



PositiveLeisure4Youth

“Свободното време като позитивна младежка педагогика”

**Ръководство за младежки работници, лидери и учители относно
"Как да създадем приобщаваща младежка общност с интерес
към стимулиране на дейностите през свободното време?"**

Интелектуален резултат	1
Версия	Финален
Начална дата на проекта	01/09/2017г.
Продължителност на проекта	24 месеца
Автори	Пловдивски университет „Паисий Хилендарски”, България Доброволно формирование - Пловдив 112, България Национална асоциация на професионалистите работещи с хора с увреждания, България PhoenixKM BVBA, Белгия Отворено училище, Сърбия, Белград Виенската асоциация на доброволците в образованието (VAEV)

За повече информация относно проекта, моля посетете:

Уебсайт: www.leisure4youth.eu

Фейсбук страница: <https://www.facebook.com/POSLeisure/>

Този проект (2017-2-BG01-KA205-036419) е финансиран от програма „Еразъм +“ на Европейската комисия. Настоящата публикация излага само възгледите на автора, като Комисията не носи отговорност за изчерпателността и верността на информацията, посочена тук, нито за възможните начини за нейната употреба

Съдържание

PositiveLeisure4Youth	1
1. Какво означава приобщаваща младежка общност и защо трябва да я изградим?... 4	
2. Как да се изгради приобщаваща младежка общност - етапи, модалности, подходи 7	
2.1. Стъпка 1: Организационен преглед.....	8
2.2. Стъпка 2: Политики и групови споразумения	9
2.3. Стъпка 3: Пространство и заобикаляща среда	9
2.4. Стъпка 4: Персонал и доброволци.....	10
2.5. Стъпка 5: Дейности и участие на младите хора.....	11
2.6. Стъпка 6: Ресурси за приобщаване	11
2.7. Стъпка 7: Работа в мрежа и партньорства	12
2.8. Стъпка 8 : Мониторинг и оценка	13
3. Значение на свободното време.....	14
4. Мерки за безопасност при провеждане на дейности в свободното време.....	15
5. Барьерите пред различните видове увреждания	17
5.1. Интелектуални увреждания	17
5.2. Физически увреждания.....	18
5.3. Увреждания на развитието.....	21
5.4. Всеки вид увреждане	23
6. Разработване на дейности за свободно време	24
6.1. Интегриране на подхода на общите програми	24
6.2. Промяна в общоприетите норми.....	24
6.3. Подходи за приобщаване във времето за отдих.....	24
6.3.1. Оценка на индивидуалните предпочитания и потребности в свободното време. 25	
6.3.2. Избор на подходяща за възрастта дейност, свързана с общността	25
6.3.3. Определяне на ограниченията на заобикалящата среда и изискванията на дейността.....	25
6.3.4. Оценка на нивата на умения и дефицитите, свързани с идентифицираните изисквания на дейността	25

6.3.5.	Разработване на стратегии за преодоляване на индивидуалните дефицити и програмните бариери	25
6.3.6.	Внедряване от “специалисти по интеграция”	26
6.3.7.	Оценка на интегрирани програми.....	26
6.3.8.	Кръг от приятели	26
7.	Насоки за младежки работници, ръководители и учители.....	27
7.1.	Обща политика за младежта.....	27
7.2.	Специализирано предложение на дейности в свободното време и младежка промяна.....	28
7.3.	Местна младежка политика	28
7.4.	Специално за деца с увреждания и техните родители.....	29
7.5.	Специално за училищата	30
	Приложение 1: Контролен лист за интересите в свободното време.....	31

1. Какво означава приобщаваща младежка общност и защо трябва да я изградим?

Развлеченията и дейностите през свободното време са критично измерение на качеството на живот за всички хора, включително и хората с увреждания. Има средства, чрез които хората се забавляват, срещат нови приятели и развиват умения и компетенции. Въпреки това, традиционно, дейностите за отдых и развлечения са с нисък приоритет като област, в която се предоставят подкрепа и помощ. Много хора все още са ограничени до сегрегирани отдых и развлечения. Когато се предлагат други възможности, те често включват групиране на хора с увреждания в големи обществени места (напр. търговски центрове, театри, ресторанти), докато много малко се предлага за индивидуално участие в общността на младите хора, които предлагат по-големи възможности за социални връзки и взаимоотношения. Въпреки, че не всички хора с увреждания се нуждаят от подкрепа, за да участват в развлекателни дейности и дейности за отдых, други, особено тези с по-тежки увреждания, може да нямат достъп до тях без чужда помощ.

Неангажираните младежи е по-малко вероятно да се учат и да се задържат в училище, поради липса на чувство за принадлежност - състояние, засилено от отсъствието на приобщаващи практики в младежката работа и в училище (виж Sport4All - <https://www.st4all.eu/> - проект, насочен към прилагане на приобщаващи спортни дейности в училище). Само чрез превръщането на младежките организации в приобщаващи центрове на младежки дейности можем да предоставим среда за свободното време, в която да проспират всички младежи, защото те принадлежат и имат възможността да се възползват от изграждането на взаимоотношения с разнообразни групи от връстници.

Когато вграждаме ангажираността на младите хора в такава среда, подхранваме всички младежи и създаваме климат, който е уважителен, грижовен и справедлив. Така ние увеличаваме вероятността всички те да намерят успех в своите дейности.

Младежко лидерство

Съществени елементи на една приобщаваща младежка организация са младежкото лидерство и ангажираност. Приобщаването изисква младежките организации да преосмислят кои младежи са ангажирани като лидери и какви стратегии се използват и оценяват последователно, за да се гарантира участието на всички.

Младежките организации често идентифицират младежките лидери с тези, които демонстрират лидерски умения, на които се доверяват възрастните. Това лидерство на младите хора трябва да се занимава еднакво с въпросите на уважението, приемането и ангажираността, заедно с интегрирането на приобщаващи развлекателни и спортни

дейности и съответните социални взаимодействия. Тези приобщаващи дейности за свободното време улесняват младежките взаимоотношения, създават приятелства и взаимно признание, които подкрепят личното, социално-емоционално, академично и гражданско развитие и постижения.

Ангажираност

За да разберете как най-добре да подкрепите младеж при неговото приобщаване в дейности за отдих и почивка, е важно да започнете първо с опознаването му. Това включва прекарване на време с него и вероятно с други хора, които го познават добре, за да научите повече:

- За семейството му
- Неговия или нейния произход
- Опит
- Навици
- Традиции
- Силни страни
- Какво харесва или не харесва
- и тн.

Някои хора ще имат много ограничени възможности да опитат различни дейности в различни среди с различни хора. Семействата могат да се колебаят относно приобщаването поради минали преживявания, в които не е имало достатъчна подкрепа за физическо участие и / или за социални взаимодействия и взаимоотношения в контекста на участието. Въз основа на предишни сведения от професионалисти, семействата могат да се тревожат, че техният син или дъщеря няма да имат нищо общо с връстниците без увреждания. Някои хора с увреждания могат да имат трудности при общуването с идеи за потенциални интереси. Следователно изследването на интересите отнема време, проучват и се изпробват различни дейности и настройки.

С течение на времето обаче, някой може да започне да "открива интереси" у човек, които могат да бъде доразвити чрез занимания за отдих и свободно време. Интересите свързват личното и социалното. Например общите интереси могат да доведат до сдружаване на младежите в различни асоциации или клубови. Хората посочват именно своите интересите, когато описват това, което им дава смисъл на този етап от живота им.

С течение на времето хората могат да създадат "идентичност на свободното време". Това включва развитие на интереси, доколкото те се превръщат в една от основните определящи характеристики на човека.

Предимства на свободното време

Дейностите през свободното време обикновено са ангажиращи, позитивни и съответстват на силните страни на човек. Те могат да намалят значително стреса, повишават самочувствието, подобряват настроението и осигуряват структура.

Занимания през свободното време:

- Осигуряване на структура
- Подобряване на настроението
- Подобряване на самочувствието
- Намаляване на тревожността
- Възможност за откъсване от стресовото ежедневие
- Даване на нов смисъл
- Подкрепяне на целенасочеността
- Предлагане на възможност за възстановяване
- Нарастване на доверието
- Подобряване на собствената компетентност
- Подобряване на социализацията
- Подобряване усета за контрол
- Повишаване на личната удовлетвореност
- Подобряване на качеството на живот
- Насърчаване на интроспекцията
- Насърчаване на личностното израстване
- Предлага възможност за възстановяване / подновяване
- Активиране на вътрешната мотивация
- Освежаване и енергизиране
- И други.

2. Как да се изгради приобщаваща младежка общност - етапи, модалности, подходи

Ако приобщаването е факт - то ще се отрази във всички ваши дейности и политики в областта на младежката работа. Същностната цел ще бъде приобщаването и активното участие на различни групи в самата организация – сред екипа, доброволците - и сред младежите-членове. Вашата работа също ще повлияе на приемането и възприемането на разнообразието в младежка общност. За да се постигне това, всички служители и доброволци трябва да разберат важността на приобщаването и да го подкрепят. Става дума за приобщаващи нагласи и ценности, които от своя страна водят до добри практики.

Прилагането на приобщаващи практики означава да бъдем активни в интегрирането на групи и да насърчаваме взаимодействието и принадлежността.

За да се помогне на хората да се приобщят в дейности за отдых и оползотворяване на свободното време, човек трябва да е наясно с възможностите, които съществуват в квартала и/или в младежката общност.

Това включва:

- да се запознаят с използването на различни пространства в квартални и младежки общности (кой ги използва, кога, за какви цели);
- да научите за местните организации и асоциации (къде и кога се срещат, какво означава да си член и т.н.);
- да проучите какво правят хората от различни възрасти, пол през свободното си време и къде те откриват съмишленици с общи интереси.

Този вид информация може да бъде събрана чрез средства като: наблюдение на хора и места, чрез прекарване на времето в квартала; преглед на младежки медии, табла за обяви и указатели; и да говорите с различни хора, които знаят нещо за квартала и / или младежката общност.

За да се подпомогнат най-добре хората с увреждания да се интегрират, може да е необходимо да се предоставят определени помощни средства. Подкрепата трябва да бъде индивидуализирана и гъвкава, а нивата на подкрепа трябва да се основават на потребностите и желанията на конкретния човек. Тези препоръки трябва да са приложими спрямо ритъма и ежедневните дейности на организацията или групата. Съществуват много различни видове възможности за подкрепа и най-важното е, че много от тях ще бъдат от полза за всички участници, а не само за тези с увреждания.

Подкрепата може да включва: физическо подпомагане на лицето за да стане част от дейността, и / или подпомагане на него или нея да бъде част от социалните взаимодействия. Тя може да включва подпомагане на лицето да придобие

определени умения и компетенции, помощ при ежедневното функциониране, адаптиране на част или цялата дейност и / или използване на помощни технологии и оборудване.

Понякога подкрепата може да бъде осигурена от някой, който вече присъства в определена среда, или може да бъде осигурен от някой, който влиза в обстановката, в краткосрочен или текущ момент, специално за тази цел. В този случай е важно да се помни, че не е задължително човекът да има опит в областта на уврежданията; по-скоро може да е по-важно човекът да знае и да се наслаждава на дейността и да е в състояние да прекарва време и да проявява креативност в намирането на най-доброто в подкрепа на човека (с консултация от родителите и / или тези в областта на хората с увреждания, когато и където е необходимо). Във връзка с това е важно за този човек да оказва подкрепа, за да привлече себе си и други хора в заведенията, а не само лицето с увреждания. На тази основа той или тя могат да действат като връзка, чрез която другите могат да опознаят и да взаимодействат с човека.

Подкрепата не трябва винаги да се оказва пряко на човека с увреждане, тъй като това може да доведе до изолирането му от другите (например възрастен, който подкрепя дете с увреждания в обстановка с други деца, може да служи като бариера пред тях да се чувстват свободни да общуват с въпросното дете). Едно възможно решение е подкрепата от връстници без увреждания или подкрепата от цялата група. Освен това, подкрепата от връстници все още е неизползван ресурс в младежките организации, въпреки, че предлага многобройни ползи и допринася за развитието на социалното приобщаване на хората с увреждания в обществото. Следващите стъпки очертават няколко етапа за създаване на приобщаваща младежка организация.

ВАЖНО: На практика никоя организация за работа с младежи няма да отговаря на всички показатели, посочени във всяка стъпка. Те представляват идеален сценарий за това, което вашата организация може да постигне. Може да откриете, че вече сте постигнали от тях или бихте могли да приложите редица практики от даден етап. Някои стъпки могат да се превърнат дългосрочни цели за вашата организация. Тези стъпки могат да ви помогнат да определите посоката, в която искате да поемете през следващите години, като се запознаете с направеното от другите и се дадете сметка какво е възможно.

2.1. Стъпка 1: Организационен преглед

Организационният преглед включва извършване на оценка на текущата ви практика. Когато се прави преглед през призмата на равнопоставеността, приобщаването и многообразието, това води до процес на планиране на начина, по който да се развие вашата приобщаваща младежка работа. Приобщаващата практика на младежка работа включва вземане на стратегически планиран подход и вземане на решение какво ще работи най-добре както за младите хора, които искате да приобщите, така и

за вашата организация като цяло. Винаги се налага да се направят някои адаптации към начина, по който обикновено работите.

Приобщаващата младежка работа ще се стреми към за това младежите, персоналът, доброволците и ръководството да зачитат многообразието на вашата младежка общност. Приобщаващата младежка работа обикновено включва привличане на лица от малцинствени и маргинализирани групи във средата на вашата организация.

Трябва да се има предвид, понякога може да се наложи да се работи само с определена група младежи, например млади хора от малцинствен произход, в случай, че обстоятелствата го налагат. Приобщаващата младежка работа включва различни програми и практики, прилагани от организацията, които насърчават равнопоставеността, спазването на човешките права и изграждат компетенции във всички млади хора, за да живеят и да се развиват успешно в общността. Приобщаващата младежка работа често се повлиява от личната ангажираност на персонала и доброволците към равнопоставеността и приобщаването още преди те да са се запознали със специфичните потребности на младите хора от малцинствените и маргинализираните групи. Организационният преглед ви позволява да преразгледате работата си и да включите подходи, основани на доказателства. Това ще ви помогне да изградите стратегически връзки в младежката общност и да насочите по подходящ начин ресурсите към различните групи.

2.2. Стъпка 2: Политики и групови споразумения

Политиката на равнопоставеност, приобщаване и многообразие, както и всяка друга политика, представлява „пътна карта“, която вашата организация трябва да следва. Тя излага целите и водещите принципи с акцент върху приобщаването. Тази политика поставя дейността ви в правната рамка на законодателството за равнопоставеност и човешките права и регламентира работата ви с младите хора от редица общностни групи. Младежката работа се разглежда в законодателството на повечето страни от ЕС за предоставяне на услуги и по тази линия не бива да се допуска дискриминация (в рамките на това, което наричаме „разумни адаптации“) към всяко лице с увреждане. Освен това законодателството изисква от вас да предприемете проактивни мерки за активно насърчаване на равнопоставеността, защита на правата на човека и борба с дискриминацията. От вас се изисква да обмислите как ще постигнете равнопоставеност за тази група и как ще защитите човешките права на всички граждани. В това отношение се насърчават положителни действия (т.е. положителна дискриминация).

2.3. Стъпка 3: Пространство и заобикаляща среда

Осигуряването на безопасност, достъпност и гостоприемство във вашия младежки център е от решаващо значение за привличането на млади хора с увреждания. Опитайте се да си представите как вашето пространство и заобикалящата среда

изглеждат за някого, който не е запознат с него и смята, че може би това е за други (мнозинството) млади хора. Повечето младежки организации не обръщат достатъчно внимание на заобикалящата среда толкова, колкото биха искали, но младежките работници могат да намерят начини да подобрят пространствата, които използват. Някои организации могат да имат достъпни сгради за хора с увреждания, но дори и те може да се нуждаят от допълнителни адаптации, за да отговорят на всички изисквания. Каквато и адаптация да направите, за да отговорите на потребностите на конкретна група, ще е от полза за повече хора, например, ще е по-безопасно за всички.

Мислете за вашето пространство и обкръжаваща среда като разположение, простиращо се извън сградата в рамките на младежката общност. Понякога пространството и обкръжението ви ще се променят като например под формата на изнесени дейности и събития на открито в градска среда.

2.4. Стъпка 4: Персонал и доброволци

Отношението и наборът от ценности, които персоналът и доброволците притежават, са от решаващо значение за равнопоставената и приобщаваща младежка работа. В един сплотен екип персоналът и доброволците винаги ще бъдат отворени и приятелски настроени към всички. Те ще имат достъп до услуги за обучение и подкрепа. Готовността на всички служители и доброволци е от основно значение, особено от страна на ръководството с цел насърчаване на приобщаващата младежка работа.

Когато работите с млади хора от различен произход, може да е безценно да имате доверен познат възрастен от младежката общност, поне първоначално, така че е ще е добре, ако някои от вашите служители и доброволци идват от различни среди и могат лесно да осъществят връзка с житейската ситуация на младите хора.

Равнопоставеността и приобщаващата практика често започват като инициатива в организациите, тъй като става въпрос за пряк резултат от работата с млади хора от малцинствата и маргинализираните групи, а специализираните умения на персонала и доброволците се придобиват чрез опита. Често тя се ръководи от някой, който има особен интерес към равнопоставеността и приобщаването и в резултат на това работата може да бъде до голяма степен насочена към личността, а не да се ръководи от общите правилата.

Ето защо, лидерският подход в ръководенето е много важен за интегриране на равнопоставеността и приобщаването в работата на цялата организация.

Младежките работници и доброволците също трябва да установят ясни граници относно взаимоотношенията си с младите хора, ясно да обяснят какво представлява младежката работа и какво предлага вашата организация, защото младите хора от различен произход понякога могат да възприемат връзката си с младежкия персонал по скоро като лична, отколкото професионална.

2.5. Стъпка 5: Дейности и участие на младите хора.

Дейностите, които засягат въпросите на равнопоставеността, приобщаването и разнообразието, са най-критичният показател за успеха на една младежка организация или услуга. Насърчаването на самочувствието, зачитането на идентичността и борбата с предразсъдъците и дискриминацията сред всички млади хора, с които работите, са от решаващо значение. Освен това, развиването чрез активно участие на ключови умения, като например лидерство, вземане на решения и общуване, играе важна роля за развитието на всички млади хора, включително и тези в неравностойно положение. Когато една група е относително хомогенна, още по-важно е да се разгледат дейностите, които насърчават многообразието и приобщаването, за да се подготвят младежите да взаимодействат успешно с хора от различни обществени кръгове и среда. Приемането на собствената идентичност е ключът към успешна интеграция в обществото.

При изграждането на компетенции относно приобщаването и разнообразието, терминологията, която се използва, е важна, но опасенията да се каже нещо погрешно не трябва да възпрепятства работата ви. Най-доброто решение е винаги да питате директно младите хора.

Посрещането на младите хора, „каквито и да са те“, придобива съвсем ново значение, когато говорим за приобщаване на хора с увреждания, тъй като дейностите трябва да бъдат планирани спрямо различните потребности на членовете на тази група. Фактори като пол, религия, сексуална ориентация, отговорности за полагане на грижи, култура и език, способности, специални потребности, грамотност и възраст, трябва да бъдат взети под внимание при планирането на дейностите. Родителите на деца с увреждания също са по-склонни да имат по-активен принос за участието на децата си.

2.6. Стъпка 6: Ресурси за приобщаване

Младежките организации могат да се възползват от широк спектър от ресурси, за да подкрепят равнопоставеността и приобщаването в младежката работа. Много организации също разработват различни материали, като пакети за дейности и видеоклипове.

Примери:

- Вашият най-ценен ресурс е вашият персонал и доброволци, топлото отношение, което те създават, уменията, които притежават и тяхната креативност в работата с групи по въпроси, свързани с приобщаването.
- Намирането на средства или материали за провеждане на конкретен проект за приобщаване може да бъде проблем. Трябва да мислите творчески, да търсите, да размените и да споделяте ресурси като оборудване, пространство и места с други организации.

- Безвъзмездните средства в малък размер могат да стимулират работата ви по приобщаването и много от тях имат фокус върху него, като например безвъзмездни средства от синдикатите, безвъзмездни помощи за “Световна седмица на ...” и т.н.
- Привлечете доброволци, притежаващи уменията, от които се нуждаете за конкретни проекти свързани с приобщаването и когато е възможно заплащайте на хората за техните специализирани умения.
- Други организации може да са в състояние да финансират труда на специализиран персонал, който да работи с вас по един проект.
- Когато разпределите съществуващите ресурси между тези, които осигуряват приобщване, уверете се, че вашите решения не са краткосрочни и ще бъдат интегрална част от работата Ви.
- Участието в обучение или в събития е безценен източник на нова информация. Тя ви дава възможност да се срещнете с други младежки работници и да обсъдите проблемите и решенията заедно.
- Свържете се с национални и международни мрежи, които разпространяват ресурси и информация.
- Използвайте собствените си канали за разпространение - бюлетини, списания и електронни новини, за да публикуване регулярно послания и материали, свързани с приобщаването и разнообразието и се уверете, че инструментите за комуникация, като например уебсайт, са лесни за ползване (достъпни за екранни четци и др.)
- Създайте споделена библиотека с ресурси в компютърната си мрежа, така че служителите и доброволците да могат да събират и споделят всякаква информация, свързана с приобщаването.
- Инициирайте сътрудничество с други активни младежки организации, които работят с хора с увреждания.
- Младежките информационни центрове са полезни източници на информация.

2.7. Стъпка 7: Работа в мрежа и партньорства

Мярката за това доколко вашата практика осигурява равнопоставеност и приобщаване често опира до това колко добре си сътрудничите с другите, за да гарантирате, че потребностите на младите хора от малцинствените и маргинализираните групи са удовлетворени. За да се насочат и подкрепят младите хора с увреждания, е важно да се изградят взаимоотношения с заинтересованите страни на местно ниво. Сред тях могат да бъдат включително сдружения, които работят с вашите целеви групи, лидери на младежките общности, включително и религиозни водачи и др. Също така е важно да се свържете с училища, социални и здравни услуги и младежки клубове с подобни проекти и дейност. Това ще ви даде възможност да споделяте знания, умения и ресурси, с които да удовлетворите по-голям брой потребности на младежката

общност. Най-вероятно вече съществуват такива стратегически мрежи или самите вие бихте могли да помислите за създаване на такива.

Другата ви ключова мрежа са родителите и семействата на млади хора с увреждания, много от които може да твърде протекционистични спрямо децата си или може да не знаят за вашата организация и какво предлагате.

Основната предпоставка за изграждането на добри работни отношения е да се запълнят празнините в услугите и да не се дублира работата на другите. Работата в мрежа също трябва да бъде стратегическа и в съответствие с организационните ви приоритети.

Партньорствата стават устойчиви с течение на времето, обикновено заради съвместната си работа. Те са най-добри, когато се основават на общи потребности, като всеки партньор носи нещо различно, но допълващо.

2.8. Стъпка 8 : Мониторинг и оценка

Наблюдението и оценяването на вашите младежки програми, през перспективата на равнопоставеността и приобщаването, ви позволява да проверите дали отговаряте на поставените цели и постигате ли други неочаквани резултати. То посочва проблемите на ранен етап и Ви помага да откриете и формулирате нови въпроси. Работата в рамките на подход ориентиран към резултати е сравнително нов, но популярността му расте. Логическите модели се използват като инструмент за фокусиране върху очакваните резултати, към които се стремим и за определяне на индикаторите, които ще измерват успеха ни. Като се фокусираме върху резултатите, ние пренасочваме нашето отчитане отвъд регистрирането им (дейности, действия и количествени данни) за оценка на реалните промени, които се стремим да направим. Този начин на работа също поставя фокуса ни върху младите хора и промените, които те искат да направят в живота си.

3. Значение на свободното време

Участието в активности във времето за отдих е предпоставка за човешкото развитие с потенциал за задоволяване на основните социални психологически потребности на хората с увреждания. Възможността да участват във дейности за физическа активност в свободното време сега е призната чрез законодателството като основно право за всички хора с увреждания и жизненоважен компонент, който допринася за тяхното качество на живот. Основните ползи, които хората с увреждания получават, чрез участието си във такива дейности са: независимост от семейството си или от другите; участие в групови или структурирани дейности; случайно участие в дадена активност; предизвикателство за техните способности и постигане на цели; срещи с други хора; забавление и релаксация.

Таблицата по-долу показва контраста между прилагането на приобщаващи и неприобщаващи дейности в свободното време.

Характеристики на хората, които са изолирани от младежката общност.	Характеристики, произтичащи от опита свързан с приобщаващите дейности
Чувство за отдалеченост от реалния свят	Принадлежност и участие в общности
Живот в постоянна скука	Приключение и предизвикателство
Самота	Компания, разширена социална мрежа, нови и по-стабилни приятелства
Тотална изолация	Взаимозависимост
Ограничена свобода	Усещане за свобода
Да бъдеш контролиран	Контрол и власт над собствения си живот
Провал	Подобряване на собствения образ чрез постигане на целите
Без смисъл за бъдещето	Надежда и ентузиазъм за бъдещето
Ограничени възможности за растеж и нови предизвикателства	Експериментиране

Чрез наличната помощ, децата и младежите с увреждания могат да избират да участват в широка гама от развлекателни дейности през свободното време, основани на личните им интереси и желания.

4. Мерки за безопасност при провеждане на дейности в свободното време

Възможни рискови фактори за децата / младежите с увреждания са изолация, дискриминация, зависимост, по-малко уязвими физически, комуникационни предизвикателства, когнитивни способности, статус в обществото и ниско самочувствие. Тези рискови фактора трябва да бъдат отчетени, за да се гарантира, че развлекателните дейности могат да се извършват в безопасна среда.

Първата стъпка в проектирането, внедряването и мониторинга на цялостната стратегия за управление на риска е създаването на екип за осигуряване на безопасна среда в рамките на вашата младежка организация. Това включва идентифициране на координиращия механизъм и работна група, която да ръководи процеса към промяната и да гарантира, че колегите са подкрепени и ангажирани в създаването на безопасната среда.

Най-добрите практики за създаване на екип за превенция са:

- Включване на ръководството и вземащите решения, за да се гарантира, че решенията са уважени и колегите носят отговорност.
- Изберете ръководители и вземащите решения от различните екипи.
- Уверете се, че всички членове на екипа са информирани за способностите и бариерите на младежите с увреждания, но също и за предотвратяване на злоупотреби, насилие, тормоз над тях.
- Преценете какво взаимодействие ще има координиращия механизъм с работната група на вашата организация.
- Уверете се, че младежите с и без увреждания са включени и представени в работната група.
- Отделете подходящ бюджет за работната група, ако това се изисква или е необходимо.
- Създайте ясни правила за работа с работните групи.
- Решете дали имате нужда от външна подкрепа при разработването, изпълнението или мониторинга на стратегията и каква взаимодействие ще има външната подкрепа с работната група.
- Създайте процедура за отчетност на работната група, която докладва на ръководството на организацията.

Контролният списък може да бъде много полезен в този случай:

- Има ли вашата организация разписана политика за приобщаване на хората с увреждания? Ако отговорът е да, отнася ли се тя до:
 - Организационната структура?
 - Състава на младежкия персонал?

- Дали политиката за приобщаване е напълно интегрирана в плановете и дейностите на младежката организация?
- Работят ли хората с увреждания на висши постове и взимат ли решения?
- Участват ли хората с увреждания като членове на екипа или като консултанти в писането на предложения, изпълнението на програмата, мониторинг и оценка?
- Интегрира ли се увреждането в програмата за промотиране на организационното разнообразие? АКО ОТГОВОРЪТ Е ДА:
 - Представени ли са хората с увреждания от гледна точка на правата им, т.е. проблемите на хората с увреждания се разглеждат като въпроси, свързани с правата на човека?
- Има ли вашата младежка организация финансов план за подходящо включване на хора с увреждания в програми и дейности? Например: Има ли включени разумни разходи за приобщаване на хора с увреждания (например разходи за лична помощ, адаптация на работен материал, преводач от жестомимичен език), в предложенията за проекти и бюджетите на организациите?
- Създадени ли са механизми за насърчаване на приобщаването на хората с увреждания в различни програми?
- Включени ли са образи на хора с увреждания в материалите за популяризиране и програми?
- Създадени ли са механизми за наблюдение на приобщаването на хората с увреждания в програми?
- Провежда ли вашата младежка организация своите дейности на максимално достъпни места?
- Обучен ли е екипът на проекта как да планира програмите без бариери за участие?
- Дали достъпността на местата (включително чрез рампи или асансьори, достатъчно широки врати, достъпни бани) е приоритет за организацията?
- Има ли възможностите за използване на достъпен транспорт до планираните места?
- Предоставя ли вашата организация материали и комуникация в алтернативни формати, ако е приложимо?
- Обучени ли са всички младежки лидери / членове да използват, организират и произвеждат материали и комуникации в алтернативни формати, според случая?

5. Бариерите пред различните видове увреждания

По-долу разглеждаме редица увреждания и как те влияят на дейностите в свободното време (подходящо съоръжение, здраве и безопасност, логистично настаняване и т.н.), както и как могат да се подобрят приобщаващите развлекателни дейности.

5.1. Интелектуални увреждания

- Предизвикателства:
 - Физически:
 - Механизъм: Липса на спортни съоръжения, липса на дейности и програми, списъци на чакащи.
 - Здраве и безопасност: Умората, липсата на физически умения, се задълбочават, тъй като децата порастват; затлъстяване, вродени сърдечни дефекти, нарушения в комуникацията, ниско енергийно ниво, липса на способност за разбиране на правилата и интерпретация на инструкции, хронична инфекция на гърдите, ушна инфекция, астма, нарушения на зрението, слухов дефицит, континентност, артрит, гръбначни проблеми, левкемия, лоши двигателни умения, липса на координация, хипотония.
 - Логистични:
 - Географски: Разстояние, необходимо за достигане до мястото за развлекателни дейности, транспорт.
 - Разходи: Липса на финансови ресурси и допълнителните разходи, свързани с отглеждането на дете с увреждания.
 - Подкрепа от други: Необходимост от допълнителна подкрепа за участие, липса на инструктор за практическо обучение.
 - Комуникация: ограничени партньорства между секторите и ограничения във времето, липса на реклама за събитията, родители, които нямат информация или средства, и фактът, че децата и родителите не са попитани как могат да участват.
 - Психологически:
 - Лични възприятия: разочарование или загуба на доверие, когато детето сравнява себе си с връстниците си, несправяне, предпочитание за пасивна дейност.
 - Отношението на другите: прекомерната защита на родителите, изчерпването на родителите и следователно, самите родители се обезкуражават, не се чувстват приети от другите, негативни обществени нагласи към уврежданията, стереотипи.
- Посредници:
 - Физически:



- Съоръжения: места за отдих, включително фитнес зали без архитектурни бариери, включително политики и програми.
- Оборудване: места за отдих със специализирано оборудване (например спортни съоръжения).
- Здраве и безопасност: Подобряване на здравето, промяна в позата на тялото, укрепване на физическата сила, повишаване на физическите умения и познавателната способност за разбиране на правилата.
- Логистични:
 - Географски: Местни дейности, транспорт.
 - Подкрепа от други хора: Да бъдеш с връстници, положително влияние на заобикалящата среда на детето, положително насърчаване от страна на другите, ангажиране на семейството, опитни инструктори, организиране на спортни дейности по време на училище, групи за хора с увреждания и съвети.
 - Комуникация: Благоприятно социално взаимодействие, добри вербални комуникатори, достатъчно информация от различни източници.
 - Пригодност: структурирани програми за дейности, индивидуални и екипни дейности, значими и подходящи дейности
- Психологически:
 - Лични възприятия: забавление, вътрешна мотивация, чувство за успех, ентузиазъм и решителност.
 - Нагласи на другите: Приемане от връстници, активни родители, родители като ролеви модели и прекарано време.

5.2. Физически увреждания

- Предизвикателства:
 - Физически:
 - Съоръжения: Липса на възможности, място за упражнения, среда, която не е адекватно адаптирана, липса на програми и подходящи съоръжения.
 - Оборудване: скъпо или неподходящо оборудване, придобиването на оборудването след закупуването му отнема много време, пренасянето на оборудване в обществения транспорт често е изтощително.
 - Здраве и безопасност: самото увреждане, физическо нараняване / усложнение, липса на енергия / умора, липса на двигателни умения, липса на атлетични способности, координация и умения, проблеми, свързани със санитарните помещения, поведенчески проблеми на детето или липса на социални умения.

- Логистични:
 - Географски: Разстояние до съоръжения, транспортни проблеми.
 - Разходи: разходи за транспорт, скъпо оборудване, скъп достъп до съоръженията, липса на финансиране.
 - Подкрепа от други лица: Липса на професионална подкрепа, зависимост от другите, липса на подкрепа от страна на родителите, ниско ниво на образование на родителите, липса на модели за подражание, липса на лична помощ, липса на партньори за игра, подкрепа от, недостиг на насоки.
 - Комуникация: Липса на информация / знания за това къде и как да се изпълняват физически упражнения, въздържане от искане на помощ, не знание за използване на техника, липса на адекватна комуникация между младежки работници, посредник и младеж, липса на информация за ползите от дейностите през свободното време, липсата на съгласие между организациите за това кой е отговорен за приобщаването и дали интеграцията или сегрегацията са за предпочитане.
 - Пригодност: ако се налагат твърде много усилия или ранно събуждане; неудобно работно време; пренаселеност; неадекватно адаптирана дейност; характеристики, оформление и дизайн на сгради и естествена среда; липса на възможности за отдих, които да включват цялото семейство; фокусиране върху състезателни спортни дейности или такива, които не са достатъчно конкурентни.
- Психологически:
 - Лични възприятия: Не възприемат никакви ползи за здравето, чувстват се неудобно или се срамуват; мотивационни бариери или други приоритети; развлекателните дейности не се считат за забавни, липса на интерес; осъзнаване на различията между връстниците, не приемане (степен) на увреждане; неудобство от изпотяване, предишен неприятен опит, липса на доверие, липса на независимост, страх от стигматизиране или дразнене; страх от нараняване, страх от инконтиненция, страх от излизане от контрол.
 - Нагласи на другите: Неравномерно разпределение на времето на родителите между детето с увреждане и другите братя и сестри; наличие на тормоз или социална маргинализация; родителски притеснения и опасения; физическата активност не е част от ежедневието на семейството или имат други семейни приоритети, липса на енергия, за да се ангажират в дейност;

липса на приятели, връстниците ги считат за безпомощни или се съмняват в техните способности, погрешни схващания на хората за физическото състояние или способността на детето, отрицателни нагласи на персонала, липса на адекватни служители, които желаят и имат право да работят с деца с увреждания, персонал; фокус върху състезателния спорт; институционален консерватизъм.

- Посредници:
 - Физически:
 - Съоръжения: Възможност за присъединяване в състезанието, възможности за спорт, спортни съоръжения (с добър треньор, комуникация между обучители и треньори, обучение в малки групи), достъпни съоръжения за отдих на младежката общност, по-добро използване на съществуващите съоръжения, нови съоръжения в селските райони.
 - Оборудване: разполага с подходящото оборудване, помощни технологии
 - Здраве и безопасност: Поддържане на физиката/ мускулна сила, поддържане на функционална независимост, способност за ходене, възприемане на ползите за здравето, външен вид, загуба на тегло, издръжливост, издръжливост при ходене.
 - Логистични:
 - Географски: Активен транспорт.
 - Разходи: По-добро финансиране на програми и спортни игрища, финансова помощ за родителите.
 - Подкрепа от други лица: Социална подкрепа, подкрепа от родителите, подпомагане на учители и инструктори, мотивация от приятели, участие на родители / братя, участие на връстници, информиран младежки персонал, образователни кампании за младежки общности, специализирана агенция за предоставяне на информация, терапевтични съвети, консултации за проектиране.
 - Комуникация: социален контакт, искане на помощ, информация и осведоменост, информация към родителите от училище, съвместен подход между организации и общности, родителски мрежи, доброволни сдружения за застъпничество, политическо лобиране и съвети.
 - Пригодност: Вид на дейността, достъп до подходящи съоръжения, програми, приети от хората с увреждания, повишена достъпност, повече програми за младежта в общността и възможности за активни, по-добри програми, които са структурирани,

чувствителни към деца със специални потребности, конкурентни програми, които насърчават забавлението и социализацията, програми, които не са ориентирани към терапия, дейност, свързана с игра, акцент върху програмата за развитие на социални умения и развитие на самочувствие, акцент върху развитието на уменията и способностите на детето

- Психологически:
 - Лични възприятия: Забавление, релаксация, отношение, мотивационни обучители, чувство на удовлетворение, физическо предизвикателство, постигане на цели / желание за победа, просветляване на ума, щастие, усвояване на нови умения и опит, постоянство, активност, чувство за свобода, желание да бъдат активни, да придобият умения, да придобиват увереност.
 - Отношението на другите: устойчивост на семейството, насърчаването и мотивацията на родителите, създаването на приятелства, положителните нагласи на съучениците, учителите и другите хора, похвала от родители и приятели, повишаване на информираността и образованието на децата без увреждания и техните родители.

5.3. Увреждания на развитието

- Предизвикателства:
 - Физически:
 - Съоръжения: Липса на възможности, липса на програми за физическа активност за присъединяване, списък с чакащи, на детето не е позволено да участва в спортни състезания.
 - Оборудване: Липсва оборудване или наличното не е безопасно.
 - Здраве и безопасност: Липсата на енергия / умора, атрактивният спорт е твърде труден, болката, страхът от повишен риск от нараняване, изучаването на необходимите двигателни умения отнема много време, липса на умения или двигателен контрол.
 - Логистични:
 - География: Липса на достъп до транспорт, необходимостта да бъде транспортиран някъде, лошо време.
 - Разходи: Финансови ограничения.
 - Подкрепа от други: родителите нямат време, учителят често не осъзнава специфичните потребности на детето.
 - Комуникация: Колебание да се поиска от учител да подкрепи детето им, липса на осведоменост за възможностите, незнание какво е подходящо за детето.

- Пригодност: Времето на обучението е неудобно, отборите са прекалено големи, не са „отворени“ за деца с увреждания, няма отбор, който да „подхожда“ на детето (ниво и възраст).
- Психологически:
 - Лични възприятия: Да имаш мнение, че да си активен не е добро за тялото, отношението на детето, чувството за несигурност или срам, детето не приема увреждането, възприемането на физическата активност и спорта като нещо безинтересно, страхът на детето, че би могло да не се приобщи, липса на време, други предпочитания, чувство на умора, чувство на скука.
 - Отношението на другите: Родителят не приема степента на увреждане, недоволството на родителите от заобикалящата среда, детето не е прието от връстниците си, то бива тормозено, родителските предизвикателства при наблюдението на детето как се бори със спорта, подценяване.
- Посредници:
 - Физически:
 - Съоръжения: Достъп до физическа активност или спорт в младежката общност, добра настилка за ходене или бягане, паркове и детски площадки в младежката общност, училището предлага занимания за физическа активност след часовете.
 - Оборудване: Оборудване за пряко изпълнение на упражнения, поддържащо оборудване за упражнения.
 - Логистични:
 - География: Добро време.
 - Подкрепа от други хора: Училището насърчава физическата активност, добър треньор, приятелите са подкрепящи или физически активни, семейството е подкрепящо или физически активно, изпълнение на упражнение в домашна среда.
 - Комуникация: Осъзнаване на възможностите за спорт и физическа активност, добра комуникация между обучители / треньори.
 - Пригодност: Обучение в малки групи, индивидуални / спортове по двойки, играене на видео играта Wii/Fit спорт, колективен спорт, приобщаване на любими фигури /герои/ спортисти/ интереси.
 - Психологически:
 - Лични възприятия: Възприемане на релаксацията, убеждение, че упражненията имат ползи за здравето, желание да бъдат активни, позитивно отношение, приемане на уврежданията, възприемане на спорта и физическата активност като възможност за социално

взаимодействие, постоянство, чувство за принадлежност като част от група, чувство за увереност, преживяване на наслада, възприемане на упражнението като възможност за „изчистване на ума“, чувство за възнаграждение, усещане за освежаване.

- Нагласи на другите: Родителска осведоменост за ползите от физическата активност, родителската упоритост и увереност, приемането им от връстници, приемането им от други родители.

5.4. Всеки вид увреждане

- Предизвикателства:
 - Физически:
 - Съоръжения: Няма достъпни сгради / съоръжения.
 - Оборудване: Липса на достъпно оборудване за упражнения, липса на подходящо оборудване.
 - Здраве и безопасност: Болка, липса на енергия, здравословни състояния, липса на сила.
 - Логистични:
 - Географски: Липса на транспорт; отдалечени зали или съоръжения.
 - Разходи: Разходи за програми и оборудване.
 - Подкрепа от други лица: Неквалифициран персонал, който не може да адаптира индивидуални и групови упражнения за хора с увреждания, не се насърчава от рехабилитационни услуги, не разполага с необходимия персонал или подкрепа, не разполага с опитен персонал, липса на интерес от администрацията да адаптира дейностите.
 - Комуникация: Липса на специфични познания за ползите от физическата активност, липсата на знания за това как да се упражнява, липса на консултации.
 - Пригодност: Конкуренция на високо ниво, акцент върху победата.
 - Психологически:
 - Лични възприятия: самосъзнание за спортуване на обществени места, възприятие, че упражнението е твърде трудно, лошо настроение, депресия, тревоги, страхове.
 - Нагласи на другите: Дискриминационни практики във фитнес центрове и други места за отдих, негативни нагласи на други хора, липса на модел за подражание.

6. Разработване на дейности за свободно време

В по-голямата си част на практика днес съществуват два подхода за социално приобщаване, при които хората с увреждания могат да станат активни участници във времето за отдих. Изборът на тези подходи зависи от индивидуалните потребности и от наличността на програмите и не трябва да се диктува от предпочитанията на доставчиците на услуги или самата система за предоставяне на услуги.

6.1. Интегриране на подхода на общите програми

Този подход може да бъде дефиниран като подпомагане на лице с увреждания да избере съществуваща услуга за свободното време в общността, подходяща за неговата възраст, която първоначално е била проектирана за участници без увреждания. Лицето за подкрепа работи в сътрудничество с ръководител на програмата, за да идентифицира и премахне различията между изискванията за умения по програмата и способностите на човека. Хората с увреждания участват в дейности заедно със здравите им връстници.

Съществено предимство, предлагано от този подход, е потенциалът за развитие на социални отношения между участниците с и без увреждания. Общите програми служат на мнозинството граждани в обществото, за разлика от специализираните, които имат сегрегиращ характер често съществуват в относителна изолация, извън обичайната общностна мрежа.

6.2. Промяна в общоприетите норми

При този подход сегрегираните програми, предназначени изключително за хора с увреждания, се модифицират, за да привлекат връстници без увреждания. Успехът на обратното интегриране често зависи от реструктурирането на програмата, за да стане тя много привлекателна за всички участници. След като участниците без увреждания са "на вратата" и участват заедно с връстниците си с увреждания, можем да улесним социалните взаимодействия и приятелството. За участниците с увреждания, взаимодействията и експозицията в позната среда и сред приятели с увреждания остават управляеми.

Но какво следва? Трябва да разгледаме всеобхватни подходи, които позволяват на доставчиците на развлекателни услуги, посредници за интеграция и семейства / потребители да внедрят необходимите стратегии, от които се нуждаят, за да направят пълно социално приобщаване на всички членове на общността.

6.3. Подходи за приобщаване във времето за отдих

Следният процес от 7 стъпки идентифицира някои от тези подходи :

6.3.1. Оценка на индивидуалните предпочитания и потребности в свободното време.

Първата стъпка при идентифицирането на услугите за свободното време за участие е да се прецени внимателно какво прави човек или иска да направи в свободното си време, идентифициране на дейности, които могат да се ползват у дома, в младежката общност, с приятели и семейство.

6.3.2. Избор на подходяща за възрастта дейност, свързана с общността

Обмислете следните променливи, когато помагате на индивида да избере подходяща за възрастта дейност:

- физически характеристики и подходящи за възрастта дейности
- наличие на материали за отдих
- домашна среда (напр. наличие на братя и сестри, социално-икономически статус на семейството)
- предпочитанията на самата личност
- безопасност
- дългосрочна или краткосрочна релевантност
- потенциал за социално приобщаване и създаване на приятели

За да ви помогне, в Приложение 1 е включен контролен списък за интереси насочени към свободното време.

6.3.3. Определяне на ограниченията на заобикалящата среда и изискванията на дейността

Анализиране на заобикалящата среда, за да се определят ограниченията и изискванията на дадена дейност. Описът трябва да включва общ анализ на програмата и определяне на това, доколко текущите способности на участниците отговарят на физическите, познавателните и социалните изисквания, необходими за участие в дейността.

6.3.4. Оценка на нивата на умения и дефицитите, свързани с идентифицираните изисквания на дейността

Широко използван метод за измерване на уменията свързани със свободното време и техния дефицит е аналитичната оценка на задачите. Идентифицираните индивидуални умения и техният дефицит могат да се сравнят с изискванията на вече определените активности, свързани с времето за отдих.

6.3.5. Разработване на стратегии за преодоляване на индивидуалните дефицити и програмните бариери

Можете да идентифицирате стратегии като външни или вътрешни, въз основа на установената бариера за участие:

- Вътрешни стратегии, предназначени да подготвят или образуват индивида, да се съсредоточат върху обучението за умения. Тези стратегии могат да включват поведенчески методи на преподаване, като например анализ на задачи, които разделят дейността на по-малки компоненти за по-лесно учене.
- Външните стратегии за социално приобщаване са стратегии, които са предназначени да подготвят социалната среда за настаняване на участниците.

6.3.6. Внедряване от “специалисти по интеграция”

„Интеграционните специалисти“ трябва да работят в сътрудничество с доставчиците на услуги, когато прилагат стратегии за насърчаване на взаимодействията. Докато организаторите на дейности за свободното време допринасят с експертиза в организирането, преподаването и ръководството, специалистът по интеграция приема ролята на „фасилитатор“ или „строител на мост“. Тази роля включва подпомагане на участниците да се свържат с други хора в програмата чрез предоставяне на дългосрочна, интерактивна подкрепа. По този начин организаторът поема ролята на участник и взаимодейства еднакво с всички членове, а не само с лицата с увреждания.

6.3.7. Оценка на интегрирани програми

Необходими са разнообразни методи за оценка - интервюта, наблюдения, научни изследвания - за осигуряване на постоянна обратна връзка и гъвкавост в програмата. Този процес на текущо оценяване позволява на програмиста да модифицира програмата, ако е необходимо, за да се максимизират всички участници, свободното време и социалните преживявания. .

6.3.8. Кръг от приятели

Понякога човек има големи затруднения да получи достъп до група, може би поради смущаващо увреждане. В такъв случай може да е полезно да се използва техника на намеса в "кръг от приятели". Този процес подготвя малка група или кръг от приятели, за да подпомогне индивида или дадената личност. Този кръг се състои от членове на група доброволци, приятели и значими хора от живота на фокусните лица (например родители, братя и сестри). Тези нови и стари приятели имат лични познания за въпросния човек. Ръководителят на групата може да събира връстници без увреждания и да организира групово обсъждане на мечтите, нощните кошмари, симпатиите, подаръците, способностите и потребностите на новия член. Чрез внимателно ръководене на дискусиата, лидерът може да конфронтира групата, чрез възприеманите бариери за приобщаване, като помага да се създадат условия, които могат да насърчат приемането в групата. Кръгът от приятели, индивидът и лидерът на групата работят заедно, за да създадат успешно участие за всички. Основният фокус на стратегиите е да насърчи участниците без увреждания да мислят творчески, за това как те могат да подобрят ежедневието на връстниците си с увреждания и след това да им дадат възможност да изпълняват своите планове и да действат според собствените си идеи.

7. Насоки за младежки работници, ръководители и учители

Въз основа на извършения сравнителен анализ на констатациите в Австрия, Белгия, България и Турция бяха определени следните консолидирани насоки.

7.1. Обща политика за младежта

- Приобщаваща политика означава, че участието в дейности за отдих на всички деца и млади хора са заложи в младежката политика.
- Разнообразието като политическа концепция не може да бъде разделено на социално уязвими, бедност, увреждания и др.
- Неразпознаваемостта като „индикатор“ за младежки политики в момента работи срещу тях: те не са представени и често зависят от представители, които не отчитат разликите в социалната уязвимост, бедността, чуждестранния произход,половите различия и т.н.
- Участието на деца и младежи с увреждания е точка, на която трябва да се обърне внимание за всички субсидирани дейности. Когато финансирането и оценката естествено са част от общите планове на политиката, вероятността субсидираните дейности да започнат от очевидното нарастване на участието се увеличава.
- Ориентирано към младежта предложение за свободното време за всички млади хора е разнообразна, разпознаваема и надеждна. Тя дава приоритет на природните условия за отдих, които са възможно най-близки до интересите и заобикалящата среда на различни деца и млади хора. Съществуващите прагове на участие трябва да бъдат премахнати, доколкото е възможно, като се съблюдават разумните корекции, които децата и младите хора с увреждания понякога трябва да участват пълноценно. Дейностите за свободното време и младежта се нуждаят от подкрепа и насърчаване.
- За да се създаде достатъчна подкрепа и да се разпространи съществуващото ноу-хау, политиката за младежта трябва да използва максимално сътрудничеството и мрежите между:
 - общи и специфични дейности;
 - отдих и работа с младежта и местни доставчици на грижи;
 - сдружения на родители,отдих и младежка работа.
- Младежката политика, насочена към всички деца и младежи, също се фокусира върху специфично предложение с адаптирани дейности, които разширяват участието и възможностите за свободното време. Фокусира се върху саморазвитието и пълното социално участие.
- Децата и младите хора с увреждания трябва да бъдат активно включени в политиката за младежта, така действително гласовете им да бъдат чути в различните консултативни съвети.

- Възможно е да се работи чрез експериментирание в рамките на общото снабдяване с грижа и подкрепа от конкретни доставчици или оптимизиране на сътрудничеството между различните заинтересовани страни и участници.

7.2. Специализирано предложение на дейности в свободното време и младежка промяна

- Специализирано предложение за деца и младежи с увреждания следва да съществува само, ако то не се осъществява изолирано и не води до сегрегация.
- В конкретното предложение също трябва да се обърне достатъчно внимание на различните методики за младежка работа.
- Сътрудничеството на различни нива между специализирано предложение и основното предложение трябва да бъде възнаградено и стимулирано чрез политика.
- Налице е необходимост от разделяне на общото и специализирано предложение: непрекъснато сътрудничество, разработване на допълнителни предложения, осигуряване на редуващи се дейности през седмицата, следвани от почивка, обмен на дейности, пространства и ръководители. Това може да варира от организиране на общи дейности, обмен на подкрепа, материали, място и ресурси до широкообхватно сътрудничество, където специфичното доставяне влиза като предложение за всички млади хора.
- Важно е децата и младите хора с увреждания също да могат да поемат своята гражданска отговорност. Няма организации, които да ги обединяват, подкрепят и насочват в техните възможности за участие и да се научат да защитават правата си.

7.3. Местна младежка политика

- Всяко семейство, всяко дете или всеки млад човек е заинтересована страна в квартала или общината, където той или тя живее и има право на участие в дейности за свободното време в квартала. Най-добрият пример за това са приобщаващите площадки за игра.
- Местната политика трябва да се съсредоточи върху осведомяването по отношение на правото на участие на децата и младежите с увреждания в активностите свързани със свободното време.
- Трябва да се наруши стереотипното възприемане на тази целева група и в съответствие с Конвенцията на ООН и Конвенцията за правата на детето, трябва да се избягват сегрегирани дейности относно времето за отдих.
- Местните дейности отнасящи се за отдих и младежта трябва да покажат в своята комуникация, че всички деца и млади хора с увреждания са добре дошли и могат да се възползват от тяхното предложение. Участието на децата и младите хора с увреждания трябва да се разглежда като нещо естествено.



- За тази цел местните политики трябва да гарантират, че информацията и действията се разпространяват, споделят или обявяват на родителите, училищата, заведенията за грижи, които са важни посредници при пълноценното участие на децата и младите хора с увреждания. Колкото по-пряко информацията или действието достига до младите, толкова по-голям е шансът за участие.
- На местно ниво няма пряка и целенасочена подкрепа в момента, в който тя е необходима. За да се осигури максимална подкрепа за местните потребности, следва да се развият местни партньорства и мрежи за конкретни или общи дейности, възможни социални разпоредби и доставчици на здравни услуги в общината.
- Сътрудничеството между конкретното и общото доставяне може да бъде възнаградено и насърчено от политиката. Сътрудничеството може да премине от организиране на дейностите към обмяна на подкрепа, материали, място и ресурси, към широкообхватно сътрудничество, където конкретното доставяне влиза като предложение за всички млади хора.
- Докато местната политика понякога е недостатъчна, инициативите могат да бъдат разработени на междуобщинско ниво по отношение на аспекти като информационния поток, изграждането на мрежи с местна подкрепа, застъпничеството, чувствителността и др.
- Децата и младите хора с увреждания трябва да бъдат активно включени в местната младежка политика, така че да могат да взимат участие в младежките съвети. Ако е необходимо, трябва да се осигури адекватна подкрепа за равното участие на младите хора с увреждания (напр. коучинг).

7.4. Специално за деца с увреждания и техните родители

- Родителите също трябва да бъдат включени в промяната на парадигмата от модела на медицинското обслужване към модел на социално-културно гражданство. За развлекателните дейности това означава, наред с другото, грижи и подкрепа за родителите в социализацията на свободното време, като се запознават с местното общо предложение като възможност за развлекателни дейности, без да се жертва качеството на грижите.
- Родителите се нуждаят от подходящи предложения за отдых и местна мрежа за подкрепа, която позволява свободното участие на техните деца или млади хора.
- Родителите, децата и младите хора с увреждания все повече търсят подходящи дейности. За да направят това, те се нуждаят от преглед на местните възможности за отдых (специфични и общи).
- Необходимо е да се „отприщи“ ролята на посредническите връзки / лица. Хора, терапевти, учители от специално образование и т.н. се опитват да накарат

родителите да мислят прекалено много от медицинска гледна точка. Като поверителни съветници, те имат голямо влияние върху родителите и децата. Участието в организиран отход и младежката работа може да се стимулира повече от ролята им на поверителен съветник.

7.5. Специално за училищата

- Училищата могат да играят важна посредническа роля в оползотворяването на свободното време на своите възпитаници. За целта училищата трябва да предлагат както занимания за оползотворяване на свободното време да всички, така и специализирани дейности, приспособени спрямо възможностите на учениците с увреждания.
- Училищата могат да поемат водеща роля в заниманията през свободното време и да информират учениците за множеството възможности за участие, които създават и предлагат.
- Центровете за специално образование имат основна отговорност за разпуване на стереотипите спрямо своите ученици.
- Същото се отнася и за интернализираната зависимост и за самооценката на учениците с увреждания. Те трябва да се запознаят с техните права и възможности по време на образованието си, с “праговете” за участие, и как участието в различни инициативи в свободното време може да допринесат за това.

Приложение 1: Контролен лист за интересите в свободното време

- | | | |
|--|---|--|
| <input type="checkbox"/> Актьорство | <input type="checkbox"/> Къмпингуване | <input type="checkbox"/> Трениране на кучета |
| <input type="checkbox"/> Увеселителни паркове | <input type="checkbox"/> Изработване на свещи | <input type="checkbox"/> Шляене |
| <input type="checkbox"/> Животни | <input type="checkbox"/> Каране на кану | <input type="checkbox"/> Рисуване |
| <input type="checkbox"/> Антикварство | <input type="checkbox"/> Грижа за растения | <input type="checkbox"/> Изработка на дрехи |
| <input type="checkbox"/> Аркадни игри | <input type="checkbox"/> Грижа за домашни любимци | <input type="checkbox"/> Шофиране |
| <input type="checkbox"/> Астрономия | <input type="checkbox"/> Гравирание | <input type="checkbox"/> Бродирание |
| <input type="checkbox"/> Посещение на цирк | <input type="checkbox"/> Шах | <input type="checkbox"/> Забавление |
| <input type="checkbox"/> Посещение на концерти | <input type="checkbox"/> Почистване | <input type="checkbox"/> Планиране на събития |
| <input type="checkbox"/> Посещение на панаир | <input type="checkbox"/> Готвене | <input type="checkbox"/> Упражнения |
| <input type="checkbox"/> Хлебарство | <input type="checkbox"/> Колекциониране | <input type="checkbox"/> Семейство |
| <input type="checkbox"/> Бални танци | <input type="checkbox"/> Оцветяване | <input type="checkbox"/> Фентъзи футбол |
| <input type="checkbox"/> Правене на барбекю | <input type="checkbox"/> Клубове по интереси | <input type="checkbox"/> Правене на филм |
| <input type="checkbox"/> Плетене на кошници | <input type="checkbox"/> Компютърни игри | <input type="checkbox"/> Риболов |
| <input type="checkbox"/> Пчеларство | <input type="checkbox"/> Програмиране | <input type="checkbox"/> Аранжиране на цветя |
| <input type="checkbox"/> Нанизване на маниста | <input type="checkbox"/> Занаятчийство | <input type="checkbox"/> Пускане на хвърчило |
| <input type="checkbox"/> Колоездене | <input type="checkbox"/> Панаири на занаяти | <input type="checkbox"/> Джаджи |
| <input type="checkbox"/> Наблюдение на птици | <input type="checkbox"/> Креативно писане | <input type="checkbox"/> Градинарство |
| <input type="checkbox"/> Водене на онлайн блог | <input type="checkbox"/> Плетене на една кука | <input type="checkbox"/> Генеалогия |
| <input type="checkbox"/> Настолни игри | <input type="checkbox"/> Плаване | <input type="checkbox"/> Масаж |
| <input type="checkbox"/> Каране на лодка | <input type="checkbox"/> Танци | <input type="checkbox"/> Геокешинг |
| <input type="checkbox"/> Подвързване на книги | <input type="checkbox"/> Срещи | <input type="checkbox"/> Даване на подарък |
| <input type="checkbox"/> Боулинг | <input type="checkbox"/> Декориране | <input type="checkbox"/> Стъклолеене |
| <input type="checkbox"/> Брънч | <input type="checkbox"/> Декупаж | <input type="checkbox"/> Рисуване върху стъкло |
| <input type="checkbox"/> Декорация на сладкиши | <input type="checkbox"/> Вечеря навън | <input type="checkbox"/> Ходене на пикник |
| | <input type="checkbox"/> Обсъждане на книги | <input type="checkbox"/> Сбирки на кафене |
| | | <input type="checkbox"/> Излизане за обяд |

- | | | |
|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> Разходка в парка | <input type="checkbox"/> Смях | <input type="checkbox"/> Пазаруване по интернет |
| <input type="checkbox"/> Посещение на аквариум | <input type="checkbox"/> Изучаване на чужд език | <input type="checkbox"/> Оригами |
| <input type="checkbox"/> Ходене на фитнес | <input type="checkbox"/> Научаване на нещо ново | <input type="checkbox"/> Организиране |
| <input type="checkbox"/> Посещение на магазин за домашни любимци | <input type="checkbox"/> Обработка на кожа | <input type="checkbox"/> Боядисване |
| <input type="checkbox"/> Ходене на театър | <input type="checkbox"/> Посещение на библиотека | <input type="checkbox"/> Пейнтбол |
| <input type="checkbox"/> Посещение на спа | <input type="checkbox"/> Танци | <input type="checkbox"/> Хартиени занаяти |
| <input type="checkbox"/> Голф | <input type="checkbox"/> Изслушване на другите | <input type="checkbox"/> Изработка на хартия |
| <input type="checkbox"/> Подстригване | <input type="checkbox"/> Слушане на музика | <input type="checkbox"/> Паркове |
| <input type="checkbox"/> Правене на прическа | <input type="checkbox"/> Разглеждане на снимки/ албуми | <input type="checkbox"/> Партита |
| <input type="checkbox"/> Радио | <input type="checkbox"/> Макраме | <input type="checkbox"/> Планиране на партита |
| <input type="checkbox"/> Дискутиране | <input type="checkbox"/> Фокуси | <input type="checkbox"/> Флипер |
| <input type="checkbox"/> Туризм | <input type="checkbox"/> Маникюр/ Педикюр | <input type="checkbox"/> Пинтрест |
| <input type="checkbox"/> Декороране на дома | <input type="checkbox"/> Медитация | <input type="checkbox"/> Игра на карти |
| <input type="checkbox"/> Езда | <input type="checkbox"/> Срещи с нови хора | <input type="checkbox"/> Игра на табла |
| <input type="checkbox"/> Парашутизм | <input type="checkbox"/> Металообработване | <input type="checkbox"/> Фотография |
| <input type="checkbox"/> Ремонтране | <input type="checkbox"/> Строене на модели | <input type="checkbox"/> Грънчарство |
| <input type="checkbox"/> Фигурно пързляне | <input type="checkbox"/> Моделиране на влакове/ релси | <input type="checkbox"/> Практикуване на карате |
| <input type="checkbox"/> Интернет | <input type="checkbox"/> Моделиране на кораби | <input type="checkbox"/> Практикуване на йога |
| <input type="checkbox"/> Изработване на бижута | <input type="checkbox"/> Мотоциклетизъм | <input type="checkbox"/> Правене на принтове |
| <input type="checkbox"/> Пъзели | <input type="checkbox"/> Посещение на музеи | <input type="checkbox"/> Свирене на музикален инструмент |
| <input type="checkbox"/> Джогинг | <input type="checkbox"/> Музика | <input type="checkbox"/> Спортуване |
| <input type="checkbox"/> Четене на списания | <input type="checkbox"/> Ръкоделие | <input type="checkbox"/> Игра с марионетки |
| <input type="checkbox"/> Жонглиране | | <input type="checkbox"/> Пачуърк |
| <input type="checkbox"/> Караоке | | <input type="checkbox"/> Четене на книги |
| <input type="checkbox"/> Каяк | | <input type="checkbox"/> Четене на вестници |
| <input type="checkbox"/> Плетене | | <input type="checkbox"/> Пребойдисване на мебели |
| <input type="checkbox"/> Озеленяване | | <input type="checkbox"/> Релаксиране |
| <input type="checkbox"/> Лазарни битки | | |



- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Религия | <input type="checkbox"/> Сърфиране |
| <input type="checkbox"/> Поправяне на неща вкъщи | <input type="checkbox"/> Плуване |
| <input type="checkbox"/> Загадки | <input type="checkbox"/> Тай Чи |
| <input type="checkbox"/> Колекциониране на камъни | <input type="checkbox"/> Разговори по телефона |
| <input type="checkbox"/> Ветроходство | <input type="checkbox"/> Пътуване |
| <input type="checkbox"/> Пясъчни скулптури | <input type="checkbox"/> Взимане на вана |
| <input type="checkbox"/> Търсене на съкровища | <input type="checkbox"/> Взимане на уроци |
| <input type="checkbox"/> Гмуркане | <input type="checkbox"/> Излизане във ваканция |
| <input type="checkbox"/> Посещение на дом за възрастни | <input type="checkbox"/> Преподаване |
| <input type="checkbox"/> Шиене | <input type="checkbox"/> Технологии |
| <input type="checkbox"/> Пазаруване | <input type="checkbox"/> Театър (мюзикъл, пиеси) |
| <input type="checkbox"/> Разглеждане на забележителност и | <input type="checkbox"/> Пътешестване |
| <input type="checkbox"/> Пеене | <input type="checkbox"/> Видео игри |
| <input type="checkbox"/> Каране на кьнки | <input type="checkbox"/> Посещение на роднини |
| <input type="checkbox"/> Каране на скейтборд | <input type="checkbox"/> Посещение на приятели |
| <input type="checkbox"/> Скециране | <input type="checkbox"/> Доброволчество |
| <input type="checkbox"/> Каране на ски | <input type="checkbox"/> Разходки |
| <input type="checkbox"/> Скок с парашут | <input type="checkbox"/> Акварели |
| <input type="checkbox"/> Сноуборд | <input type="checkbox"/> Гледане на филми |
| <input type="checkbox"/> Решаване на загадки | <input type="checkbox"/> Гледане на телевизия |
| <input type="checkbox"/> Посещение на пещери | <input type="checkbox"/> Тъкане |
| <input type="checkbox"/> Гравирание на стъкло | <input type="checkbox"/> Разглеждане на витрини |
| <input type="checkbox"/> Колекциониране на пощенски марки | <input type="checkbox"/> Дърворезба |
| <input type="checkbox"/> Разказване на приказки | <input type="checkbox"/> Кръстословици |
| <input type="checkbox"/> Слънчеви бани | <input type="checkbox"/> Писане на поезия, приказки и др. |
| | <input type="checkbox"/> Дворна работа |