organizatorów spotkań integracyjnych. Indywidualny kontakt, zadawanie pytań i słuchanie, a także otwarta i uważna postawa są ważnymi kompetencjami trenerów. Celem jest zaangażowanie wszystkich. Oznacza to uważne przyjrzenie się, gdzie potrzebne jest wsparcie i gdzie sami uczestnicy mogą przezwyciężyć wyzwania i wyjść z tego procesu bardziej zaangażowani.

### **Wzmacnianie pozycji młodzieży w ramach międzynarodowych mobilności**

Wzmacnianie pozycji młodzieży jest również deklarowanym celem strategii UE na rzecz młodzieży. W propozycji tej Komisja Europejska stwierdza, że praca z młodzieżą musi zostać uznana i ulepszona, aby umożliwić młodym osobom kontrolę nad własnym losem.

Jak wyjaśniono we wstępie, istnieje ścisły związek między angażowaniem a wzmacnianiem. Prawdziwe angażowanie jest już procesem wspierającym. W miarę rozwoju tego procesu młodzi ludzie widzą, że ich głosy, opinie i uczestnictwo mogą coś zmienić. Odnosi się to do wszystkich młodych osób.

Jednak w spotkaniach integracyjnych często uczestniczy wielu młodych osób, którzy przybywają z poczuciem, że nie mają głosu, ponieważ odmówiono im możliwości uczestnictwa w życiu społecznym. Dla tych

osób, którzy nigdy nie byli w stanie uczestniczyć w podejmowaniu decyzji, taki proces może być również przytłaczający. W bezpiecznej przestrzeni integracyjnych spotkań młodzieży, uczestnicy mogą odkrywać, brać odpowiedzialność za własne decyzje i partycypować w ramach własnych możliwości i potrzeb.

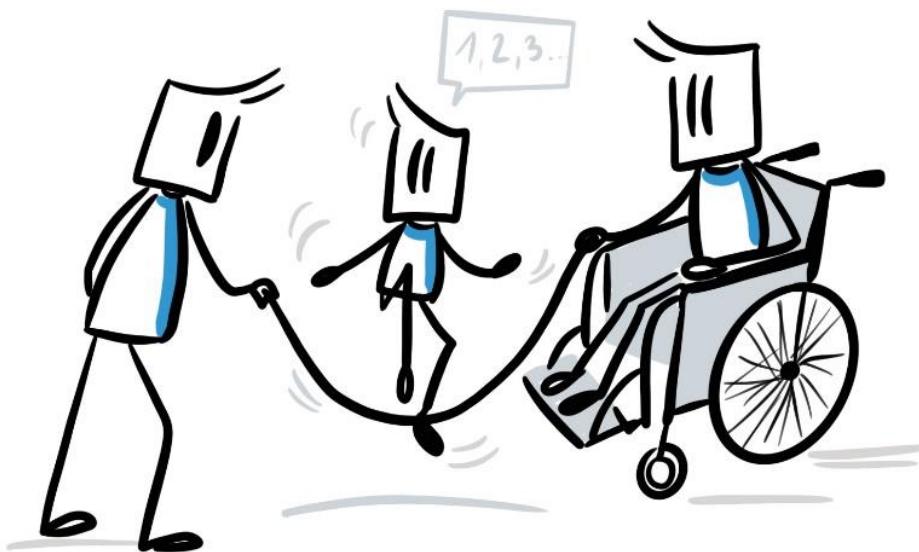
Prosty akt nawiązania kontaktu z innymi uczestnikami takich spotkań może już być wzmocnieniem. Niewielkie sukcesy, takie jak rozmowa z kimś z innego kraju, nawet jeśli tylko przy pomocy gestykulacji/ruchu, mogą dużo znaczyć. Rozmowa z osobą na wózku inwalidzkim może być wzmocnieniem dla obu stron; znalezieniem odwagi, by zapytać, jak wygląda życie na wózku inwalidzkim; by być pytany i słyszany - wszystkie te pozornie drobne gesty i momenty mogą mieć niesamowity efekt, który może mieć ogromny wpływ na uczestników indywidualnie, jak również na ich otoczenie.

Jako trener, ważne jest, aby myśleć całościowo. To nie deficyty, ale odkryte i być może jeszcze nieodkryte zdolności i możliwości muszą być widoczne i namacalne. Nie będzie korzystne dla grupy, aby rozpocząć na niskim poziomie ze względu na postrzegane niezdolności. Każdy musi podjąć wyzwanie. Różne podejścia, cierpliwość, a w razie potrzeby dostosowanie działań to droga naprzód.

„Tak, to było trudne, ale nie poddałam\*poddałem się i zrobiłam\*zrobiłem to” lub „Zrobiłam\*zrobiłem to, a teraz mogę zrobić to wszystko”, takie zdania często słyszy się na integracyjnych spotkaniach młodzieży. To jest prawdziwe wzmocnienie!

Poczucie przynależności jest również bardzo silnym uczuciem, szczególnie dla tych, którzy często spotykają się z wykluczeniem i dyskryminacją w codziennym życiu. Trenerzy są tu ważnymi wzorcami do naśladowania. Mówią do grupy, moderują procesy, są widziani i słyszani przez wszystkich. Sposób, w jaki postępują z każdym z uczestników i język, którym się posługują, to zachowania, które najprawdopodobniej zostaną powielone. Znając te szczegóły, można promować cenną i otwartą kulturę grupy. Poczucie przynależności może być również wzmocnione przez zróżnicowany zestaw podejść pedagogicznych i metodologicznych. Zadania grupowe, w których potrzebne są różne mocne strony i umiejętności, mogą czasami skupiać uwagę różnych osób oraz prowadzić

do uznania i zwiększenia pewności siebie.



Angażowanie, wspieranie i wzmacnianie młodych osób powinno być zatem zawsze podstawowym celem działań edukacyjnych. Międzynarodowe spotkania młodzieży mogą stworzyć bezpieczną i przyjazną przestrzeń, w której można prowadzić działania integracyjne i w której młodzi ludzie mogą nauczyć się, że mają możliwość zmiany warunków. W sprzyjających warunkach błędy można popełniać i naprawiać poprzez wspólną refleksję i dialog, nie szkodząc innym. Dotyczy to również trenerów i wszystkich innych podmiotów zaangażowanych w takie spotkania. Uczenie się od siebie nawzajem i ze sobą jest kluczem do procesu wzmacniania pozycji.

## **Rozdział 5 Dostępność: praktyczne informacje na temat dostępności stron internetowych i dokumentów**

### **Znaczenie dostępności informacji**

Dostępność informacji ma kluczowe znaczenie dla osób z pewną niepełnosprawnością, ale także dla tych, którzy opracowują produkty i usługi, które nie chcą nikogo wykluczyć z korzystania z nich. Gdy strony internetowe i dokumenty są odpowiednio zaprojektowane i zakodowane, więcej osób może z nich korzystać. Obecnie wiele narzędzi i stron internetowych stwarza bariery dostępności, przez co niektórym osobom korzystanie z nich jest utrudnione lub nawet niemożliwe. Jeśli jednak organizacje chcą tworzyć informacje wysokiej jakości, ich dokumenty i strony internetowe powinny być projektowane z myślą o wszystkich.

### **Udostępnianie informacji dla wszystkich - dostępność sieci**

*„Potęga sieci leży w jej uniwersalności. Dostęp dla każdego, bez względu na niepełnosprawność, jest istotnym aspektem”.*  
(Tim Berners-Lee, dyrektor W3C i twórca WWW)

Dostępność sieci to termin używany do określenia ogólnej praktyki, która zapewnia usunięcie wszystkich możliwych barier. Dotyczy to zarówno osób z niepełnosprawnościami, jak i osób mających trudności w nauce, ograniczone możliwości techniczne lub inne ograniczenia. Dostępne strony internetowe powinny umożliwiać użytkownikom postrzeganie, rozumienie, nawigację, interakcję lub współtworzenie. Aby poprawić dostępność, przy projektowaniu stron internetowych należy wziąć pod uwagę czynniki słuchowe, poznawcze, neurologiczne, fizyczne, werbalne i wizualne.

W przypadku projektowania stron internetowych dostępnych dla użytkowników, deweloperzy powinni stosować się do konkretnych standardów wyjaśnionych w kolejnej części tego rozdziału. Istnieje kilka podstawowych zasad, o których powinien pamiętać każdy, kto projektuje strony internetowe, narzędzia online lub po prostu publikuje jakiegokolwiek informacje online:

- Stosuj dobre kontrasty - wystarczający kontrast pomiędzy elementami na ekranie ma kluczowe znaczenie dla dobrej widoczności. Dotyczy to nie tylko kolorów pierwszego planu i tła, ale tekstu i innych elementów, takich jak ikony, przyciski i linki. Muszą być one wyraźnie rozpoznawalne, mieć odpowiednią wielkość, a tym samym być łatwe do zauważenia. Ich konstrukcja powinna mieć prostą strukturę, bez dwuznaczności co do tego, jakie działania należy podjąć po kliknięciu na element. Na przykład, przycisk strony domowej w nawigacji jest zazwyczaj oznaczony słowem „Home” i ikoną przedstawiającą kształt domu.

- Udostępnij możliwość personalizacji tekstu - oznacza to, że tekst może być zmieniany przez użytkowników w zakresie czcionki, kolorów i odstępów. Funkcja ta jest kluczowa dla osób z wadami wzroku i dysleksją. Odpowiednie rozwiązania techniczne można znaleźć jako wbudowaną funkcjonalność przeglądarki internetowej, lub jako dodatkową funkcjonalność strony internetowej. Przykład dodatkowej funkcjonalności na stronie internetowej można sprawdzić na [stronie internetowej projektu DARE](#), gdzie wtyczka udostępniona przez [Userway](#) pozwala użytkownikowi na zmianę kontrastu i wielkości tekstu w celu umożliwienia nawigacji z klawiatury i wiele innych udogodnień.
- Używaj dużych linków, przycisków i elementów sterujących - powinny one być wystarczająco duże, aby mogły być używane przez osoby o ograniczonej zręczności. Aktualne zasady projektowania wskazują trzy podstawowe rozmiary przycisków i elementów sterujących na poziomie 42, 60 i 72 pikseli w zależności od ich priorytetu.
- Zadbaj o przejrzysty układ i wygląd - oznacza to czytelne nagłówki, nawigację i spójne style. Przejrzystość układu i projektu jest bardzo ważna dla osób z niepełnosprawnością poznawczą.
- Publikuj zrozumiałe treści - teksty nie powinny zawierać długich zdań, skomplikowanego języka, żargonu lub akronimów. Są one trudne dla wszystkich, ale nieczytelne dla osób z trudnościami poznawczymi i trudnościami w nauce ([więcej: zobacz rozdział 3](#)).
- Uwzględnij powiadomienia i informacje zwrotne - wyświetlane komunikaty powinny być proste i zrozumiałe. Na przykład, komunikat o błędzie nie powinien przedstawiać numeru błędu, powinien również wyjaśniać, na czym polega problem. Strony internetowe i narzędzia online muszą być przewidywalne i zrozumiałe. Ma to kluczowe znaczenie dla osób z trudnościami poznawczymi i trudnościami w nauce.
- Zastosuj narzędzie rozpoznawania głosu - wymaga ono szczególnego kodowania i ma ograniczenia językowe, ale po wdrożeniu może stanowić ogromną pomoc dla osób z wadami wzroku.
- Zastosuj technologię syntezy mowy - podobnie jak w przypadku rozpoznawania głosu, syntezy mowy wymaga specjalnego kodowania. Można go używać do różnych ćwiczeń i wspierać osoby z wadami wzroku i dysleksją.
- Zapewnij kompatybilność z klawiaturą - strony internetowe powinny być obsługiwane za pomocą klawiatury; jest to szczególnie ważne dla osób, które nie mogą korzystać z myszki komputerowej ze względu na ograniczenia fizyczne.
- Używaj napisów przy tworzeniu filmów - niektóre filmy mogą być zrozumiałe bez napisów i dźwięku, ale większość z nich jednak nie. Napisy sprawiają, że każdy film wideo jest dostępny, zwłaszcza dla osób z wadami słuchu.





## Zestawienie standardów: WCAG, ATAG, UAAG

Wyżej wymienione dobre praktyki wynikają z międzynarodowych standardów dotyczących dostępności stron internetowych i mają na celu pomóc deweloperom w tworzeniu stron internetowych dostępnych dla użytkowników. Międzynarodowe standardy internetowe określają, co jest potrzebne do zapewnienia dostępności.

Jednym ze standardów dostępności stron internetowych jest WCAG. WCAG to skrót od pierwszych liter angielskiej nazwy „Web Content Accessibility Guidelines”. Z nazwy tej wynika, że WCAG to zbiór wytycznych, które, gdy są przestrzegane, mogą uczynić treści internetowe bardziej dostępnymi. [Obecna wersja WCAG to 2.1](#) została wydana 5 czerwca 2018 roku.

Standard ten został przygotowany przez organizację WAI (Web Accessibility Initiative), część W3C (World Wide Web Consortium), która została powołana do życia w 1997 roku w celu poprawy dostępności sieci dla osób z niepełnosprawnościami. Obecna wersja, WCAG 2.1, składa się z 4 zasad, 13 wytycznych i 78 kryteriów sukcesu.

4 zasady, zgodnie z oficjalną dokumentacją, są następujące:

- **Postrzegalność:** Informacje i elementy interfejsu użytkownika muszą być dostępne dla użytkowników w sposób, który pozwala im na ich postrzeganie.
- **Funkcjonalność:** Elementy interfejsu użytkownika i nawigacji muszą być funkcjonalne.
- **Zrozumiałość:** Informacje i działanie interfejsu użytkownika muszą być zrozumiałe.
- **Solidność:** Treść musi być na tyle solidna, aby mogła być interpretowana przez wielu różnych przedstawicieli użytkowników, w tym przez technologie wspomagające.

Aby lepiej zrozumieć sposób, w jaki wytyczne są przygotowywane, poniżej przedstawiono kilka przykładowych wytycznych, które mogą pomóc w przygotowaniu dostępnych stron internetowych i dokumentów:

### Wytyczna 1.4 Rozróżnialność



Ułatw użytkownikom oglądanie i słyszenie treści, w tym oddzielenie pierwszego planu od tła.

Należy koniecznie wspomnieć, że wszystkie wytyczne WCAG nie są zależne od technologii. Oznacza to, że przyjęcie i przestrzeganie wytycznych powinno zadaniem twórców treści.

Każda z wytycznych jest dostępna na tak zwanych „poziomach zgodności”. Są one następujące: Poziom A (najniższa zgodność), Poziom AA (umiarkowana zgodność) i Poziom AAA (najwyższa zgodność z wytyczną).

**Wytyczna 1.4 Rozróżnialność** zawiera 13 różnych kryteriów sukcesu i może być wykorzystana do zrozumienia poziomów zgodności. Pełna lista jest dostępna w [Internecie](#). Dla celów niniejszej publikacji, tylko niektóre kryteria zostaną krótko opisane.

Na przykład, **Kryterium sukcesu 1.4.1 Użycie koloru (A)**:

*Kolor nie jest używany jako jedyny wizualny środek przekazu informacji, wskazywania działania, wywołujący reakcję czy też do wyróżniania elementów wizualnych.*

Innymi słowy, strony internetowe spełniające to kryterium sukcesu powinny wykorzystywać więcej wizualnych środków przekazu informacji, poza samym kolorem. Jeżeli strona internetowa zostanie uznana za spełniającą kryterium zgodności na poziomie A, powinna spełniać wszystkie kryteria sukcesu a na poziomie A.

Aby osiągnąć wyższy poziom zgodności, strona internetowa powinna spełniać również inne kryteria sukcesu, takie jak **Kryterium sukcesu na poziomie AA 1.4.4 Zmiana rozmiaru tekstu** (*poza napisami i tekstu w postaci obrazków, tekst może być zmieniany bez użycia technologii wspomagającej i do 200 procent bez utraty treści lub funkcjonalności*) lub **Kryterium sukcesu na poziomie AAA 1.4.9 Obrazy tekstu** (*teksty w postaci obrazków są używane wyłącznie do czystej dekoracji lub w przypadku, gdy konkretna prezentacja tekstu jest niezbędna do przekazania informacji*).

Standard WCAG został szeroko przyjęty na szczeblach legislacyjnych w wielu krajach. Poniżej przedstawiono kilka przykładów.

- **Unia Europejska** wymaga, aby wszystkie organy sektora publicznego posiadające strony internetowe i/lub aplikacje mobilne były zgodne z wytycznymi WCAG przynajmniej na poziomie AA.
- **Stany Zjednoczone**, w rozdziale 508 amerykańskiej ustawy dot. rehabilitacji osób niepełnosprawnych, stosują 17 kryteriów sukcesu standardu WCAG, oprócz stosowania innych kryteriów sukcesu w swoich krajowych wytycznych.

- **Australia**, poprzez ustawę o dyskryminacji osób niepełnosprawnych zdecydowała, że wszystkie rządowe strony internetowe powinny spełniać kryteria WCAG.

### Dostępne dokumenty

Koncepcja dostępnej publikacji skupia się na przygotowaniu wszystkich rodzajów dokumentów w sposób zrozumiały dla technologii wspomagających lub/i dla osób z niepełnosprawnościami. Niektóre ze standardów WCAG mogą być również przestrzegane, pomimo różnic pomiędzy technologiami sieciowymi a dokumentami. Nie ma tak popularnego standardu dla dokumentów jak WCAG dla stron internetowych, jednak różne organizacje podejmują inicjatywę, aby stosować się do jednakowych wytycznych.

Jednym z przykładów może być [dokument dotyczący standardów dostępności 1.0](#), opracowany w języku angielskim, przygotowany przez Kalifornijski Departament Rehabilitacji (California Department of Rehabilitation, DOR).

Standardy te mają zastosowanie do dokumentów Microsoft Word, Excel, PowerPoint i PDF i opierają się na wymaganiach § 508 federalnej ustawy o rehabilitacji, a także na standardach WCAG.

Niniejsza publikacja zawiera listę wytycznych, które powinny być przestrzegane podczas tworzenia dostępnego dokumentu. Podobnie jak w przypadku innych norm dotyczących dostępności, lista ta powinna być postrzegana jako wskazówka, a zatem w razie potrzeby może zostać nieznacznie zmodyfikowana.

### Standard 1. Język prosty

Dokument powinien być napisany prostym, zrozumiałym dla czytelnika językiem ([więcej: zobacz rozdział 3](#)).

### Standard 2. Styl i rozmiar czcionki

Zaleca się stosowanie standardowej czcionki Arial o rozmiarze 14 dla wszystkich dokumentów.

Uwaga: Chociaż Arial jest najpopularniejszą czcionką, można również używać innych czcionek, takich jak Calibri, Century Gothic, Helvetica, Tahoma i Verdana. Ważne jest, aby wybrać właściwą czcionkę, ponieważ niektóre z nich mogą powodować trudności w czytaniu. Na przykład, czcionki takie jak Times New Roman są uważane za dekoracyjne (z użyciem tak zwanych szeryfów) i dlatego mogą prowadzić do rozproszenia wzroku i mózgu, co sprawia, że trudno jest uzyskać właściwy kształt liter bez dodatkowego wysiłku.

### Standard 3. Wyrównanie tekstu

Tekst może być wyrównany do lewego lub prawego marginesu (odnośnik WCAG 1.4.8).

Uwaga: Wymóg ten wynika z faktu, że wyjustowany tekst może powodować tak zwane „kanaliki”, czyli puste przestrzenie rozciągnięte w kilku liniijkach. Zbyt dużo bieli powoduje trudności w czytaniu lub nawet uniemożliwia czytanie tekstu. Co więcej, jeśli tekst jest wyjustowany, nierówne odstępki mogą spowodować trudności w rozróżnieniu granic słów.

ecte turnadis pisici elit, sed  
modest empora incidunt ut  
re et dolore magma aliqua.  
enimenad mi meniat, quis  
rud exercitatio non ullamco  
ris nisi utalim quid ex ea  
modi consequat. Quis aute  
repreheni derit voluptate  
resse cillum doloresu fugiat  
pariat. Excepteuren asint  
ecat cupiditat non proidens



Kanaliki. Przykład Petra Kadlca. [Źródło graficzne](#)

### Standard 4. Kolor - Współczynnik kontrastu

W miarę możliwości zaleca się stosowanie czarnego tekstu na białym tle. W przypadku innych kombinacji należy zachować stosunek co najmniej 4,5:1 dla rozmiarów czcionki do 17 oraz co najmniej 3:1 dla rozmiarów czcionki 18 i wyższych (odnośnik WCAG 1.4.3).

Uwaga: Dla niektórych osób (słabo widzących) trudno jest odczytać tekst, jeśli nie kontrastuje on dobrze z tłem. Stosunek wynosi od 1:1 do 21:1; 21:1 to czarny tekst na białym tle (lub przeciwnym). Jest on obliczany z uwzględnieniem względnej luminancji najjaśniejszego koloru w porównaniu z najciemniejszym kolorem.

Standard 5. Kolor - Używanie koloru do przekazywania informacji

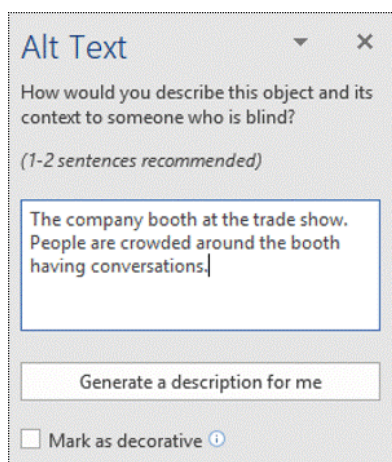
Kolor nie powinien być używany jako jedyny sposób przekazywania informacji i powinien być wyróżniony elementem wizualnym lub symbolem (odnośnik WCAG 1.4.1).

Uwaga: Jeśli kolor jest jedynym elementem, komunikat może nie być zrozumiały dla osób, które mają trudności z postrzeganiem kolorów. Na przykład, jeśli istnieje wykres, który ma dwa zestawy danych, zamiast użyć jednego niebieskiego prostokąta i jednego czerwonego prostokąta do oznaczenia punktów danych, jeden z zestawów danych może być przedstawiony za pomocą kół lub trójkątów, oprócz użycia różnych kolorów.

### Standard 6. Tekst alternatywny dla informacji nietekstowych/wizualnych

Oczekuje się, że elementom takim jak obrazy, tabele, wykresy itp. będzie towarzyszył tekst opisujący ich treść. Tekst nie powinien mieć więcej niż 180 znaków (odnośnik WCAG 1.1.1).

Uwaga: Większość programów używanych do przygotowania dokumentów daje możliwość podania alternatywnego tekstu dla każdego obrazu. Na przykład Microsoft Word sugeruje dodanie opisu i jego zawartości w jednym lub dwóch zdaniach, aby był on czytelny dla osób niewidomych.



Przykład alternatywnego opisu tekstowego w programie Microsoft Word

### **Standard 7. Położenie elementów nietekstowych/wizualnych**

Wszystkie elementy powinny być zakotwiczone w tekście (odnośnik WCAG 1.3.2).

Uwaga: Oczekuje się, że treść dokumentu będzie zgodna z sensownym porządkiem. Jest to szczególnie ważne, ponieważ odnosi się do układu opartego na kolumnach. Zawartość powinna być umiejscowiona od góry do dołu kolumny, a następnie od góry następnej kolumny. Jeśli w treści znajdują się jakieś elementy wizualne, to ich miejsce powinno być również poprawne i znaczące. Aby uniknąć jakichkolwiek nieporozumień, zakotwiczenie powinno być w tekście, wskazując wyraźnie, do której części należy towarzyszący mu wizualny element.

### **Standard 8. Nagłówki**

W dokumentach należy stosować wcześniej określony styl nagłówka (odnośnik WCAG 1.3.1).

### **Standard 9. Hiperłącza w tekście**

Hiperłącza powinny być zrozumiałe i nie należy zawierać zwrotów takich jak „kliknij tutaj” (odnośnik WCAG 2.4.4 i WCAG 2.4.9).

Uwaga: Zazwyczaj dobrze umiejscowione hiperłącza są częścią zdania, a cel każdego z nich jest łatwo zrozumiały, bez konieczności podążania za nim. Jednym z dobrych przykładów jest: „Więcej informacji na temat

bieżących działań można znaleźć na [STRONIE INTERNETOWEJ PROJEKTU DARE]”, gdzie tekst [STRONIE INTERNETOWEJ PROJEKTU DARE] jest bezpośrednim hiperłączem do strony.

### **Standard 10. Listy**

Listy powinny być tworzone tylko przy użyciu domyślnych stylów (odnośnik WCAG 1.3.1).

Uwaga: Aby treści były bardziej dostępne i łatwe do odczytania przez technologie wspomagające, listy powinny być tworzone z wykorzystaniem stylów dostępnych w edytorze stylów. Nie powinny być one tworzone ręcznie za pomocą zakładek lub spacji.

### **Standard 11. Spis treści**

Spis treści powinien być tworzony tylko przy użyciu domyślnych stylów (odnośnik WCAG 2.4.5).



Domyślne listy w dokumencie Microsoft Word

### **Standard 12. Multimedia**

Wbudowane i podlinkowane multimedia muszą być opatrzone napisami, a elementy kontrolne powinny być dostępne. W przypadku plików audio wymagana jest transkrypcja (patrz WCAG 1.2.2, 1.2.3, 1.2.4 i 1.2.5).

Uwaga: Aby pomóc osobom z wadami wzroku lub słuchu, wszystkie media muszą być wyposażone w transkrypcję, która zawiera tekstowe wyjaśnienie tego, co jest prezentowane w materiałach wideo lub audio. Może ona być umieszczona pod obiektem medialnym lub jako jego część (transkrypcja pisemna lub dźwiękowa umieszczona nad materiałem wideo, wraz z innymi informacjami, takimi jak muzyka w tle).

### **Standard 13. Logiczna kolejność odczytywania**

Treść musi być uporządkowana w sposób spójny i prawidłowy umożliwiającą czytanie (odnośnik WCAG 1.3.2).

Uwaga: Logiczna kolejność czytania oznacza, że układ tekstu jest naturalną sekwencją słów i można go łatwo śledzić, jak gdyby był mówiony. Czytelnicy powinni mieć możliwość łatwego śledzenia tekstu.

### **Standard 14. Numeracja stron**

Dla ułatwienia nawigacji, każdy numer strony dokumentu powinien odpowiadać numerom stron w menu dokumentu lub na pasku narzędzi programu. (odnośnik WCAG 1.3.1).

Uwaga: Niespójna numeracja stron jest częstym błędem. Jeśli na przykład otwierany jest plik PDF, a numer strony wyświetlany wewnątrz dokumentu to 10, wówczas ten sam numer powinien być również numerem strony w przeglądarce dokumentów PDF. To samo odnosi się do dokumentu Word. Utrzymanie spójności jest niezbędne, aby dokumenty były łatwo zrozumiałe i dostępne.

### **Standard 15. Tabele – wiesz nagłówek**

Wszystkie tabele powinny mieć nagłówek do prezentacji danych w formie tabel (odnośnik WCAG 1.3.1).

Uwaga: Gdy istnieje potrzeba przedstawienia zbioru danych, zazwyczaj najlepiej jest użyć tabeli. Aby umożliwić technologiom wspomagającym w prawidłowym zrozumieniu tabeli, pierwszym wierszem powinien być nagłówek wyjaśniający cel i zawartość każdej kolumny.

### **Standard 16. Tabele - układ**

Układ tabel powinien być prosty, bez scalonych/podzielonych komórek (odnośnik WCAG 1.3.1).

Uwaga: Przejrzysty układ tabeli jest preferowany w odróżnieniu od tabel, które zawierają scalone lub podzielone komórki. Choć może to być atrakcyjniejsze wizualnie, technologie wspomagające, takie jak czytniki ekranu, mogą mieć trudności z określeniem, która komórka odpowiada danej kategorii danych.

### **Standard 17. Skróty i akronimy**

Przy pierwszym przedstawieniu skrótu lub akronimu należy podać wyjaśnienie (odnośnik WCAG 3.1.4).

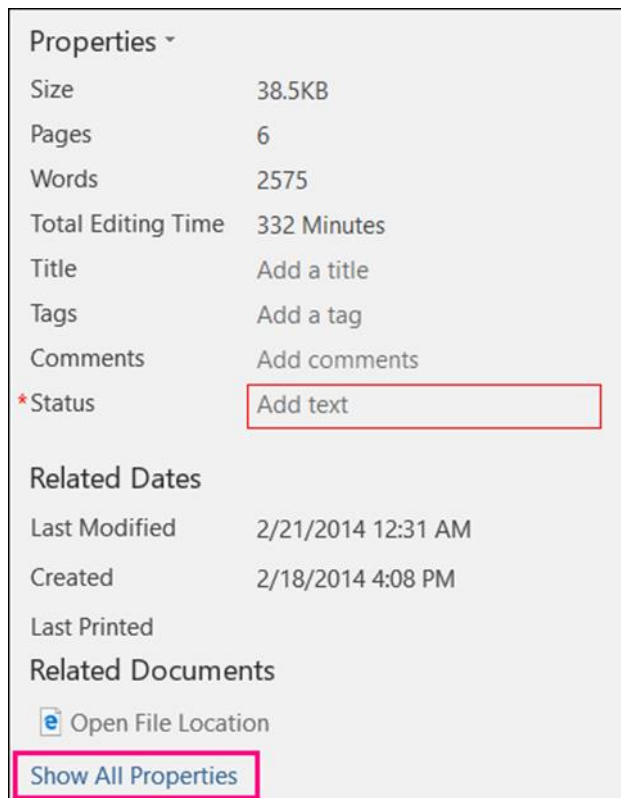
### **Standard 18. Tytuł dokumentu**

Każdy dokument powinien mieć tytuł opisowy. Tytuł powinien być zapisany w jego „właściwościach” (odnośnik WCAG 2.4.2).

Uwaga: Każdy edytor przygotowujący dostępny dokument umożliwia dodanie dodatkowych informacji o całym dokumencie. Na przykład Microsoft Word zawiera funkcję używania znaczników (tzw. tagi) i komentarzy. Funkcję tę można znaleźć, klikając Plik > Informacje, a następnie znajdując panel „Właściwości”.

Oprócz standardów ogólnych, Kalifornijski Departament Rehabilitacji (DOR) opracował również bardziej szczegółowe wytyczne dotyczące konkretnych dokumentów, takich jak Microsoft PowerPoint, Microsoft Excel i dokumentów PDF.





Właściwości dokumentu w programie Microsoft Word. [Źródło graficzne](#)

Dodatkowo, na końcu tych wytycznych znajduje się [krótka lista kontrolna](#), dostępna w języku angielskim, która po konsultacji okaże się pomocna w tworzeniu dostępnych dokumentów.

Należy wspomnieć, że większość współczesnych programów do tworzenia dokumentów ma wbudowane funkcje oceny i poprawy dostępności dokumentu.

Nowsze wersje aplikacji Microsoft Office posiadają ikonę „Sprawdź ułatwienia dostępu” w zakładce „Recenzja”. W przypadku starszych wersji jest ona dostępna po kliknięciu Plik -> Informacje, a następnie wybraniu opcji „Sprawdź dostępność”.

Narzędzie dostępności przeprowadzi inspekcję dokumentu, zgłaszając błędy i ostrzeżenia, które należy zweryfikować przed sfinalizowaniem dokumentu.

### **Narzędzia wspierające alternatywną i wspomagającą komunikację**

[Komunikacja alternatywna i wspomagająca \(z angielskiego Augmentative and Alternative Communication, AAC\)](#) to obszerny zestaw metod i narzędzi, mających na celu uzupełnianie i/lub zastępowanie mowy i pisma osobom z niepełnosprawnościami. Ogólna definicja narzędzia do komunikacji alternatywnej i wspomagającej to - dowolne urządzenie, elektroniczne lub nie, używane do przekazywania lub odbierania



wiadomości. Nowoczesne urządzenia tego typu zaczęły pojawiać się po 1980 r. wraz z szybkim postępowaniem technologii, a wśród nich syntezatory mowy i mikrokomputery.

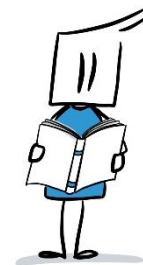
Obecnie, zaawansowane technologicznie urządzenia do komunikacji alternatywnej i wspomagającej umożliwiają użytkownikom komunikację za pomocą cyfrowych lub syntetycznych wyjść mowy. Urządzenia mogą być dedykowane i zbudowane specjalnie do tego celu lub wykorzystywać specjalistyczne oprogramowanie. W rzeczywistości większość nowoczesnych systemów operacyjnych zawiera określone elementy oprogramowania typu konwersji tekstu na mowę, funkcję dyktowania i wypowiedzenia poleceń, które w znacznym stopniu pomagają użytkownikom z różnymi niepełnosprawnościami (Kreisau-Initiative, 2017).

Jeden z bardzo znanych użytkowników narzędzi do komunikacji alternatywnej i wspomagającej, fizyk Stephen Hawking, z powodzeniem korzystał z syntezatora mowy, obsługując go wyłącznie swoimi mięśniami policzkowymi.

Niniejszy rozdział zawiera jedynie przegląd istniejących standardów w zakresie poprawy dostępności stron internetowych i dokumentów. Propozycje rekomendowanych praktyk nie są w żadnym wypadku kompletne, lecz stanowią zbiór wytycznych, które mogą być rozszerzone. Warto wspomnieć, że wiele ze wskazówek zawartych w standardach dostępności jest bardzo łatwych do wdrożenia. Dlatego nawet minimalny wysiłek zaowocuje lepszą dostępnością stron internetowych i dokumentów.

Choć niektóre z wytycznych mogą brzmieć dość technicznie, należy podkreślić fakt, że zdecydowana większość z nich może być stosowana z ramami wbudowanych rozwiązań programowych, np. w edytorach tekstu.

Chociaż żargon techniczny może czasami brzmieć skomplikowanie, poświęcenie czasu na zrozumienie i zastosowanie wymienionych kroków przyczyni się do bardziej dostępnego świata, charakteryzującym się komunikacją bez barier.



## Literatura

### Język i terminologia w niniejszej publikacji

#### Cytowania

Schools dla Przyszłych Pokoleń. (2018). [Umiejętności liderów młodzieżowych](#). [Online] Dostęp 02 marca 2020.

### Podstawy międzynarodowej integracyjnej wymiany młodzieży

#### Bibliografia

Kreisau-Initiative e. V. (Ed.). (2014). Alle anders verschieden - Methodenbuch zur Gestaltung internationaler inklusiver Jugendbegegnungen. Inklusion in der internationalen Jugendbildungsarbeit, s. 8. bhp Verlag.

#### Cytowania

Unesco. (2014). [Policy Guidelines on Inclusion in Education](#). [Online] Dostęp 02 marca 2020.

### Rozdział 1 To łatwiejsze niż myślisz!

#### Bibliografia

Snow, K. (2006). [A Few Words About People First Language. Disability is natural](#). [Online] Dostęp 22 lutego 2020.

Światowa Organizacja Zdrowia. (2011). Światowy raport o niepełnosprawności (I edycja). Genewa.

#### Cytowania

Disability Advocacy Resource Unit (DARU). (2020). [Introducing the human rights model of disability](#) [Online] Dostęp 20 lutego 2020.

Disability Nottinghamshire. (2020). [Social Model vs Medical Model of disability - Disability Nottinghamshire](#). [Online] Dostęp 21 lutego 2020.

[Disability Etiquette](#). (2020). [Online] Dostęp 18 lutego 2020.

Heriot-Watt University Edinburgh. (2020). [Disability Service - Disability Etiquette for Staff](#). (2020). [Online] Dostęp 17 lutego 2020.

Kim, S. (2019). [How People's Misconceptions Of Disability Lead To Toxic Microaggressions](#). [Online] Dostęp 20 lutego 2020.

McColl, M. (2020). [Should I say 'disabled person' or 'person with a disability'?](#) [Online] Dostęp 18 lutego 2020.

Ryan, T. (2019). [How person-first language isolates disabled people](#). [Online] Dostęp 20 lutego 2020.

Un.org. (2020). [UN Enable - Frequently Asked Questions \(FAQs\)](#). [Online] Dostęp 19 February 2020.

University of Leicester. (2020). [The social and medical model of disability — University of Leicester](#). [Online] Dostęp 20 lutego 2020.

Singh, P. (2018). [As a woman with a disability, I'm either seen as 'helpless' or 'heroic'](#). [Online] Dostęp 17 lutego 2020.

National Disability Navigator Resource Collaborative. (2020). [What is Disability Etiquette?](#) [Online] Dostęp 20 lutego 2020.

## **Rozdział 2 Wokół, ponad i poza barierami**

### **Bibliografia**

Comenius University in Bratislava. (2018). [Recommendations for students with visual impairment participating in international exchange programmes](#). [Online] Dostęp 21 lutego 2020.

MappED! (2018). [Inclusive Mobility Alliance. Recommendations on making the Erasmus Programme 2021-2027 more inclusive](#), s. 1. [Online] Dostęp 21 lutego 2020.

Światowa Organizacja Zdrowia. (2001). Międzynarodowa klasyfikacja funkcjonowania, niepełnosprawności i zdrowia, s. 214. Genewa.

### **Cytowania**

be my eyes. (2015). [Bringing sight to blind and low-vision people](#). [Online] Dostęp 02 marca 2020.

DAAD (2019). [Mobility with a disability](#). [Online] Dostęp 02 marca 2020.

[European Agency for Special Needs and Inclusive Education](#). (2020). [Online] Dostęp 02 marca 2020.

Komisja Europejska. (2019). [Strategia EU na rzecz młodzieży](#). [Online] Dostęp 20 lutego 2020.

[Europejski Portal Młodzieżowy](#). [Online] Dostęp 02 marca 2020.

[MappED!](#) (2018). [Online] Dostęp 21 lutego 2020.

[Superabile magazine](#) (2018). s. 8-9. [Online] Dostęp 02 marca 2020.

[Wheelmap.org](#). (2013). [Online] Dostęp 20 lutego 2020.

## **Rozdział 3 Praktyczne wskazówki i metody dotyczące projektowania integracyjnych oraz jakościowych działań**

### **Bibliografia**

Project Management Institute. (2017). A guide to the project management body of knowledge (PMBOK guide-6th Edition). Newtown Square, Pa: Project Management Institute.

IJAB - The International Youth Service of the Federal Republic of Germany. (2017). [Vision:Inclusion. An inclusive strategy for international youth work.](#) [Online] Dostęp 31 stycznia 2020.

IJAB - The International Youth Service of the Federal Republic of Germany (Ed.). (2017). [Language Animation – the inclusive way](#), s.52. [Online] Dostęp 31 stycznia 2020.

Inclusion Europe. (2011). [Make Your Information Accessible. European Standards for Making Information Easy to Read and Understand.](#) ISBN 2-87460-111-X. [Online] Dostęp 31 stycznia 2020.

Kreisau-Initiative e.V. (2017). [Perspektywa: Inkluzja. Język i komunikacja w międzynarodowej inkluzyjnej pracy edukacyjnej. Metody, wskazówki, impulsy.](#) [Online] Dostęp 20 lutego 2020.

Senate Department for Urban Development and Housing, Berlin. (2018). [Barrier-Free Planning and Construction in Berlin. Principles and Examples.](#) [Online] Dostęp 20 lutego 2020.

UNNATI, Organization for Development Education. (2004). [Design Manual for a Barrier-free Build Environment.](#) [Online] Dostęp 31 stycznia 2020.

### Cytowania

Applied Educational Systems (2020). [What Are 21st Century Skills?](#) [Online] Dostęp 21 lutego 2020.

Business Dictionary (2020). [Creativity.](#) [Online] Dostęp 21 lutego 2020.

Ross, J., Miller, L., Deuster, P.A. (2018). [Cognitive Agility as a Factor in Human Performance Optimization.](#) J Spec Oper Med. Fall 2018;18(3):86-91. [Online] Dostęp 20 lutego 2020.

The Balance Careers. (2019). [Critical Thinking Definition, Skills, and Examples.](#) [Online] Dostęp 20 lutego 2020.

[Totter, E.](#) (2019). Dostęp 31 stycznia 2020.

Vollenwyder, B., Schneider, A., Krueger, E., Brühlmann, F., Opwis, K., Mekler, D.E. (2018). [How to Use Plain and Easy-to-Read Language for a Positive User Experience on Websites.](#) [Online] Dostęp 20 lutego 2020.

Wikipedia. (2020). [Kreatywność.](#) [Online] Dostęp 31 stycznia 2020.

Wikipedia. (2020). [Multisensory Function.](#) [Online] Dostęp 31 stycznia 2020.

### Rozdział 4      **Angażowanie, wspieranie, wzmacnianie**

## Bibliografia

IJAB - The International Youth Service of the Federal Republic of Germany (Ed.). (2017). [Language Animation – the inclusive way](#), s.52. [Online] Dostęp 31 stycznia 2020.

IJAB - The International Youth Service of the Federal Republic of Germany. (2017). [Vision:Inclusion. An inclusive strategy for international youth work](#), s. 34. Dostęp 03 marca 2020.

Kreisau-Initiative e.V. (2017). [Perspektywa: Inkluzja. Język i komunikacja w międzynarodowej inkluzyjnej pracy edukacyjnej. Metody, wskazówki, impulsy](#). [Online] Dostęp 03 marca 2020.

Kreisau-Initiative e.V. (2019). [Welcome to Krapowa. A simulation game on sustainable development](#). [Online] Dostęp 03 marca 2020.

Transition Network.org. [HOW TO RUN AN OPEN SPACE EVENT](#). [Online] Dostęp 03 marca 2020.

## Cytowania

Edutopia. (2020). [Open Space Technology: Decision by Inclusion](#). [Online] Dostęp 03 marca 2020.

Przewodnik po Programie Erasmus+. (2020). [Dodatkowe kryteria kwalifikowalności w odniesieniu do wymiany młodzieży](#). [Online] Dostęp 03 marca 2020.

Komisja Europejska. (2019). [Strategia EU na rzecz młodzieży](#). [Online] Dostęp 20 lutego 2020.

FGYO: Franco-German Youth Office. (2017). [Language animation, a bridge between cultures](#). [Online] Dostęp 03 marca 2020.

Just now. (2017). [A toolbox for teaching human rights](#). [Online] Dostęp 03 marca 2020.

Nectarus. (2017). [Specific areas of learning in a youth exchange](#). [Online] Dostęp 03 marca 2020.

Salto. [Toolbox – For Training and Youth Work](#). [Online] Dostęp 03 marca 2020.

School-based Health Alliance. (2015). [Youth Participation Models](#). [Online] Dostęp 02 marca 2020.

Wikipedia. (2019). [Tuckman's stages of group development](#). [Online] Dostęp 02 marca 2020.

Wikipedia. (2020). [Nothing About Us Without Us](#). [Online] Dostęp 02 marca 2020.

## **Rozdział 5**      **Dostępność: praktyczne informacje na temat dostępności stron internetowych i dokumentów**

### **Cytowania**

Australian Government. (1992). [Disability Discrimination Act](#). [Online] Dostęp 26 listopada 2019.

California Department of Rehabilitation. (2016). [Document accessibility standards 1.0](#). [Online] Dostęp 10 grudnia 2019

Unia Europejska. (2016). [Shaping Europe’s digital future](#). [Online] Dostęp 07 stycznia 2020.

Kreisau-Initiative e.V. (2017). [Perspektywa: Inkluzja. Język i komunikacja w międzynarodowej inkluzyjnej pracy edukacyjnej. Metody, wskazówki, impulsy.](#), s.35. [Online] Dostęp 20 lutego 2020.

W3C. (1997). [World Wide Web Consortium Launches International Program Office for Web Accessibility Initiative](#). [Online] Accessed 10 January 2020.

W3C. (2018). [W3C Issues Improved Accessibility Guidance for Websites and Applications](#). [Online] Dostęp 20 grudnia 2019.

W3C. (2018). [Web Content Accessibility Guidelines \(WCAG\) 2.1](#). [Online] Dostęp 20 grudnia 2019.

W3C. (2018). [W3C Working Group Note 7 October 2016](#). [Online] Dostęp 14 grudnia 2019.

U.S. General Services Administration (GSA). (2018). [IT Accessibility Laws and Policies](#). [Online] Dostęp 26 listopada 2019.

Co oznacza inkluzja w kontekście międzynarodowej pracy z młodzieżą? Jaka wiedza jest potrzebna pracownikom młodzieżowym i trenerom, aby planować oraz realizować integracyjne międzynarodowe wymiany młodzieży?

Praktyczny przewodnik DARE dotyczący inkluzji społecznej zawiera wskazówki, pomysły oraz spostrzeżenia dla osób pracujących z młodzieżą, trenerów i nauczycieli, aby mogli oni zwiększyć swoją wiedzę oraz motywację podczas inkluzyjnej pracy z młodzieżą.

## DISABLE THE BARRIERS

Numer projektu: 2018-3-DE04-KA205-017203

