



МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ ПО РАБОТЕ
ВОЛОНТЁРОВ

**М.А. Гаеде Сепулведа, М.А. Ким, В.А. Масич,
А.Ю. Кульбаева, А.М. Никольская,
А.Д. Скопина**

МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ ПО РАБОТЕ ВОЛОНТЁРОВ

Москва
Грифон
2021

УДК 364.042

ББК 60.94

М54

Все права защищены. Воспроизведение всей книги или любой её части любыми средствами и в какой-либо форме, в том числе в сети Интернет, запрещается без письменного разрешения владельца авторских прав.

М54 Методическое пособие по работе волонтеров / М.А. Гаеде Сепулведа, М.А. Ким, В.А. Масич, А.Ю. Кульбаева, А.М. Никольская, А.Д. Скопина. – М.: Грифон, 2021. – 102 с.

УДК 364.042

ББК 60.94

© Коллектив авторов, 2021

Содержание

Основание.....	5
Цели устойчивого развития.....	9
Социальное волонтерство в университете	45
Эффективность волонтерства	51
Этика волонтерства.....	57
Общение с детьми-сиротами	64
Общение с детьми-инвалидами	72
Общение с больными	87
Общение с пожилыми людьми.....	90
Примеры «Обучения служению» из European Observatory of Service-learning in Higher Education (EOSLHE)	93
Курс об этикете для подростков	96
Летняя творческая площадка: «Галопом по миру»	97

Привет, волонтер!

Если ты это читаешь, значит, ты стал частью большого проекта «Обучение служению» и волонтерства в твоём вузе!

Университет – это активный и живой организм, который хочет и может оказать влияние на окружающее нас общество! И ты станешь частью этого вызова!

Твоя задача: не упустить ни одной возможности научиться новому или расширить уже имеющиеся у тебя знания! И в этом тебе поможет наш проект!

Основание

Project Service-learning – что это, как работает



Service-learning, или Обучение служению, – это экспериментальный образовательный метод, с помощью которого студенты участвуют в деятельности, направленной на удовлетворение реальных потребностей человека (социальных и экологических).

Именно с твоей помощью мы станем на шаг ближе к достижению Целей устойчивого развития (ЦУР) ООН! Включение общественных работ в учебную программу, воспитание гражданской ответственности и укрепление сообществ благодаря критическому осмыслению – всё это поможет сплотить студентов, учёных и общественность, чтобы, обмениваясь опытом и знаниями, приобрести навыки эффективного решения проблем и партнёрства.

Понятие «service» (англ.), используемое в большинстве стран и международных неправительственных организаций, в переводе на русский язык можно трактовать как «обслуживание», «служба», «служение», «услуга», «помощь», «подача», «добровольчество», «добровольный выбор».

Служение – это отношение к профессиональной и общественной работе, основанное на стремлении к полному раскрытию ценностного потенциала деятельности и мотивированное бескорыстными гуманистическими потребностями, чувством долга и социальной ответственностью.

Service-learning (SL) – это философия, методология и способ организации, которые позволяют студентам совместить свою учебную программу и профессиональные компетенции с выполнением общественно важных задач.

Студенты получают значимое образование и применяют его на практике. Это взаимный процесс: не только студенты получают новые знания, но и учителя, сопровождающие их на этом пути, будут учиться вместе с ними (Santos Rego, et al., 2018).

Эта методология основана на ответственности студентов за вклад в общее благо и развитие общества. Образование и социальная ответственность неразрывно связаны между собой (Naval, 2008).

Service-learning сочетает теоретическую подготовку студентов с общественной работой, при этом содействует личному осмыслению и усилению чувства общности, гражданской активности и личной ответственности.

Кроме того, Service-learning – это инновационная практика преподавания на всех уровнях, встроенная в учебный план и оформленная в виде учебных предметов. С помощью методики SL легче обнаружить потребности окружающей среды. Студент получает опыт анализа контекста, синтеза сложных ситуаций, а преподаватель разработает план действий с конкретными целями.

Студенты такую форму обучения считают более увлекательной и мотивирующей. Service-learning помогает развить понимание социальных обязательств, приобрести навыки в области обучения сервису, улучшить профессиональные и социальные компетенции, отвечающие на реальные потребности окружающей среды.

Обучение служению начинается с упражнения по анализу и критике реальности: сперва необходимо определить, что можно предпринять

для улучшения того, что мы сочли неправильным. Данная методология не ограничивается выявлением потребностей, поскольку прежде всего направлена на вовлечение молодых людей в оказание услуг обществу. Возможности общественной работы широки: прямая помощь конкретным людям, которые в ней нуждаются; помощь сообществу, диффузная помощь (например, распространение информации, защита окружающей среды, сбор товаров или проведение исследований).

Учиться, чтобы служить! И служить, чтобы учиться!



Студенты с нашей помощью приходят к мысли, что во всех областях знаний есть возможности для служения, а развивая инициативы, можно получить по-настоящему ценную подготовку. По этой причине к волонтерской деятельности добавляются и учебные курсы.

Учебные курсы являются инструментом, который позволяет добровольцу получить все необходимые знания для развития опыта солидарности в университетские годы.

SL вносит вклад в достижение ряда Целей устойчивого развития ООН (ЦУР): снижение неравенства, повышение качества образования и хорошего здоровья и благополучия (well-being).



Цели устойчивого развития

Цель 1: Повсеместная ликвидация нищеты во всех её формах

Одним из фундаментальных шагов на пути к устойчивому развитию является эффективная борьба с нищетой. По данным ООН, более 700 миллионов человек во всём мире всё ещё живут за чертой бедности, не имея возможности полностью удовлетворить свои базовые потребности [1]. Нищета препятствует полноценному участию людей в жизни общества и отнимает возможность самореализации.

Для достижения данной цели необходимо минимум вдвое уменьшить долю людей, проживающих в нищете, обеспечить равенство прав на экономические ресурсы и всеобщий доступ к базовым экономическим услугам [1]. Также важно обеспечить защиту наиболее уязвимых групп населения и малоимущих от последствий климатических изменений и иных негативных явлений экономического, социального и экологического характера [1]. Развитым странам следует оказывать посильную ресурсную помощь для ликвидации бедности в развивающихся странах [1].

Как помочь, если ты студент?

Студенты могут выступать волонтерами по вопросам информирования населения о мерах социальной помощи по причине бедности. В меры помощи от государства и НКО входят оказание материальной и медицинской помощи, организация различных услуг на льготных условиях, пенсионные выплаты, возможности получения бесплатной юридической помощи. Все эти возможности важно доносить до людей, для которых это может быть актуально, и именно в этом можешь помочь ты.

До самих студентов важно доносить информацию о льготных условиях для получения образовательного кредита, помощи, кото-

рую университет оказывает в размещении студентов, возможности получения различных стипендий, таких как повышенная государственная академическая стипендия, стипендии и гранты Президента и Правительства, социальные стипендии и другие. В популяризации таких мер могут помочь прежде всего сами студенты.

Многие университеты занимаются собственной исследовательской работой по оценке благосостояния населения, а также могут сотрудничать с университетами из стран с низким доходом, таким образом внося свой вклад в достижение цели. Ты можешь содействовать подобным исследованиям, выступать с собственными инициативами, предлагать варианты сотрудничества и связывать свои курсовые и дипломные работы с темами здоровья населения.

Подробнее о Цели 1:

Цель 2: Ликвидация голода, обеспечение продовольственной безопасности, улучшение питания и содействие устойчивому развитию сельского хозяйства

Повсеместная ликвидация голода и устойчивость операционных процессов сельского хозяйства являются важными аспектами всеобщего благополучия. Однако, по данным ООН, около 690 миллионов человек во всём мире до сих пор страдают от голода и, несмотря на ранее стабильную динамику сокращения количества людей, затронутых данной проблемой, число голодающих вновь начало расти [2]. Отсутствие полноценного питания приводит к снижению работоспособности людей и ухудшению их резистентности к болезням, в результате чего возрастает риск потери заработка и возможности улучшения своих жизненных условий [3].

Для достижения данной цели необходимо повсеместно побороть голод и недоедание любого вида, предоставить всем постоянный доступ к достаточному количеству безопасной и питательной пищи [2]. Кроме того, следует увеличить продуктивность сельского хозяйства в целом и усовершенствовать систему производства продуктов питания, сделав её повсеместно более устойчивой, в том числе искоренив нерациональные практики сбора урожая и порчу пищевой продукции, модернизировать практики ведения сельского хозяйства, сделав их адаптивными к негативным стихийным явлениям и способствующими улучшению используемых земельных ресурсов и сохранению экосистем [2]. Также важно способствовать увеличению доходов малого бизнеса в аграрном секторе [2].

Как помочь, если ты студент?

Ты можешь на волонтерских началах поддерживать доступные предприятия общественного питания, помогать в организации непрерывного сбора продуктов и продуктовых пожертвований на праздники для нуждающихся. Также можно участвовать в програм-

мах фудшеринга и помогать в координации таких программ. Как система распределения продуктов питания с истекающим сроком годности, [фудшеринг](#) помогает сохранить ресурсы и справиться с перепотреблением. Поддержка студентами мелких производителей, таких как фермерские семейные хозяйства или хозяйства коренных народов, также способствует этой цели.

Для тебя может быть актуально выступить с инициативой или помогать уже существующим в организации в столовых университета доступных вариантов обедов, диетических и вегетарианских блюд согласно нуждам студентов и сотрудников.

Студенты, получающие образование в области сельского хозяйства и аквакультуры, могут участвовать в научно-практической работе своих факультетов, например, в области аграрных исследований, и связывать свои курсовые и дипломные работы с их устойчивым развитием.

Подробнее о Цели 2:



Цель 3: Обеспечение здорового образа жизни и содействие благополучию для всех в любом возрасте

Предоставление повсеместного доступа к качественному здравоохранению для всех и обеспечение всеобщего благополучия также является одним из ключевых аспектов устойчивого развития.

Для достижения данной цели необходимо, во-первых, повсеместно обеспечить людям доступ к качественным базовым медицинским услугам, а также к безопасным, эффективным и недорогим вакцинам и лекарствам [4]. Кроме того, требуется предотвратить эпидемии инфекционных заболеваний, а также уменьшить количество смертей от неинфекционных болезней и поддерживать психическое здоровье и благополучие населения [4]. Также важно окончательно побороть предотвратимую смертность детей в возрасте до 5 лет и снизить риск материнской смертности при родах повсеместно [4]. Необходимо принять меры по сокращению количества летальных исходов в дорожно-транспортных авариях и эффективнее бороться с зависимостью от психоактивных веществ и табака [4]. Следует повысить количество квалифицированных медработников, а также увеличить финансирование сектора здравоохранения [4].

Как помочь, если ты студент?

Ты можешь участвовать в проектах, связанных с темой здоровья и благополучия, организовывать или участвовать в координации спортивных клубов и оздоровительных мероприятий, предусмотренных спортивной инфраструктурой университета. Например, в НИУ ВШЭ СПб в 2019 году инициативной группой студентов была создана секция лёгкой атлетики, действующая уже два года [5].

Научная инфраструктура университета также может быть связана с этой целью устойчивого развития, например, с исследованиями организации и экономики, оценкой эффективности системы

здравоохранения. Ты можешь содействовать таким исследованиям, связывать свои курсовые и дипломные работы с темами здоровья населения.

Для студентов любых специальностей, и в особенности студентов-медиков, доступна волонтерская помощь в медицинских организациях. Различные НКО и университетские проекты нуждаются в волонтерах для просвещения населения по вопросам профилактики и здорового образа жизни, в том числе для психологического консультирования и сексуального просвещения. Также актуальна помощь в профориентации школьников в медицину, в обучении первой помощи, в сопровождении городских спортивных и массовых мероприятий. Ты можешь содействовать в популяризации донорства и самостоятельно стать, например, донором крови или плазмы [6].

Подробнее о Цели 3:



Цель 4: Обеспечение всеохватного и справедливого качественного образования и поощрение возможности обучения на протяжении всей жизни для всех

Повсеместная доступность непрерывного качественного и актуального образования для всех – ещё один аспект устойчивого развития. Образование не только может быть социальным лифтом и залогом поддержания достойного уровня жизни, но и способно помочь в достижении других целей устойчивого развития [7].

Для достижения данной цели необходимо не только повсеместно обеспечить бесплатный доступ к качественному и современному дошкольному, начальному и среднему образованию, но и удостовериться, что все дети его завершили [7]. Кроме того, важно сделать профессионально-техническое и высшее образование доступным и качественным для всех в равной степени, повысить долю людей с востребованными на рынке труда навыками [7]. Также важно искоренить неравенство в сфере образования во всех его проявлениях и удостовериться, что уязвимые группы населения имеют доступ к образованию любого уровня наравне со всеми [7]. Следует постоянно совершенствовать образовательные учреждения, делая их инклюзивными, безопасными и более эффективными, а также предоставлять и такие знания и навыки, которые учащиеся смогли бы в дальнейшем применить для поддержания устойчивого развития нашей планеты [7].

Как помочь, если ты студент?

Эта цель касается студентов самым непосредственным образом, поскольку они заинтересованы в получении качественного образования. Так, ты можешь предложить университету меры по улучшению качества и организации учебного процесса через студенческий совет, напрямую или, на примере НИУ ВШЭ, с помощью студенческой оценки преподавания. Ты можешь содействовать инициативам,

делающим знания доступными более широкой аудитории, или самостоятельно инициировать подобные проекты в формате видеороликов, подкастов, статей и прочих общедоступных материалов.

Студенты могут содействовать и популяризации важности вклада в устойчивое развитие знаний и навыков, необходимых для содействия устойчивому развитию, таких как изучение прав человека, принципов гендерного равенства, отказа от насилия, ценности культурного плюрализма.

Студенты, особенно педагогических специальностей, могут оказывать университетам, школам и НКО помощь в профессиональной ориентации школьников, популяризации высшего образования, организации образовательных кружков, работе с одарёнными учащимися. Студенты могут участвовать в программе [«Учитель для России»](#) и пройти переподготовку по педагогике.

Подробнее о Цели 4:

Цель 5: Обеспечение гендерного равенства и расширение прав и возможностей всех женщин и девочек

Гендерное равенство является основой устойчивого и благополучного будущего. Несмотря на заметный прогресс в данном направлении, многие проблемы до сих пор остаются нерешёнными полностью. Женщины и девочки продолжают сталкиваться с несправедливыми по отношению к ним законами, социальными нормами и предубеждениями, а женщины-лидеры всё ещё являются меньшинством в таких сферах, как, например, политика и бизнес [8].

Для достижения данной цели необходимо повсеместно положить конец всем формам дискриминации и насилия по отношению ко всем женщинам [8]. Кроме того, требуется обеспечить всем женщинам равные права на экономические ресурсы, следить за реализацией их репродуктивных прав и обеспечить каждой возможность получить услуги, связанные с репродуктивным и сексуальным здоровьем [8]. Следует поощрять участие женщин в равноуровневых процессах принятия решений и предоставить равные возможности становления женщин как лидеров во всех сферах жизни общества без исключения [8]. Также важно помнить и ценить неоплачиваемый труд по уходу за членами семьи и ведению домашнего хозяйства, которым занимаются чаще всего именно женщины, и продвигать практики равного участия и равной ответственности в жизни семьи [8].

Как помочь, если ты студент?

Ты можешь содействовать популяризации принципов гендерного равенства прав и возможностей, заниматься просветительской деятельностью в сфере развития культуры поддержки пострадавших от насилия и нетерпимости к проявлениям к насилию, а также в сфере охраны сексуального и репродуктивного здоровья.

Также можно заниматься просветительской деятельностью по развенчиванию гендерных стереотипов, которые могут мешать достижению

равенства возможностей, и поддерживать трудовые, социальные права женщин и соблюдение прав человека в целом.

На волонтерских началах можно оказывать поддержку фондам, осуществляющим помощь семьям и женщинам. Это кризисные и ресурсные центры, адвокатские конторы, которые работают с делами, связанными с домашним насилием.

Исследовательская работа, доступная для студентов в этом направлении, включает социологию, гендерные исследования, исследования гендерного неравенства. Ты можешь участвовать в таких исследованиях и связывать собственные академические работы с этими темами.

Подробнее о Цели 5:

Цель 6: Обеспечение наличия и рационального использования водных ресурсов и санитарии для всех

Повсеместный доступ к питьевой воде и санитарии, а также применение устойчивых практик водопользования – важный аспект благополучного и здорового будущего для всех. Однако, по данным ООН, у каждого третьего жителя Земли отсутствует доступ к чистой питьевой воде, а у каждого шестого – к основным услугам санитарии [9]. Использование водных ресурсов также не удовлетворяет критериям устойчивости. Так, например, около 70 % пресной воды из натуральных источников извлекается с целью орошения [9].

Для достижения Цели 6 были выделены следующие задачи. Во-первых, необходимо повсеместно сделать чистую, недорогую питьевую воду и основные санитарно-гигиенические средства хорошего качества доступными каждому человеку, а также окончательно побороть практику открытой дефекации [9]. Также важно повсеместно искоренить практики выброса отходов в водоёмы и увеличить масштабы применения рециркуляции сточных вод и их безопасного повторного использования [9]. Особое внимание следует уделить восстановлению и охране элементов экосистем, связанных с водой [9].

Как помочь, если ты студент?

Ты можешь применять сам и популяризовать меры, которые каждый человек может имплементировать в повседневную жизнь в целях рационального использования водных ресурсов (например, «выключи кран, пока чистишь зубы»), а также привлекать внимание к важности охраны и восстановления водных экосистем, повышения качества воды и уменьшения её загрязнения. Ознакомься с [гайдом](#) от Ответственной Вышки по экономии ресурсов.

Студенты могут выступать с инициативой соблюдения таких правил в учебных заведениях и на рабочих местах и организации

в общих пространствах бесплатных кулеров, откуда можно налить воду в свою тару. Также студенты могут принимать участие в различных проектах для привлечения внимания к рациональному использованию водных ресурсов, таких как «Всемирный день водных ресурсов».

Подробнее о Цели 6:



Цель 7: Обеспечение всеобщего доступа к недорогим, надёжным, устойчивым и современным источникам энергии для всех

Повсеместная доступность источников энергии, отвечающих критериям устойчивости и качества, также важна для обеспечения благополучия и устойчивого развития нашего общества. В контексте данной цели наблюдается положительная динамика. Так, доля возобновляемых источников в производстве электричества в мире возросла с 17,5 % в 2015 году до 28 % в 2020 году [10, 11].

Для достижения Цели 7 необходимо сделать недорогое, качественное и соответствующее последним технологическим разработкам энергоснабжение доступным для каждого человека, продолжить увеличение доли энергии из возобновляемых источников в глобальной перспективе, а также повысить энергоэффективность [10]. Важно сделать исследования и технологические разработки в сфере экологически чистой энергетики доступнее, например, посредством большего вовлечения в международное сотрудничество, и поощрять инициативы, направленные на внедрение устойчивых практик энергоснабжения повсеместно [10].

Как помочь, если ты студент?

В первую очередь ты можешь принять участие в исследованиях энергетического неравенства, сферы государственного регулирования и планирования в энергетической области и развития энергетической инфраструктуры удалённых территорий страны.

Ты также можешь предлагать университету инициативы введения ресурсоёмких, энергосберегающих технологий в кампусах и общежитиях, участвовать в популяризации перспективности и безопасности атомной энергетики и рассказывать о возобновляемых источниках энергии. Кроме того, не забывай выключать свет при выходе из аудитории. Ознакомься с [гайдом](#) от Ответственной

Вышки по экономии ресурсов, например, он предлагает вытаскивать зарядные устройства из розеток.

Подробнее о Цели 7:



Цель 8: Содействие поступательному, всеохватному и устойчивому экономическому росту, полной и производительной занятости и достойной работе для всех

Повсеместное поддержание устойчивого экономического роста и обеспечение всего населения достойной работой – ещё один шаг на пути к устойчивому развитию и всеобщему благополучию.

Для достижения данной цели были выделены следующие задачи. Во-первых, путём внедрения инновационных решений и модернизации технологической инфраструктуры следует повысить экономическую производительность [12]. Также важно создать благоприятную среду для эффективного функционирования малого и среднего бизнеса, поддерживать предпринимательскую деятельность и обеспечить всем людям надёжное и безопасное трудоустройство с достойной заработной платой, соответствующей трудоёмкости выполняемых задач [12]. Особое внимание необходимо уделить трудоустройству молодёжи и женщин и получению ими востребованных на рынке труда навыков и квалификаций [12]. Следует стремиться к минимизации негативного влияния экономического роста на состояние окружающей среды, в том числе путём повсеместного распространения практик рационального потребления и производства [12]. Рабство и торговля людьми должны быть ликвидированы повсеместно [12].

Как помочь, если ты студент?

Пандемия COVID-19 привела к росту безработицы. В этой ситуации важно донести до всех, для кого это актуально, информацию о доступных мерах поддержки от государства, о поддержке предпринимательства, работе профсоюзов, правах работника и возможности получения бесплатной юридической помощи. В этом, сотрудничая с организациями, непосредственно связанными с такими видами деятельности, можешь помочь и ты.

Обеспечение занятости молодёжи и начало карьерного пути особенно актуально именно для студентов. Университеты содействуют развитию карьеры обучающихся, организовывая стажёрские и менторские программы, бизнес-инкубаторы, летние школы, курсы повышения квалификации и открытые лекции. Студенты могут посещать такие мероприятия, помогать в их организации и проведении и выступать инициаторами их создания и развития, помогать в развитии ответственному малому бизнесу.

Деятельность университетов по исследованию человеческого капитала, функционирования рынка труда, прогнозирования экономического развития также доступна для студентов. Ты можешь содействовать научной работе вуза в данном направлении, связывать с ним собственные исследования.

Подробнее о Цели 8:

Цель 9: Создание стойкой инфраструктуры, содействие всеохватной и устойчивой индустриализации и инновациям

Повсеместное построение стойкой инфраструктуры, продвижение устойчивой индустриализации и развитие инноваций также важны для стабильного экономического роста, повышения благополучия людей и содействия устойчивому развитию нашей планеты.

Для достижения данной цели важно, во-первых, глобально модернизировать инфраструктуру, сделать её более стойкой посредством рационального использования имеющихся ресурсов и внедрения экологически безопасных технологий, а доступ к ней – равноправным и недорогим для всех [13]. Также следует трансформировать промышленную отрасль, заменив экологически небезопасные практики их более устойчивыми аналогами [13]. Необходимо активно инвестировать в научные исследования, содействовать и поощрять имплементацию их результатов в отрасли экономики, вовлекать больше людей к работе в сфере НИОКР [13].

Как помочь, если ты студент?

Ты можешь участвовать в научно-исследовательских и опытно-конструкторских работах, в работе лабораторий, связанных с исследованием инфраструктуры, индустриализации и инновационного развития, эффективности процессов генерации инноваций, делать собственные исследования. Кроме того, ты можешь создать свой проект и продвигать его, например, посредством всероссийского фестиваля университетских технологических проектов [14].

Также можно на волонтерских началах оказывать помощь в благоустройстве деревень и иных населённых пунктов, нуждающихся в поддержке. Ты можешь помочь в облагораживании территорий и внешнего вида зданий детских домов и школ, требующих улучшения инфраструктурных условий.

Подробнее о Цели 9:



Цель 10: Сокращение неравенства внутри стран и между ними

Минимизация неравенства на национальном и мировом уровнях является ещё одним важным шагом для достижения всеобщего благополучия и поддержания устойчивого развития в глобальной перспективе.

Для достижения данной цели были выделены следующие задачи. Необходимо обеспечить стабильный рост доходов наименее обеспеченной доли населения, а также предоставить всем людям без исключения возможность активно участвовать в социальной, экономической и политической сферах [15]. Важно положить конец всем дискриминационным законам, политике и практикам, разрабатывать и применять политики, направленные на достижение равенства возможностей [15]. Также следует увеличить реальную вовлечённость развивающихся стран в принятие решений глобальными международными организациями, связанными с экономикой и финансами [15]. Кроме того, важно разработать и проводить качественную миграционную политику, способствующую протеканию миграции и мобильности людей в безопасной, упорядоченной и законной форме [15].

Как помочь, если ты студент?

Ты можешь привлечь внимание своего вуза к проблемам и самостоятельно оказывать поддержку и помогать обеспечивать равный доступ ко всем ресурсам университета студентам из развивающихся стран, студентам, которые первые в семье получают высшее образование, студентам и сотрудникам с ограниченными возможностями здоровья.

Например, ты можешь выступить с инициативой создания системы тактильной навигации, установки пандусов и подъёмников для входа в университетские здания, оборудования санитарно-гигиенических комнат, улучшения условий размещения студентов в

общежитиях. Это поможет сделать университет более доступным для людей с ограниченными возможностями здоровья, обеспечить равный доступ к образованию для всех.

Подробнее о Цели 10:



Цель 11: Обеспечение открытости, безопасности, жизнестойкости и экологической устойчивости городов и населённых пунктов

Ответственное планирование и проведение экологически устойчивой, безопасной, стойкой и открытой урбанизации также важны для обеспечения устойчивого развития и благополучия людей во всём мире.

Для достижения данной цели были сформулированы следующие задачи. Во-первых, необходимо сделать недорогое и качественное жильё и базовые услуги доступными для всех без исключения [16]. Следует построить безопасные, устойчивые и доступные для всех транспортные системы, поощрять использование общественного транспорта вместо личного [16]. Необходимо масштабировать устойчивую урбанизацию посредством помощи в данной области наименее обеспеченным регионам, а также уделять особое внимание повсеместному сохранению культурного и природного наследия [16]. Требуется минимизировать негативное влияние городов на окружающую среду, работая над вопросами улучшения качества воздуха и корректной утилизации отходов [16]. Также следует сделать безопасные и качественно спланированные зелёные зоны и места общественного пользования доступными для всех [16]. Эффективная кооперация между городами, пригородами и сельской местностью по экономическим, социальным и экологическим вопросам также важна для эффективного планирования развития региона или страны [16].

Как помочь, если ты студент?

Ты можешь участвовать в проектах, связанных с урбанистикой и городской средой, предлагать свои инициативы общественной палате по формированию комфортной городской среды в своём регионе. Так, к примеру, можно участвовать в экспедициях университета, направленных на изучение и сохранение истории, культуры, языка какого-либо региона или населённого пункта.

На волонтерских началах можно поддерживать работу музеев, галерей, библиотек, театров.

Студенты, особенно проживающие в университетских общежитиях, могут инициировать улучшения их инфраструктуры и качества жилья, самостоятельно делать шаги в сторону экологичности. Эти меры можно привнести и в здания и территории университета, сделать учебную среду более комфортной и безопасной.

Подробнее о Цели 11:

Цель 12: Обеспечение перехода к рациональным моделям потребления и производства

Для развития мировой экономики в долгосрочной перспективе важно трансформировать текущие практики производства и потребления, сделав их более устойчивыми [17]. Однако пока данная цель не была достигнута полностью. Так, к примеру, треть всей ежегодно производимой в мире еды остаётся гнить в мусорных баках или портится в результате неправильных условий на этапе сбора урожая или транспортировки [17]. Такое количество пищевой продукции примерно равно 1 триллиону американских долларов [17].

Для достижения данной цели важно производить меньшее количество отходов и повсеместно внедрять устойчивые практики повторного использования и переработки мусора, а также добывать и использовать ресурсы планеты в объёме, не превышающем действительно необходимый [17]. Кроме того, требуется минимизировать негативное влияние разных видов отходов на окружающую среду и здоровье и благополучие людей [17]. Также важно рационально потреблять продукты питания и значительно уменьшить количество пищевой продукции, приходящей в негодность из-за неправильных условий производства, хранения и перевозки [17]. Следует рассказывать людям об устойчивом образе жизни и экологических практиках потребления и утилизации отходов, а также рекомендовать компаниям имплементировать устойчивые модели производства и ресурсопользования [17].

Как помочь, если ты студент?

В первую очередь ты можешь участвовать в продвижении стратегий по снижению использования пластика в рамках факультета, кампуса вуза, района и так далее, в зависимости от своих сил и возможностей. Кроме того, параллельно необходимо подавать друзьям и знакомым личный пример. Например, приобрести многоразовую термочашку и использовать её при посещении столовых

или кафе – вместо использования одноразовых пластиковых стаканов, отдавать на переработку пластик, стекло и бумагу. Можно помогать это делать людям, которым по различным причинам сложно включать в свою жизнь такие меры, в рамках социального волонтерства.

Кроме того, немаловажной является помощь экоорганизациям и экоклубам. Сегодня во многих вузах действуют студенческие экоклубы, занимающиеся просвещением учащихся и преподавателей о рациональном потреблении, стратегиях контроля отходов. Очень часто таким клубам нужна помощь – начиная от поиска и публикации материалов, заканчивая организацией экофестивалей. При поддержке клуба возможна и реализация более масштабных проектов, таких как установка контейнеров для раздельного сбора отходов по всему кампусу университета или даже в общежитиях [18, 19].

Подробнее о Цели 12:

Цель 13: Принятие срочных мер по борьбе с изменением климата и его последствиями

Эффективная борьба с изменением климата и его последствиями является одним из ключевых компонентов устойчивого развития нашей планеты и обеспечения всеобщего благополучия. Однако соответствующие меры необходимо принять незамедлительно, чтобы избежать разрушительного воздействия на региональную и мировую экономику и благополучие людей [20].

Для достижения данной цели следует повсеместно увеличить резистентность и адаптируемость к экстремальным климатическим явлениям и стихийным бедствиям [20]. Кроме того, необходимо инкорпорировать меры реагирования на климатические изменения, различные виды планов развития на национальном уровне, а также повысить осведомлённость населения по вопросам изменения климата, его последствий и того, как с ними справляться, адаптироваться, и, по возможности, предупреждать их [20].

Как помочь, если ты студент?

Ты можешь предоставить свою помощь как волонтер, стать частью как международных организаций, так и объединений местного масштаба. Ты можешь осуществлять агитационную и просветительскую деятельность, а также непосредственно участвовать в программах по сохранению окружающей среды или уменьшению последствий загрязнения. Важно помнить, что даже небольшой индивидуальный вклад может оказать существенное влияние.

Кроме того, твоя научная деятельность, которая может заключаться в публикации статей, книг, курсовых, кандидатских и докторских работ, посвящённых темам, связанным с устранением последствий изменений климата и будущей борьбе с этим явлением, оказывает непосредственное влияние на повышение осведомлённости и привлечению внимания к Цели 13. В научных работах можно развивать темы возможных стратегий борьбы, которые

могут быть эффективны, в особенности с экономической точки зрения.

Если у тебя есть желание глубже погрузиться в исследования по данной теме, можно присоединиться к уже существующим лабораториям и проектам. Например, в НИУ ВШЭ существует [Научно-учебная лаборатория экономики изменения климата](#), специализирующаяся конкретно на данном вопросе.

Подробнее о Цели 13:



Цель 14: Сохранение и рациональное использование океанов, морей и морских ресурсов в интересах устойчивого развития

Морские ресурсы и экосистемы нашей планеты крайне ценны, и особые меры должны быть направлены на их сохранение и рациональное использование для поддержания устойчивого развития мира и всеобщего благополучия.

Для достижения данной цели необходимо, во-первых, минимизировать загрязнение морских и прибрежных экосистем вследствие действий человека, а также следить за их рациональным использованием и принимать меры по их восстановлению [21]. Кроме того, важно ликвидировать перелов рыбы и разработать эффективные меры регулирования добычи рыбных ресурсов и их восстановления, а также побороть последствия закисления океана [21]. Следует активно вести научные исследования в области данной цели устойчивого развития, в том числе и международные, и делиться их результатами и опытом внедрения с другими странами [21]. Также важно сделать экономически выгодным применение устойчивых практик использования морских ресурсов для развивающихся стран и повсеместно обеспечить соблюдение правовых норм, установленных Конвенцией ООН по морскому праву [21].

Как помочь, если ты студент?

Повышение общественной осведомлённости о проблемах, с которыми мы сталкиваемся сегодня, и необратимых последствиях, которые приведут к исчезновению 459 видов морских обитателей [22] только из-за некоммерческого улова, что приведёт к кризису всей рыболовецкой промышленности. Такое усилие уже является значительным вкладом в решение Цели 14.

Важно уменьшать использование пластика в своей жизни, сдавать его на переработку, таким образом подавая пример и попу-

ляризируя заботу об океанах и морях. Помимо просветительской деятельности, если специализируешься в сфере биотехнологий, биоинженерии и т. д., ты можешь приложить усилия в изобретении и развитии инновационных технологий для очищения водных ресурсов и спасения вымирающих видов.

Подробнее о Цели 14:

Цель 15: Защита и восстановление экосистем суши и содействие их рациональному использованию, рациональное лесопользование, борьба с опустыниванием, прекращение и обращение вспять процесса деградации земель и прекращение процесса утраты биоразнообразия

Охрана, восстановление и рациональное использование экосистем суши, восстановление лесов, опустыненных и деградировавших земель и почв, а также сохранение биологического разнообразия нашей планеты является ещё одним важным аспектом устойчивого развития и обеспечения всеобщего благополучия.

Для достижения данной цели необходимо, во-первых, рационально использовать ресурсы пресноводных экосистем и поддерживать их сохранение, защиту и восстановление, поддерживать биоразнообразие, сохраняя и не допуская исчезновения видов, а также увеличить финансирование действий, направленных на решение данных задач [23]. Кроме того, следует эффективно бороться с опустыниванием и восстанавливать подвергшиеся негативному воздействию участки земель [23]. Также важно остановить обезлесение и повсеместно увеличить лесонасаждения и восстановление пострадавших лесных массивов [23]. Браконьерство и контрабанда видов, находящихся под охраной, должны быть ликвидированы [23]. Необходимо остановить распространение инвазивных видов и минимизировать их негативное влияние на наземные и водные экосистемы [23].

Как помочь, если ты студент?

Ты можешь внести свой вклад в достижение Цели 15 путём создания и участия в проектах, направленных на защиту земельных ресурсов от загрязнения, спасения вымирающих видов животных и растений. Если учредить собственный проект будет слишком сложно, всегда можно присоединиться к уже существующим научным лабораториям, исследующим развитие городов.

Кроме того, огромным вкладом станут исследовательские работы на тему рационализации использования лесов и иных биологических ресурсов. Эти работы могут быть реализованы как по инициативе самого студента, так и в рамках курсовой или дипломной работы. При этом многие студенты могут предложить способы развития этой области, изыскав решения к таким аспектам деятельности, как система управления цепями поставок и снабжения для обеспечения условий выполнения цели.

Отдельным пунктом стоит упомянуть возможность оказания волонтерской помощи НКО, которые ставят перед собой цель защитить окружающую среду от загрязнений, помочь в увеличении популяций живых существ, находящихся на грани вымирания. Ты можешь содействовать популяризации этих движений, а также принимать непосредственное участие в работе данных организаций.

Подробнее о Цели 15:



Цель 16: Содействие построению миролюбивого и открытого общества в интересах устойчивого развития, обеспечение доступа к правосудию для всех и создание эффективных, подотчётных и основанных на широком участии учреждений на всех уровнях

Создание открытого, мирного общества, в котором соблюдаются права и свободы человека, каждому обеспечена возможность получить необходимую правовую помощь и участвовать в деятельности репрезентативных органов, также важно для всеобщего благополучия и устойчивого развития нашей планеты.

Так, для достижения данной цели следует поддерживать верховенство права во всём мире, обеспечить всеобщий доступ к правосудию, а также эффективно бороться с преступностью [24]. Необходимо повсеместно сократить случаи насилия в любом виде и снизить смертность в результате насильственных действий [24]. Коррупция и взяточничество должны быть значительно сокращены, деятельность и функции учреждений всех уровней должны стать более прозрачными [24]. Кроме того, важно обеспечить и поощрять участие всех групп населения в процессе принятия важных для общества решений и повсеместно предоставить людям доступ к информации, а также следить за реализацией основных прав и свобод человека [24].

Как помочь, если ты студент?

Несмотря на некоторую сложность данной цели, ты можешь способствовать и её выполнению, участвуя в проектах, связанных с исследованиями гражданского общества, некоммерческого сектора, стимулов и предпочтений экономических агентов в разных сферах жизни общества. Также ты можешь стажироваться в [Центре правового сопровождения экспертной и исследовательской деятельности](#), чтобы впоследствии оказывать правовую поддержку гражданам в решении юридических вопросов. Публикация исследовательских

статей на темы, связанные с обеспечением всех слоёв общества доступом к правосудию, может также оказать значительное влияние на достижение Цели 16.

Ты можешь оказывать посильную помощь в соблюдении всех правовых норм на территории самого университета. Например, принять участие в жизни студенческого совета, содействовать студентам, оказавшимся в затруднительных ситуациях, привлекать внимание к возможным неправомерным действиям, если становишься их свидетелем. Соблюдение этического кодекса студентами и сотрудниками университета на парах, экзаменах и в работе также важно.

Подробнее о Цели 16:

Цель 17: Укрепление средств осуществления и активизация работы в рамках Глобального партнёрства в интересах устойчивого развития

Особенно важным аспектом достижения повсеместного благополучия людей и устойчивого развития нашей планеты является уважительное и равноправное международное сотрудничество и взаимопомощь.

Для достижения данной цели странам требуется, во-первых, оказывать финансовую поддержку развивающимся странам и поощрять инвестиции для достижения ими целей устойчивого развития [25]. Кроме того, необходимо усовершенствовать политику, направленную на поддержание устойчивого развития, и повысить стабильность макроэкономики в глобальной перспективе [25]. Необходимо продолжать эффективное партнёрство между различными стейкхолдерами как на международном, так и на национальном уровнях, и содействовать взаимному обмену знаниями и технологиями, способствующими достижению всеобщего благополучия и устойчивого развития [25]. Также важно расширить тематический спектр и качество собираемых данных, которые впоследствии дадут больше важной информации для принятия решений и формирования дальнейших стратегий и политики на региональном и международном уровнях в интересах устойчивого развития [25].

Как помочь, если ты студент?

С первого взгляда кажется, что ты не можешь оказать влияние на взаимоотношения своего университета с НКО, НПО, МНПО и государственными органами, однако это не так. Участие в кейс-чемпионатах, бизнес-инкубаторах не только предоставляет уникальный опыт для учащихся, но и оказывает экспертную помощь в том числе и перечисленным выше организациям в стратегическом планировании.

Другим немаловажным аспектом, рассматриваемым в рамках Цели 17, является предоставление возможности студентам получить

стажировку не только в отечественных компаниях, но и международных предприятиях. Учащийся, прошедший стажировку в одной из организаций-партнёров, не только получает новый опыт, но и является посредником по предоставлению кадров и повышению академических навыков учащихся. Это одна из причин существования, например, [«Программы стажировок работников и аспирантов российских вузов и научных организаций в НИУ ВШЭ»](#).

Студенты, которые ведут исследовательскую деятельность в сфере местных, региональных, федеральных и международных со-трудничеств университета с компаниями разных организационных форм, также оказывают ощутимое содействие в достижении ЦУР 17. К тому же ты можешь участвовать в межрегиональных экспедициях, направленных на передачу опыта и знаний, помощи культурным и социальным институтам других регионов.

Подробнее о Цели 17:



Библиография

- [1] <https://www.un.org/sustainabledevelopment/ru/poverty/>
- [2] <https://www.un.org/sustainabledevelopment/ru/hunger/>
- [3] https://www.un.org/ru/development/devagenda/pdf/Russian_Why_it_matters_Goal_2_ZeroHunger.pdf
- [4] <https://www.un.org/sustainabledevelopment/ru/health/>
- [5] <https://vk.com/trackandfield.hsespb>
- [6] <http://thatssohse.info/2852922/>
- [7] <https://www.un.org/sustainabledevelopment/ru/education/>
- [8] <https://www.un.org/sustainabledevelopment/ru/gender-equality/>
- [9] <https://www.un.org/sustainabledevelopment/ru/water-and-sanitation/>
- [10] <https://www.un.org/sustainabledevelopment/ru/energy/>
- [11] <https://yearbook.enerdata.ru/renewables/renewable-in-electricity-production-share.html>
- [12] <https://www.un.org/sustainabledevelopment/ru/economic-growth/>
- [13] <https://www.un.org/sustainabledevelopment/ru/infrastructure-industrialization/>
- [14] <https://fest.hse.ru/>
- [15] <https://www.un.org/sustainabledevelopment/ru/inequality/>
- [16] <https://www.un.org/sustainabledevelopment/ru/cities/>
- [17] <https://www.un.org/sustainabledevelopment/ru/sustainable-consumption-production/>
- [18] https://green.hse.ru/separate_collection
- [19] <https://vk.com/hsegreen>
- [20] <https://www.un.org/sustainabledevelopment/ru/climate-change/>
- [21] <https://www.un.org/sustainabledevelopment/ru/oceans/>

[22] <https://www.worldwildlife.org/species-categories/marine-animals/species/directory>

[23] <https://www.un.org/sustainabledevelopment/ru/biodiversity/>

[24] <https://www.un.org/sustainabledevelopment/ru/peace-justice/>

[25] <https://www.un.org/sustainabledevelopment/ru/globalpartnerships/>

Социальное волонтерство в университете

Социальная ответственность формирует часть корпоративного взгляда на общество. Университет добровольно принимает дополнительные меры для повышения качества жизни студентов, специалистов, работников и их семей, а также местного сообщества и общества в целом.

Сейчас всё чаще можно слышать, что способность безвозмездно приносить благо становится необходимым элементом. С её помощью мы создаём и распространяем социальное благополучие – и воплощаем его в жизнь посредством различных инициатив.

Подобные инициативы в большинстве своём относятся к так называемому «третьему сектору» общества (два других – это государство и рынок). Один из социологов справедливо назвал «третий сектор» частно-социальным, или частно-политическим. Частно-социальный сектор состоит из отдельных частных групп, давно существующих (школа, семья) или недавно созданных (волонтерство, свободные ассоциации, негосударственные организации). Эти группы приносят большую пользу в создании общественных благ и солидарности и при должной поддержке могут достичь больших целей.

Человеческое достоинство

Весь смысл волонтерства в университете заключается в признании ценности каждого человека, во взаимном уважении и свободе. Благодаря волонтерской деятельности мы отвечаем другим бескорыстными поступками и ведём уважительный диалог о человеке и его достоинстве.

Достоинство является центральным понятием прав человека и одним из основных понятий нравственности. Мораль требует уважения к достоинству человека независимо от его происхождения, статуса и убеждений. Право требует равенства перед законом, равенства притязаний людей на достоинство и его защиту.

«Достоинство человека» в своей теории рассматривал Фома Аквинский. С помощью этого понятия он сформулировал универсальные обязанности человека по отношению к другим и вывел нормативное требование относиться к обладателю достоинства по эквивалентному критерию: «Относиться хорошо к другим ради себя».

Достоинство, в понимании И. Канта, соответствует и присуще личности, долгом которой является уважение достоинства, т. е. личности в каждом другом человеке. «Каждый имеет законное право требовать уважения со стороны окружающих, и потому сам обязан уважать их достоинство. Гуманность сама по себе является достоинством; поэтому человек не может рассматриваться (ни кем-либо, ни самим собой) лишь как средство, но всегда должен рассматриваться как цель, и в этом его достоинство (личность)... он обязан признавать достоинство человечности каждого; поэтому на него возлагается обязанность по отношению к каждому другому человеку – обязанность уважать достоинство личности. Презрение по отношению к окружающим несовместимо с чувством долга, противоречит указанной обязанности; лишь в этом случае можно говорить о человеческой личности» (Kant I. *Grundlegung zur Metaphysik der Sitten*. Stuttgart, 2008. S. 72–80).

Фома Аквинский и Иммануил Кант писали о «достоинстве человека», а Аристотель в «Никомаховой этике» утверждал взаимосвязь достоинства и подходящего воспитания в духе морального, добродетельного способа бытия с приобретением значимых достойных качеств. Неся в себе источник достоинства, стремясь к нему, человек своими умственными и морально-волевыми усилиями, ответственными поступками утверждает своё достоинство в реальном мире. Действуя достойно, мы «становимся достойными». Условиями полноценного воплощения достоинства является не ограниченность, а вся полнота бытия.

Благодаря таким качествам, как добродетель и рассудительность, человеку становится возможным актуализировать своё до-

стоинство, реализовать своё предназначение, поскольку «добродетель является основой для определения благородной цели, а рассудительность – правильным способом её достижения».

Достойный человек, считает Аристотель, – это счастливый человек, поскольку его поступки и мысли согласовываются с принципом добродетели. Добродетельные поступки «дают наслаждение сами по себе», поэтому не может быть достойным человек, «которого не радуют прекрасные поступки».

На этот призыв много лет назад Хосемария Эскрива (первый канцлер университета Наварры в Испании) ответил такими словами: «Университет должен вносить в прогресс человечества вклад первостепенной важности. В жизни народов много сложных проблем – духовных, культурных, общественных и т. п., и университет тесно с ними связан. Мало стремиться к труду на общее благо. Чтобы стремление это не было бесплодным, нужно сформировать людей, способных хорошо к нему подготовиться, и передать другим плоды своих успехов».

«Университет должен воспитывать в студентах дух служения, чтобы они служили обществу, способствуя общему благу и своей непосредственной работой, и своей общественной деятельностью. Человек, окончивший университет, должен знать, что такое ответственность, здраво беспокоиться о чужих делах, обладать тем величием души, которое не позволит эти дела обойти и находить для них наилучшее решение. Всё это университет и обязан дать ему, (...) одним словом, университет должен быть открыт для всех и, с другой стороны, должен так воспитывать студентов, чтобы их будущая работа приносила всем пользу.

Нередко вся эта солидарность сводится к устным и письменным декларациям, а то и к бесплодным, если не опасным авантюрам. Что касается меня, я верю в солидарность и отвечаю действенным служением. Я знаю тысячи студентов – и наших, испанских, и в других странах, – которые не создают удобный частный мирок, а служат людям своим прямым делом, исполняя его как можно лучше – пре-

подают, ведут научную или общественную работу и т. п., не старея душой и не теряя радости».

Фарес Ибрагим Сами Амр, студент Университета Наварры: «Волонтерство делает нас человечнее, оно меняет общество в лучшую сторону. К тому же это прекрасное времяпрепровождение».

Мария Руис, студентка Университета Наварры: «Для меня быть волонтером – значит заниматься решением мировых проблем. Это помогает мне оставаться собой, это возможность найти своё призвание в том, чтобы помогать людям, которые нуждаются в помощи».

Альмудена дель Кампо, студентка Университета Наварры: «Когда я впервые пришла на собрание волонтеров, мне сказали, что можно для всего найти время, ведь получаешь вдвое больше, чем отдаёшь. Мне захотелось убедиться в этом на собственном опыте... А ведь это действительно так!»

Волонтерство не может быть «построено сверху» или сконструировано насильно. Оно всегда существует в нашей жизни, ибо по сути это милосердие, это отклик сердца на чужую боль, страдание, надежду. В добровольчестве одним из определяющих моментов является некая тайна, неопределённость, незаданность той формы и даже содержания, что рождается в сердце каждого добровольца как отклик на чью-то беду. Сердцу нельзя приказать, оно открывается тогда, когда само знает. И именно эта тайна делает добровольчество чудом служения, делает его воплощением человеческой воли в добро. Тут коренится тайна волонтерской энергии.

Часто волонтеры – это люди, стремящиеся к самореализации, к общению с единомышленниками, к профессиональному росту; они ищут среду поддержки, понимания и досуга. Это те, кто нашёл некий тонкий баланс между своим запросом на заработок, карьерой и т. д. и стремлением служить ближним, сделать что-то доброе.

Волонтерство – своего рода союз или партнёрство между несколькими сторонами, где у каждого свои права и обязанности, свои границы. В этот союз, как правило, входят:

- университет;
- организации (больницы, детские дома, приюты, дома престарелых и т. д.), на попечении которых находятся благополучатели;
- сами благополучатели (дети, инвалиды и др.);
- благотворительная волонтерская организация;
- сам волонтер.

Стать волонтером – значит войти в группу, стать её участником. Есть, конечно, отдельные направления-исключения (работа с подопечными на дому, pro bono волонтерство), и всё же очевидно, что только в группе есть взаимная поддержка, безопасность, ответственность и обмен опытом, досуг, общение и дружба в среде единомышленников, опыт группового взаимодействия, распределение обязанностей и многое другое, что так часто ищут потенциальные волонтеры. У многих есть желание сделать что-то доброе, но есть и опасения. Именно группа даёт возможность добровольцам начать своё дело, своё служение, встать на ноги и обрести опыт.

Что такое волонтерская организация?

Волонтерская организация – это прежде всего устойчивое сообщество волонтеров (или добровольцев, что одно и то же), существующее для помощи кому-то или для решения какой-то общественной проблемы. Волонтеры – люди, которые помогают своим личным участием. Их ресурс – их время, силы, умения, но никак не деньги.

Волонтерская организация характеризуется следующим: люди объединены и сплочены некими базовыми сущностными ценностями. Смысл их единства – не прибыль или иная личная выгода, а оказание добровольной помощи. Речь, к примеру, может идти о помощи детям с онкологическими заболеваниями. Есть ребёнок, он болеет, ему нужны не только лекарства и врачебная помощь, но и кровь, досуг, творчество, самореализация. Помочь ребёнку, дать ему всё это и есть ценность, ради которой волонтеры объединяются.

Волонтерская организация должна быть организованной. Задачи и функционал должны быть распределены между людьми. Должна быть иерархия – она обычно складывается стихийно и основана на неформальном лидерстве.

Конечно, волонтеры – те, кто добровольно, на равных вступают в сообщество. Каждый из них сам по себе никому ничего не должен. Но даже в сообществе равных есть люди, которые готовы принимать серьезные решения и готовы нести большую ответственность.

Волонтерская организация строится вокруг неформальных лидеров, ярких личностей, готовых вести за собой большинство. Безусловно, для осуществления благотворительной деятельности лидеры должны обладать формальными полномочиями и ресурсами. Но это вторично по отношению к харизме. Кстати, именно поэтому волонтерские сообщества очень разные. Они часто так или иначе выстроены вокруг лидера.

Основной ресурс волонтерской организации – люди, их отношения, их внутренние и внешние связи.

Эффективность волонтерства

В современном мире отношение к высшему образованию значительно меняется как у работодателей, так и у студентов. Для работодателей важны не только теоретические знания выпускников вузов, полученные в лекционных залах и на лабораторных занятиях, но и так называемые *soft skills* (социальные навыки) – умение проводить переговоры, управлять проектами, публично выступать, анализировать информацию и многие другие.

Чтобы открыть новые части света, нужно иметь смелость потерять из виду старые берега.

- Эффективность волонтерства – это сумма талантов каждого из тех, кто участвует: то, что у одного может быть недостатком, у других является сильной стороной.
- В конце концов сумма знаний, квалификаций и общее отношение приводят наше дело к успеху и эффективности.
- Проанализируем каждую из компетенций в характерном образе действий человека, что поможет нам идентифицировать эту компетенцию у нас, обозначить симптомы её отсутствия, выскажем некоторые соображения по компетенциям и, наконец, дадим несколько рекомендаций для улучшения каждой из компетенций.

Развитие компетенций

Чтобы иметь компетенцию, необходимо обладать набором ресурсов и использовать его. Кроме того, «знать» значит не «владеть», а «использовать». Компетенции должны служить не только для того, чтобы «делать», но и чтобы «сделать».

Служение людям

Способность удовлетворять нужды людей, заботясь обо всех деталях взаимоотношений и отвечая на просьбы и предложения.

Предполагает комбинирование общих принципов с гибкостью, чтобы приспособиться к любому человеку и ситуации. В то же время служит критерием организованности и умения расставлять приоритеты в своей деятельности.

Вопросы к размышлению

Умею ли я определять реальные нужды других?

Посвящаю ли я время тому, чтобы обдумать, как улучшить услугу, которую я предоставляю своей волонтерской работой?

Коммуникация

Умение слушать и способность транслировать идеи эффективно, используя подходящий канал в подходящий момент, предоставляя конкретные данные в поддержку своих наблюдений и выводов.

Подразумевает высказывание идей и мнений в убедительной форме, принимая во внимание нужды, идеи и мнения собеседника.

Вопросы к размышлению

Могу ли я удержать внимание в течение всей беседы?

Способен ли я сосредоточиться, пока собеседник мне ещё что-то объясняет?

Выбираю ли я подходящие момент и манеру для передачи информации?

Командный дух

Расположенность к межличностным отношениям и сотрудничеству с коллегами. Поощряет дух товарищества, коммуникации и доверия между членами команды.

Вопросы к размышлению

Действительно ли я являюсь частью команды или скорее частью простой группы без межличностного сотрудничества?

Вижу ли я рабочие собрания как что-то, что меня обогащает, или же считаю их потерей времени?

Тяжело ли мне отказываться от части моей независимости ради лучшей работы команды?

Ученичество

Расположенность к получению новых знаний, развитию навыков, открытость к изменениям для того, чтобы освоить техническую область или дисциплину и, если необходимо, знания в других областях и дисциплинах. Ученичество также предполагает развитие критического рефлексивного мышления.

Вопросы к размышлению

Есть ли у меня сейчас ясная и конкретная цель личного и профессионального совершенствования?

Достаточно ли мне терпения и твёрдости для того, чтобы отслеживать свои слабости и стараться их исправить?

Стараюсь ли я почерпнуть новое из новых ситуаций, даже если это требует дополнительных усилий?

Смог ли я исправить какую-нибудь негативную привычку в последнее время?

Самопознание

Способность познавать и анализировать свои собственные поступки и черты характера, чтобы определить области личного и профессионального развития, нуждающиеся в улучшении.

Можно сказать, что самопознание – это первая компетенция к работе: точка запуска для диагностики сфер персонального развития.

Это не холодный самоанализ, а средство для самосовершенствования: понять и принять свои ограничения и ошибки в поисках личного совершенствования.

Вопросы к размышлению

Часто ли я беру на себя задачи, которые превышают мои возможности?

Мне тяжело признавать ошибки? Ищу ли я виновных вокруг? Вижу ли я в обоснованной критике возможность совершенствования?

Умею ли я опираться на свои сильные стороны, чтобы компенсировать свои слабости?

Прошу ли я помощи, когда не знаю, как выполнять какую-либо задачу?

Лидерство

Способность достигать компромисса с коллегами и сотрудниками, вселяя в них уверенность, наполняя смыслом их работу и мотивируя их на достижение результата; снабжая их необходимой информацией и ресурсами, энергично и под личную ответственность.

Лидерство – это искусство, которое требует от человека определённой харизмы. Однако лидером не рождаются, лидером становятся.

Важно, чтобы люди, руководящие рабочими командами и коллективами, были способны мотивировать всех членов команды, спланировать их, перенимая лучшее от каждого, сохранять ясность цели до её достижения.

Лидерство проявляется в сложные моменты, когда необходимо наибольшее усилие или наибольшее доверие для достижения цели.

Вопросы к размышлению

Работаю ли я сам, в первую очередь, с пониманием миссии?

Достаточно ли я требователен к себе, прежде чем требовать что-то от остальных?

Достаточно ли я прилагаю усилий, чтобы объяснять своим коллегам смысл работы?

Полностью ли я доверяю, когда делегирую какое-либо дело другому человеку? Беспokoюсь ли я, если не спрашиваю постоянно, как идут дела?

Инициатива

Способность демонстрировать предприимчивость, энергично и с личной ответственностью иницируя и побуждая необходимые изменения.

Иметь инициативу – значит брать на себя ответственность сделать так, чтобы что-то произошло, избегая пассивного отношения «пусть другие решают» и не ожидая, что вопрос разрешится сам по себе.

В каждой работе есть поле для личной инициативы, но также существует риск, что мы предпочтём ждать, пока наши проблемы не решит за нас кто-то выше в иерархии.

Вопросы к размышлению

Действительно ли я верю в возможность перемен, которые ведут к лучшему?

Всегда ли ищу, что улучшить в моём окружении?

Способен ли я увидеть вокруг себя возможности для перемен?

Ограничиваюсь ли я тем, чтобы констатировать, что в моём окружении что-то не работает, или я принимаюсь за работу для изменения ситуации к лучшему?

Принятие решений

Принятие решений – точная наука. Это искусство, в котором задействовано множество неизвестных, способность анализировать ситуации и видеть возможные альтернативы их решения, а также критическая деятельность, в любой сфере деятельности человека.

Чтобы принимать решения адекватно, необходимо:

- Ясно определить проблему или ситуацию, по которой нужно принять решение.
- Идентифицировать как можно больше возможных альтернатив, чтобы выбрать лучшую из них.

- Предвидеть последствия каждой возможной альтернативы.
- Определить критерии, основываясь на которых будет принято решение.
- Выбрать, в соответствии с критериями, лучшую из альтернатив.

Вопросы к размышлению

Достаточно ли времени я посвящаю определению проблемы, или перехожу прямо к её решению, не проходя все этапы оценки?

Анализирую ли каждую инициативу, сравнивая «за» и «против», или я теряю терпение до того, как достичь целостного решения?

Опираюсь ли я критериями, важными для организации в момент принятия решения, или я базируюсь на частичных данных?

Автономия

Стремление искать для своей работы решения или изменения, которые бы улучшали глобальные результаты без ожидания внешних толчков для таких действий.

Автономия – это компетенция, тесно связанная с принятием решений и инициативой. Фактически у этих трёх компетенций есть аспекты, которые накладываются друг на друга.

Автономия имеет важный нюанс видения в ансамбле и глобального знания собственных зон ответственности и задач внутри всей совокупности организации и того, что входит в обязанности других в группе.

Вопросы к размышлению

Сознаю ли я, что являюсь частью организации, в которой функционирование каждой детали имеет значение?

Смотрю ли я вокруг, чтобы увидеть, в чём могут нуждаться другие подразделения, или предпочитаю концентрироваться только на своих делах, чтобы не усложнять себе жизнь?

Беру ли я на себя риск принимать решения так, чтобы не переносить проблемы на других внутри организации?

Этика волонтерства

Волонтер, как и любой специалист, должен быть грамотным в своей области деятельности, понимая, с кем он работает. Для оказания социальной помощи детям-сиротам и оставшимся без попечения родителей, детям с особенностями, взрослым и детям в трудной жизненной ситуации волонтеры должны знать некоторые важные правила.

Данное пособие поможет научиться ставить цели и задачи, планировать и прогнозировать.

Волонтер должен обладать такими качествами, как гуманность, справедливость, толерантность, бескорыстие, честность. Кроме того, для волонтера важны сознательное и разумное использование собственных качеств, в особенности дифференцированное применение навыков общения; ответственность и самодисциплина. Необходимы личностные качества, позволяющие располагать к себе разных людей, вызывать доверие, желание сотрудничать; умение помогать и в то же время не позволять собой манипулировать. Волонтерство – особая стезя, где человек многое открывает для себя заново.

Как стать волонтером?

1. Если у тебя появился такой вопрос, значит, ты хочешь принести в мир что-то доброе! И это самое главное. Желание и есть ниточка, за которую надо держаться, чтобы прийти к результату.

2. Давай разберёмся, кто такой волонтер. Волонтер – это тот, кто действует по свободной воле: сам захотел и сам выбрал, что делать. Ресурс волонтера – его личное время, силы, умения и навыки.

3. В большинстве случаев волонтер – работник непрофессиональный. То есть работает и помогает так, как умеет.

4. Волонтерство – это личная ответственность, от которой иногда зависит очень многое, даже чья-то жизнь. Свобода должна уравнове-

шиваться ответственностью. Если чувства личной ответственности нет, лучше отказаться от волонтерства.

5. Благополучатели чаще всего нуждаются в серьезной, регулярной, долгосрочной помощи. Значит, невысокая квалификация волонтера и его небольшой опыт могут быть компенсированы только личным выбором подходящей и интересной работы. И – личной ответственностью.

6. Волонтер помогает только трудом, участием, заботой, вниманием и т. д., но никак не деньгами. Не стоит смешивать эти темы в отношении одного подопечного.

7. Кандидат в волонтеры должен задать себе вопросы: что конкретно я хочу? кому и как я готов помогать? тушить пожары? играть с детьми в больнице? учить сирот в детдомах полезным навыкам? помогать медицинскому персоналу в уходе за отказниками? заботиться о чистоте парков и скверов в городе? быть модератором сайта? помочь с написанием статей? Пока ответ не найден, бессмысленно двигаться дальше.

8. Если ответ готов, следует осознать, что мешает и есть ли опасения? Неизвестность – куда, что и как? Незнание – кто направит и научит? Неумение? Боязнь остаться наедине с проблемой? Возможно, что-то ещё?

9. И главное: волонтеры редко ходят по одному. Более того, к подопечным их самих по себе не допустят. И это правильно! Существуют благотворительные организации (фонды, волонтерские движения), вместе и под именем которых работают волонтеры. Такая организация – это бренд, авторитет, ясная тема (к примеру, помощь сиротам), специализация на конкретном виде помощи (обучение детей в детских домах), опыт, умение работать с волонтерами и организовывать их труд.

10. Следующий шаг – выбор организации, соответствующей личному запросу кандидата. И именно в выбранной организации следует прояснять все свои опасения и тревоги.

11. Кандидату необходимо помнить, что его запрос на волонтерскую помощь – это его мечты, его фантазии, надежды и опасения. Волонтерские организации, со своей стороны, – это конкретная работа и конкретные люди (руководство, коллеги, подопечные), что уже существуют. Выбор организации и подопечных – всегда компромисс между мечтой и реальностью.

12. Как выбрать и проверить организацию? Есть формальные признаки: уставные документы, сайт, команда, описание деятельности, карта и календарь событий, внутренние правила, наличие обучения и поддержки, командная работа. Как правило, эту информацию можно прочесть на сайте или обговорить с представителем организации. Это база для принятия решения.

13. Есть и неформальные признаки: комфортность, степень совпадения с мечтой, личные отношения, выполнимость правил, поддержка, оказанное внимание и т. д. Всё это можно прояснить при личном знакомстве во время беседы с представителем организации или во время испытательного срока при взаимодействии с подопечными, другими волонтерами и координатором деятельности.

14. Когда организация выбрана по формальным признакам, надо подготовиться к собеседованию, предоставить паспортные данные, ответить на вопросы (в том числе о венерических заболеваниях, химической зависимости или судимости) и помнить о возможном отказе. Волонтерская организация несёт ответственность не только за волонтеров, но и за подопечных, поэтому всегда имеет свои внутренние критерии партнёрства с волонтером.

15. Для кандидата очень важно быть готовым и самому задать вопросы. Их следует продумать заранее. Что важно знать? Что не нашли на сайте? Что смутило? Кто руководит волонтерами, и какие у него полномочия? Как с ним связаться и поддерживать коммуникацию? Что делать в случае проблем?

16. Одна из важнейших тем для волонтера – его компетенции и границы. Не поняв своего места по отношению к подопечному, волонтер не сможет соблюсти важнейшего принципа «не навреди».

Вокруг любого благополучателя всегда существует своя среда: врачи, родные, друзья, воспитатели, представители органов власти и т. д. Волонтер не может заменить никого из этой среды, он обязан оставаться собой. К примеру, в больнице волонтер не может встать между мамой и ребенком, даже если мама «не в себе»; волонтер не может ставить под сомнение предписания врача и тем более не может назначать лечение.

Задача волонтера – встроиться в существующую среду и оказывать помощь в сотрудничестве со всем окружением благополучателя, выстраивая границы и доверительные отношения.

17. Помните! Волонтерство – это взаимный договор, взаимное решение и признание прав и обязанностей.

Принципы волонтера:

- не навреди;
- будь готов помогать нуждающимся вне зависимости от их национальности, вероисповедания и социального статуса;
- учитывай интересы своих близких;
- действуй от имени настоящей благотворительной организации;
- соблюдай правила;
- не пытайся заменить профессионалов (врачей, пожарных, воспитателей);
- соблюдай и удерживай границы;
- вкладывай усилия, а не деньги;
- опирайся на свои реальные возможности;
- работай в команде.

Виды интеллектуального волонтерства

Занятия для взрослых

Не все люди имеют одинаковые возможности в детстве и юности. Но все обладают огромным потенциалом, чтобы внести свой вклад в

развитие общества. Для усиления этой роли мы сотрудничаем с несколькими ассоциациями, которые помогают таким людям интегрироваться в рабочую и социальную среду (обучают испанскому языку, готовят к получению аттестата об окончании школы, оказывают иную академическую поддержку).



Уход за детьми

Детство – это критический этап в развитии человека. Не всем детям посчастливилось иметь подходящую среду для развития их социальных, образовательных и эмоциональных навыков. Именно поэтому мы сотрудничаем с различными ассоциациями, предлагающими школьную поддержку, социально-педагогические развлечения и спортивные мероприятия детям, подверженным риску социальной изоляции или с проблемами интеграции.



Работа с подростками

Такие проекты направлены на молодых людей в возрасте от 13 до 17 лет, которые находятся в ситуации социальной изоляции. Как правило, это вспомогательные мероприятия в школе, занятия спортом и сопровождение, которые позволяют приобрести навыки, необходимые для того, чтобы стать ответственными взрослыми.



Забота о людях с ограниченными возможностями

Инвалидность не определяет людей. Изучение огромного потенциала, которым обладает каждый человек, чтобы изменить мир, делает нас лучше, более сочувствующими и более инклюзивными. Существует множество организаций, работающих над продвижением и расширением возможностей для мужчин и женщин с особыми потребностями. Сотрудничество с ними особенно полезно, потому что оно учит нас тому, что, помогая, мы получаем гораздо больше, чем отдаём.



Уход за пожилыми и больными людьми

Проекты предназначены для волонтеров, желающих сопровождать пожилых или больных людей, которые в силу различных обстоятельств нуждаются в заботе, ласке и времени. По соображениям безопасности, в связи с ситуацией с COVID-19, некоторые из данных волонтерских проектов будут осуществляться удалённо.



Коммуникация

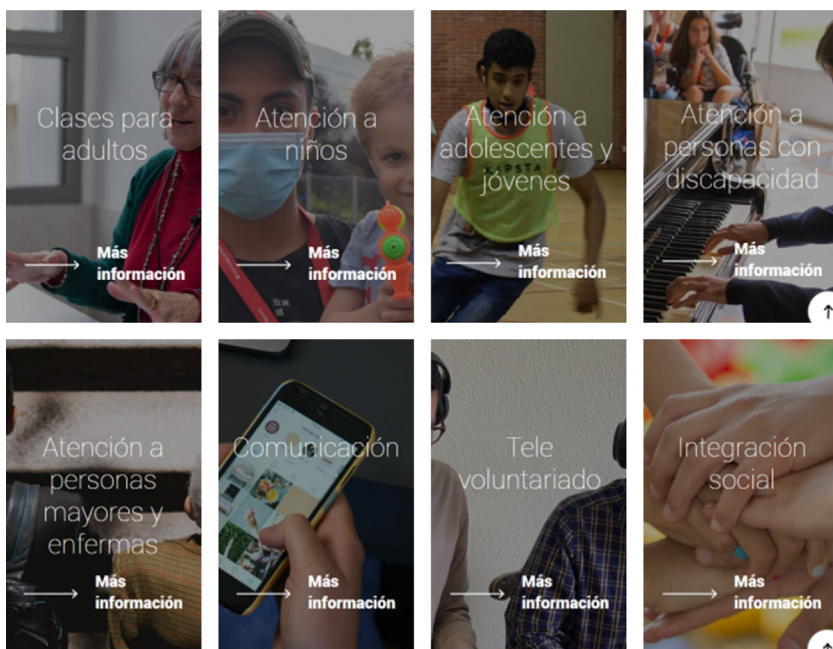
Предлагаются проекты для сотрудничества в управлении коммуникациями различных организаций. Например: управление социальными сетями для распространения информации о деятельности или обслуживания клиентов.

Телеволонтерство

В связи с ограничениями доступа в больницы и медицинские центры для обеспечения безопасности пожилых и/или больных пациентов, некоторые ассоциации создали проекты виртуального сопровождения, чтобы обеспечить таким пациентам досуг и развлечения.

Социальная интеграция

Социальное исключение затрагивает особенно уязвимые группы по разным причинам (их происхождение, бедность, в которой они живут). Ассоциации работают в различных областях, чтобы сделать социальную интеграцию реальностью.



Отношения между волонтерами и различными социальными группами

Общение с детьми-сиротами

Дети, от которых отказались с рождения, страдают различными хроническими нарушениями здоровья. Почти 55 % детей отстают в физическом развитии и лишь 4,7 % детей квалифицируются как здоровые. Дети, которые лишились родителей в более позднем возрасте в результате жестокого обращения или из-за потери кормильца, или вследствие отказа взрослых заботиться о своих детях, страдают различными невротическими расстройствами, их здоровье такжеотягощено хроническими заболеваниями. Воспитание таких детей без учёта их прошлого травмирующего опыта малоэффективно.

Дети-сироты попадают в специализированные учреждения разными путями. Они могут быть отказными с момента рождения, или могут быть найденными на улице/подброшенными, или изъятыми из своих семей.

Общее для них – это то, что, так или иначе, они лишились своих кровных семей, лишились возможности жить со своими родителями, быть любимыми или получать от них защиту, любовь и заботу. Маленькие дети меньше всего в жизни готовы лишиться родителей. Если ребёнок был младенцем, он не готов оказаться никому не нужным: в роддоме или больнице, где к нему редко и лишь по необходимости подходит разный медицинский персонал, поскольку никому конкретно именно он не нужен. Взрослые в учреждении не откликаются чутко и своевременно на плач малыша или проявление его потребности в контакте, а если и оказывают внимание, то урывками и непостоянно. Для маленького человека практически невыносимо такое существование – без защиты, опоры и любви. Эта потребность не менее важна, чем физиологические потребности в еде, сне, те-

пле, физическом комфорте, отсутствии болезненных ощущений и пр. На основе именно близких и принимающих отношений с чутким взрослым формируются отношения надёжной и безопасной привязанности и выстраивается развитие ребёнка во всех сферах. На этой жизненно важной основе формируется его отношение к себе, миру и людям: ребёнок узнаёт на эмоциональном уровне, что нужен и важен кому-то, и на этом начинает строиться его самооценка и ощущение безопасности и стабильности мира; он получает опыт радости от общения с людьми.

Стадии развития по Эриксону

Американский психолог Эрик Эриксон (1902–1994) выделил несколько психосоциальных стадий развития личности, стадий жизни в раннем возрасте и в юности.

1. Младенчество (от рождения до конца 1 года). В этот период благодаря материнской заботе закладываются основы здоровой личности в виде общего чувства доверия, уверенности, внутренней определённости. Человек доверяет социуму, исходя из меры доверия к матери. Чувство недоверия, страха, подозрительности появляется, если мать ненадёжна, несостоятельна, отвергает ребёнка.

2. Раннее детство (от 1 до 3 лет). Ребёнок начинает самостоятельно действовать (например, стоять, ходить, карабкаться, умываться, одеваться, есть). Идентификация ребёнка на этой стадии может быть обозначена формулой: «Я сам» и «Я – то, что я могу». Разумная дозволенность способствует становлению автономии ребёнка. В случае постоянной и чрезмерной опеки со стороны родителей и их завышенных ожиданий от ребёнка, у последнего может развиться чувство постоянного стыда, сомнения и неуверенности в себе.

3. Возраст игры (от 3 до 6 лет). В дошкольном периоде развивается конфликт между инициативой и виной. Дети начинают интересоваться различными трудовыми занятиями, пробовать

новое, контактировать со сверстниками, с готовностью поддаются обучению и воспитанию, ориентируясь на конкретную цель. Это возраст, когда главным чувством идентичности становится «Я – то, что я буду». Поощрение начинаний ребёнка, его самостоятельности и фантазий способствует становлению инициативности, расширению границ независимости, развитию творческих способностей. При чрезмерном контроле и ограничении деятельности у детей возникает сильное чувство вины. Дети, охваченные чувством вины, пассивны, скованы и в будущем мало способны к продуктивному труду.

4. Школьный возраст (от 6 до 12 лет). В этом возрасте происходит выход ребёнка за пределы семьи и начинается систематическое обучение. Дети поглощены тем, что стремятся узнать, что из чего получается и как оно действует. Идентичность ребёнка теперь выражается так: «Я – то, чему я научился». Обучаясь в школе, дети приобщаются к правилам осознанной дисциплины, активного участия. Опасность этого периода состоит в появлении чувства неполноценности, или некомпетентности, сомнения в своих способностях или в статусе среди сверстников, что может проявиться в феномене воображаемой аудитории.

5. Юность (от 12–20 лет) – самый важный период в психосоциальном развитии человека. Уже не ребёнок, но ещё и не взрослый, подросток сталкивается с новыми социальными ролями и связанными с ними требованиями. Подростки оценивают мир и отношение к нему, осуществляют стихийный поиск новых ответов на важные вопросы: «Кто я?», «Кем я хочу стать?». Подростки могут испытывать пронзительное чувство своей бесполезности, душевного разлада и бесцельности, иногда кидаются в сторону «негативной» идентичности, отклоняющегося поведения. Кризис идентичности, или ролевая спутанность, приводит к неспособности выбрать карьеру или продолжить образование, иногда к сомнениям в собственной половой идентичности. Положительное качество, связанное с успешным выходом из кризиса периода юности, – это верность себе, т. е. способность сделать свой выбор, найти свой путь в жизни и оставаться

верным взятым на себя обязательствам, принять общественные устои и придерживаться их.

Психологические особенности детей-сирот

Внимание к потребностям ребёнка как на физическом, так и на эмоциональном уровнях создаёт важную основу для развития способности самостоятельно понимать и трактовать сигналы своего тела и свои эмоциональные состояния, а также находить адекватные пути удовлетворения своих физических и эмоциональных потребностей. Без чуткой постоянной заботы у него не формируются адекватным образом механизмы регуляции стресса, ему трудно контролировать своё состояние. Также именно благодаря тесному контакту с заботливым взрослым ребёнок начинает понимать своё эмоциональное состояние и настроение других людей, получая опыт заботы и сочувствия, и со временем учится сострадать другим. Также крайне важно, что надёжная привязанность напрямую связана и с познавательным развитием детей. Когда мир надёжный и предсказуемый, когда в любой момент приходит помощь от родителя, тогда у ребёнка естественным образом развивается любознательность. Он активно начинает исследовать окружающий мир, зная, что при возникновении сложностей сможет вернуться за поддержкой и утешением к родителю, который восстановит утраченное равновесие.

Если такой «надёжной базы» у ребёнка нет, ему становится не до изучения мира, потому что приходится выживать, полагаясь только на себя. Детям необходима привязанность хотя бы к одному взрослому человеку. Для формирования положительной самооценки и уверенности в себе нужно, чтобы в детстве кто-то просто так любил ребёнка (его самого по себе, а не при каких-то условиях или за какое-то поведение), поддерживал в трудные минуты, утешал, защищал, помогал выходить из сложных ситуаций, понимал его потребности в самостоятельности и изучении нового. Для того чтобы в будущем ребёнок смог сам что-то делать, планировать, ставить цели и дости-

гать их, ему в детстве нужен опыт совместных игр со взрослым, опыт решения сначала простых бытовых ситуаций соответственно возрастным возможностям и с поддержкой взрослого. Именно взрослый помогает довести что-то до конца, получить радость и удовольствие от результата, празднует с ним его маленькие успехи, помогает ребёнку сосредоточиться, когда тому уже трудно удерживать своё внимание, и т. д. – таким образом формируется постепенно сила воли и желание доводить начатое до конца в соответствии с поставленной целью. Чуткий взрослый поддерживает ребёнка и поощряет растущую в нём самостоятельность, интерес к миру и общению с другими людьми.

Ещё одним важным следствием наличия в жизни ребёнка опыта надёжной и безопасной привязанности к кому-либо становится умение понимать свои потребности и своё состояние (как физическое, так и эмоциональное) и осуществлять выбор. Это только на первый взгляд кажется, что выбирать из нескольких вариантов – просто. Чтобы это стало действительно доступно ребёнку, он должен хорошо понимать свои потребности и то, что сможет их удовлетворить. Без опыта чуткой заботы это становится трудновыполнимым. С другой стороны, малышу необходим опыт принятия самостоятельных решений уже с самого раннего детства. Только так можно осознать последствия своего решения и научиться смотреть немного вперёд, чтобы предвидеть возможный результат того или иного действия в будущем. Начинается всё в детстве с мелочей: съесть это или то; пойти на эту игровую площадку или на ту; взять на прогулку одну или другую игрушку и т. д. Важно, чтобы опыт «маленьких» решений сопровождался поддержкой взрослого. Например, когда ребёнок будет разочарован результатом своего решения, необходимо выразить сочувствие, поддержать и обещать дать попробовать другие варианты в следующей похожей ситуации. Ведь с неудачными последствиями тоже важно уметь справляться приемлемым образом. В ходе развития у ребёнка вырабатываются нормы поведения в социуме и правила сосуществования с другими людьми: долгое время в маленьком возрасте дети следуют правилам только потому, что родители/воспитатели показывают, что хотят от них

определённого поведения, и подкрепляют своим вниманием правильные действия ребёнка. Малыш старается соответствовать ожиданиям взрослых не потому, что моральные нормы заданы и существуют у него самого от рождения, а только потому, что ему ценны отношения. Только со временем внешние правила могут стать внутренними правилами жизни для самого ребёнка, и происходит это, как правило, не раньше подросткового возраста.

Ребёнок, с которым вы будете работать, – не чистый лист, у него есть опыт, есть прошлое и, возможно, кровные родители, и он может вовсе не соответствовать тому образу, который люди способны представить. Избавиться от иллюзий всегда полезно.

Дети, оставшиеся без попечения родителей, несмотря на их прошлое, не могут быть плохими, они нуждаются в помощи.

Что нужно ребёнку для нормального развития?

В системе профессионального семейного устройства выделены следующие потребности развития ребёнка:

- безопасность;
- здоровье и физическое развитие;
- образование и познавательные интересы;
- привязанность (любовь, важность отношений, неразрывная эмоциональная связь с кем-либо);
- эмоциональное развитие;
- идентичность (с кем ребёнок себя ассоциирует – чей он, важность его отношений с его кровной семьёй, готовность влиться в замещающую семью и т. п.);
- стабильные и сбалансированные отношения в семье (кровной или замещающей), получение модели гармоничной, нормально функционирующей семьи;
- социальная адаптация – усвоение ребёнком социальных норм и правил поведения в семье и обществе, усвоение социальных ролей, приобретение умения дружить, устанавливать социальные связи со сверстниками, с членами семьи, с другими людьми;

- получение навыков самообслуживания – санитарно-гигиенических и бытовых навыков.

Необходимые компетенции волонтера по работе с детьми

Группа компетенций «Ребёнок»

1. Основной уход (понимание возрастных особенностей ребёнка, умение заботиться о здоровье, гигиене и питании ребёнка, режим дня, место для ребёнка в доме, санитарно-гигиенические нормы, одежда, медицинский уход).

2. Обеспечение безопасности ребёнка (физическая безопасность, в том числе с учётом возраста и здоровья ребёнка, безопасность вне дома, безопасность контактов с социумом, стабильность условий жизни ребёнка, стабильность правил, стабильность отношений; понимание последствий жестокого обращения и их проявлений, готовность помочь ребёнку в преодолении этих последствий, обучение его поведению в ситуациях, несущих риск жестокого обращения).

3. Эмоциональное развитие ребёнка (способность обеспечить эмоциональное тепло, принятие ребёнка, принятие прошлого ребёнка и его любви к своим родителям, поддержка, телесный контакт, если это необходимо ребёнку, умение принимать свои чувства и выражать их вербально и с помощью мимики, обучение ребёнка понимать, принимать и выражать социально приемлемым образом свои чувства и эмоциональные состояния, умение понимать и принимать чувства ребёнка и оказывать ему эмоциональную поддержку).

4. Обеспечение и стимулирование познавательного, интеллектуального развития ребёнка (понимание причин ЗПР (задержка психического развития), распознавание их проявлений, готовность воспитывать ребёнка с учётом уровня и особенностей его интеллектуального развития, обеспечение доступа ребёнка к общему и до-

полнительному образованию – играм, кружкам, спорту, обеспечение успешности ребёнка, преодоления им трудностей).

5. Руководство поведением ребёнка и установление границ в его поведении (установление и обеспечение соблюдения правил поведения в диаде и в обществе).

6. Обеспечение замещающим родителем стабильности жизни ребёнка (стабильность семейных отношений, поддержка контактов со значимыми в прошлом людьми).

7. Понимание идентичности ребёнка (реалистичные представления о ребёнке, о семье, из которой он пришёл, готовность принять прошлое ребёнка и его самого таким, какой он есть, стимулирование развития привязанностей ребёнка в замещающей семье).

8. Социальная адаптация (формирование социально-бытовых умений у ребёнка, навыков самообслуживания, умения устанавливать социальные связи, действовать с учётом ситуации в социально приемлемой форме).

Группа компетенций «Социум»

1. Умение строить взаимоотношения с социальным окружением в интересах ребёнка и помогать ребёнку в налаживании социальных связей.

2. Умение говорить о ребёнке с окружающими.

3. Умение отстаивать интересы ребёнка и защищать его.

4. Умение налаживать социальные связи и учить этому ребёнка.

5. Понимание системы семейного устройства и своего места в ней.

6. Готовность при необходимости просить и принимать помощь специалистов, социального окружения и пр.

7. Понимание роли кровных родителей в жизни ребёнка и готовность содействовать поддержанию отношений ребёнка с кровной семьёй.

8. Понимание неизбежности конфликтов и умение их разрешать.

Общение с детьми-инвалидами

Инвалид – лицо, которое имеет нарушение здоровья со стойким расстройством функций организма, обусловленное заболеваниями, последствиями травм или дефектами, приводящее к ограничению жизнедеятельности и вызывающее необходимость его социальной защиты.

Ограничение жизнедеятельности – полная или частичная утрата лицом способности или возможности осуществлять самообслуживание, самостоятельно передвигаться, ориентироваться, общаться, контролировать своё поведение, обучаться и заниматься трудовой деятельностью.

В зависимости от степени расстройства функций организма, лицам, признанным инвалидами, устанавливается группа инвалидности, а лицам в возрасте до 18 лет устанавливается категория «ребёнок-инвалид» в соответствии с Федеральными законами от 17.07.1999 № 172-ФЗ и от 01.12.2014 № 419-ФЗ.

Виды инвалидности

Существуют разные классификации инвалидности в зависимости от тех или иных критериев.

В зависимости от возраста человека:

- дети-инвалиды;
- взрослые инвалиды.

В зависимости от причины:

- инвалиды войны;
- инвалиды труда;
- инвалиды с детства;
- инвалиды по общему заболеванию.

В зависимости от степени утраты трудоспособности:

- I группа – полностью утратившие трудоспособность;
- II группа – частично либо временно утратившие трудоспособность;

- III группа – трудоспособные, но нуждаются в щадящих условиях труда.

В зависимости от степени утраты способности к передвижению:

- мобильные;
- маломобильные;
- неподвижные.

В зависимости от вида нарушенной функции:

- расстройства двигательной сферы;
- расстройства сердечно-сосудистой системы;
- расстройства органов дыхания;
- нарушение пищеварения,
- расстройства органов выделения,
- расстройства органов внутренней секреции,
- нарушение обмена веществ;
- расстройства органов чувств:
- расстройства органов слуха,
- расстройства органов зрения,
- нарушение обоняния,
- нарушение осязания;
- психические расстройства,
- нарушения памяти,
- нарушение внимания,
- нарушение восприятия,
- нарушение воли,
- нарушение эмоций.

Группы присвоения инвалидности детям (согласно ФЗ от 2017 г.)

В настоящий момент, согласно законодательству РФ, существуют три категории инвалидности.

I группа – одна из самых сложных категорий по инвалидности. Её присвоение осуществляется лишь при сильном нарушении функ-

ционирования человеческого организма. Как правило, инвалиды I группы в повседневной жизни не могут обойтись без помощи других людей.

Первая группа обычно присваивается при следующих нарушениях:

- полное или частичное отсутствие органов зрения;
- наследственные или врождённые заболевания, сильно повредившие работу ЦНС (центральная нервная система);
- отсутствие нижних конечностей;
- повреждения слуха на 80 % и более.

Первая группа присваивается и при других, такого же рода тяжёлых, заболеваниях.

Инвалиды II группы – это дети, которые могут выполнять минимальные действия по самообслуживанию без помощи других людей и, возможно, с применением специальной техники. Список таких нарушений, при которых может быть присвоена эта группа, обычно состоит из следующих заболеваний:

- цирроз печени;
- нарушения работы органов зрения;
- паралич нижних конечностей;
- свищ;
- экзартикуляция бедра;
- наличие в организме одного лёгкого или лёгочная недостаточность второй степени.

Инвалидность III группы зачастую присваивается детям, которые имеют ограничения по причине ранее перенесённых заболеваний и полученных травм. В будущем лица, принадлежащие к этой категории граждан РФ, не будут иметь особенных ограничений в трудовой деятельности и будут получать зарплату на уровне других сотрудников, но им будет положена государственная социальная помощь

и материальная поддержка. Инвалидами III группы принято считать детей, имеющих следующие проблемы со здоровьем:

- нарушения речи;
- незначительные психические расстройства;
- туберкулёз лёгких;
- нарушения сенсорного восприятия;
- незначительные проявления физического уродства.

Систематизация форм инвалидности для решения вопросов доступности

БУКВЕННОЕ ОБОЗНАЧЕНИЕ	ФОРМЫ ИНВАЛИДНОСТИ	ГРАФИЧЕСКОЕ ИЗОБРАЖЕНИЕ
К	Инвалиды, передвигающиеся на креслах-колясках	
О	Инвалиды с нарушениями опорно-двигательного аппарата	
С	Инвалиды с нарушением зрения	
Г	Инвалиды с нарушением слуха	
У	Инвалиды с нарушениями умственного развития	

В зависимости от формы инвалидности различают барьеры, ограничивающие доступ в здания, сооружения, а также к получению услуг. Данные барьеры важно учитывать при разработке программ по обеспечению доступной среды.

Какие барьеры могут встретить в окружающей среде инвалиды разных форм

Для инвалидов, передвигающихся на креслах-колясках, барьерами различной степени выраженности могут быть пороги, ступени, неровное и скользкое покрытие, неправильно установленные пандусы, отсутствие поручней, высоко расположенные информационные стенды, высокие прилавки, отсутствие мест для разворота на кресле-коляске, узкие дверные проёмы и коридоры, отсутствие посторонней помощи при преодолении препятствий (при необходимости) и другие физические и информационные барьеры.

Для инвалидов с нарушениями опорно-двигательного аппарата барьерами различной степени выраженности могут быть:

1) для лиц, передвигающихся самостоятельно с помощью тростей, костылей, опор, – пороги, ступени, неровное и скользкое покрытие, неправильно установленные пандусы, отсутствие поручней, отсутствие мест отдыха на пути движения и прочие физические барьеры;

2) для лиц, не действующих руками, – препятствия при выполнении действий руками (открывание дверей, снятие одежды и обуви и т. д., пользование краном, клавишами и др.), отсутствие помощи на объекте социальной инфраструктуры для осуществления действий руками.

Для инвалидов с нарушениями зрения барьерами различной степени выраженности могут быть: отсутствие тактильных указателей, в том числе направления движения, информационных указателей; преграды на пути движения (стойки, колонны, углы, стеклянные двери без контрастного обозначения и др.); неровное, скользкое покрытие; отсутствие помощи на объекте социальной инфраструктуры для получения информации и ориентации и др.

Для инвалидов с нарушениями слуха барьерами различной степени выраженности могут быть: отсутствие зрительной информации, в том числе при чрезвычайных ситуациях на объекте социальной ин-

фраструктуры; отсутствие возможности подключения современных технических средств реабилитации (слуховых аппаратов) к системам информации (например, через индукционные петли); электромагнитные помехи при проходе через турникеты, средства контроля.

Для лиц с кохлеарными имплантами: отсутствие сурдопереводчика, тифлосурдопереводчика и другие информационные барьеры.

Для инвалидов с нарушениями умственного развития барьерами различной степени выраженности могут быть: отсутствие понятной для усвоения информации на объекте социальной инфраструктуры; отсутствие помощи на объекте социальной инфраструктуры для получения информации и ориентации и др.

Этика общения с детьми-инвалидами

В Резолюции Генеральной Ассамблеи ООН 1982 года подчёркивается необходимость преодолевать любые проявления ущемления прав и достоинств людей с ограниченными возможностями. В этом документе прозвучало несколько тезисов, имеющих принципиально важное значение для развития этики работы с инвалидами.

1. Инвалидность – это не физический дефект, а неспособность осуществлять ту или иную деятельность по причине дефекта, а также социальных условий, в которых проживает человек.

2. Инвалиды – это неоднородная группа, разные заболевания и патологии у представителей которой – людей с ограниченными возможностями – создают различные социальные барьеры.

3. Создание доступной для инвалидов среды – это ответственность не только государства, но и общества.

4. Важная задача государства состоит в ознакомлении населения своих стран с теми выгодами, которые могут получать отдельные лица и общество в результате вовлечения инвалидов во все сферы социальной, экономической и политической жизни.

5. Приоритетны те меры социальной помощи, которые предполагают включение инвалидов в общие, а не специализированные социальные институты.

6. Инвалиды, имея равные права, равны в своих обязанностях. Следовательно, люди с ограниченными возможностями должны быть максимально полно включены в активную жизнь общества.

7. В центре внимания должна находиться способность инвалидов, а не их неспособность.

Требование не допускать дискриминации инвалидов, соблюдать взаимную ответственность людей с ограниченными возможностями и общества друг перед другом составляют идеологическую основу «Конвенции о правах инвалидов» (2006).

Этическими принципами Конвенции о правах инвалидов являются:

- уважение присущего человеку достоинства, его личной самостоятельности, включая свободу делать свой собственный выбор и независимость;
- не дискриминация;
- полное и эффективное вовлечение и включение в общество;
- уважение особенностей инвалидов и их принятие в качестве компонента людского многообразия и части человечества;
- равенство возможностей;
- равенство мужчин и женщин;
- уважение развивающихся способностей детей-инвалидов и уважение права детей-инвалидов сохранять свою индивидуальность.

Конвенция обязывает все страны предпринимать активные действия, направленные на формирование положительного отношения к людям с ограниченными возможностями в широких общественных кругах, которые заключаются в следующем:

- повышение просвещённости всего общества, в том числе на уровне семьи, в вопросах инвалидности и укреплении уважения прав и достоинства инвалидов, поощрении позитивных представлений об инвалидах и более глубокого понимания их обществом;

- ведение борьбы со стереотипами, предрассудками и вредными обычаями в отношении инвалидов, в том числе на почве половой принадлежности и возраста, во всех сферах жизни;
- пропаганда потенциала и вклада инвалидов в общественную жизнь, содействие признания навыков, достоинств и способностей инвалидов, а также их вклада на рабочем месте и на рынке труда;
- воспитание восприимчивости к правам инвалидов, формирование у всех детей, начиная с раннего возраста, уважительного отношения к правам инвалидов; продвижение воспитательно-ознакомительных программ, посвящённых инвалидам и их правам;
- побуждение всех органов массовой информации к такому изображению инвалидов, которое согласуется с целью Конвенции.

Работая с людьми с особыми потребностями и их близкими, не стоит забывать о профессиональной этике специалиста: необходимо обозначить, что в общении и взаимоотношениях с ними специалист (волонтёр, социальный работник, психолог, педагог и т. д.) является лицом, которое выполняет возложенные на него обязанности и представляет своё учреждение. Внешний вид, поведение и речь, их соответствие общепринятым правилам этикета влияют не только на доверие и эффективность работы, но и на общественное мнение о волонтерах, благотворительной организации и её деятельности.

Не забывай, что в своей работе ты представляешь и людей, с которыми работаешь и которые также несут за тебя ответственность.

Существуют некоторые специфические нормы этикета при взаимодействии с людьми с ограниченными возможностями. Эти нормы предназначены, в первую очередь, для сохранения личного достоинства инвалида, а также для разрешения сложных и неловких ситуаций, которые могут возникнуть во взаимодействии с участием людей с ограниченными возможностями:

1. При разговоре с инвалидом следует обращаться непосредственно к нему, а не к сопровождающему (или, например, сурдопереводчику), которые присутствуют при разговоре.

2. При знакомстве с инвалидом вполне естественно (при желании) пожать ему руку – даже те, кому трудно ею двигать, или кто пользуется протезом, вполне могут пожать руку – правую или левую, что вполне допустимо.

3. Со взрослыми инвалидами следует обращаться как со взрослыми, ни в коем случае нельзя фамильярничать, например, обращаться на «ты» и пр.

4. Предлагай помощь и, только получив положительный ответ, приступай к её оказанию (спросив перед этим – как и что делать); сдержи все негативные проявления, если помощь отвергнута.

Известно, что российские инвалиды живут как бы в параллельном мире. Они редко выходят на улицу и почти не появляются в общественных местах. Может быть, из-за этого, сталкиваясь с такими людьми, мы порой не знаем, как себя вести, и даже пугаемся – как сделать так, чтобы его не обидеть? Не замечать его ограниченных возможностей или, наоборот, жалеть? Мы теряемся, сталкиваясь с человеком с ограниченными возможностями, чувствуем себя неловко и даже можем обидеть его неосторожным высказыванием. И здесь сами инвалиды приходят на помощь, давая советы, как правильно себя с ними вести.

1. Признай его равным.
2. Используй его возможности.
3. Старайся не показывать жалость.
4. Слова. Как мы их называем.

Какие бы недостатки ни имел человек, он всегда хочет чувствовать себя наравне с другими людьми. В особенности это касается инвалидов. Поэтому во время общения с человеком с ограниченными физическими возможностями любое неосторожное слово может обидеть его и навсегда отбить желание общаться. Что это может быть за слово?

Когда инвалида называют «неполноценным», этот человек ощущает сочувствие и жалость окружающих, которые скорее угнетают его, чем поддерживают. А когда человек, который не может самостоятельно ходить, слышит о себе слова «прикован к инвалидной коляске», он чувствует себя обречённым. Поэтому упомянутые выше слова, а также все другие, похожие на них, следует раз и навсегда исключить из своего лексикона. То, как мы говорим, тесно связано с тем, что мы думаем и как ведём себя по отношению к другим людям. Увы, слишком часто в нашем обществе звучат такие неприемлемые слова и сравнения, как: «больной – здоровый», «нормальный – ненормальный», «умственно отсталый», «обычный – неполноценный», «даун», «калека» и т. п. Русская «толерантная» терминология в отношении людей с инвалидностью до сих пор не устоялась – даже в среде инвалидов присутствуют разные точки зрения на правомерность употребления тех или иных терминов.

Небольшое исследование показало следующее: на пяти семинарах сотрудники «Перспективы» предлагали участникам (людям с различными видами инвалидности из 20 регионов России) написать, какие чувства и ассоциации вызывает у них то или иное слово и выражение. Вот типичные примеры, выбранные более чем из 120 ответов:

1. Очень распространённое выражение «прикован к коляске» вызывает ощущение обречённости.

2. Слова «глухонемой», «немой» – невозможность общения, контакта.

3. «Больной» – значит «надо лечить», «беспомощный».

4. Слова «паралитик», «неполноценный», «безрукий», «больной» вызывают сочувствие и жалость.

5. Брезгливость вызывают слова «калека», «слабоумный», «даун».

6. «Псих», «слабоумный», «ненормальный», «шизик» связаны с непредсказуемостью, опасностью и, как следствие, вызывают страх. Воспитанные люди при любых обстоятельствах избегают таких обобщений.

Выражения «человек с ограниченными физическими возможностями», «человек на коляске», «человек с травмой позвоночника», «человек с инвалидностью», «незрячий» вызывают вполне нейтральные ассоциации. Слово «инвалид» вызывает различные чувства, но в целом большинство людей считает его приемлемым, поскольку это слово официальное, наиболее часто употребляемое и ставшее в определённой степени абстрактным.

Говоря о работе с людьми, имеющими различные ограничения здоровья (и возникающие при этом барьеры во взаимодействии), помимо общих правил, следует рассмотреть также и конкретные ситуации и связанные с ними правила поведения.

При общении с людьми, которые испытывают трудности с передвижением, соблюдай некоторые нормы:

1. При общении следует занять удобное положение относительно человека с ограниченными возможностями – не стоять за его спиной или сбоку, если возможно, сесть таким образом, чтобы находиться на одном уровне с собеседником.

2. Необходимо помнить, что инвалидная коляска – это часть неприкасаемого пространства человека, который её использует; недопустимо опереться о коляску или повиснуть на ней.

3. Ненавязчиво следи за окружающей обстановкой, чтобы предвидеть трудности, которые может испытывать человек с ограниченными возможностями при передвижении в конкретной ситуации: иногда нужно задержаться и пропустить вперёд человека на костылях или в коляске при входе в узкую дверь, придержать дверь или убрать с дороги мешающие передвижению предметы, не увеличивать скорость ходьбы до недоступной для собеседника.

4. Помни: как правило, у людей, имеющих трудности при передвижении, нет проблем со зрением, слухом и пониманием.

Люди с нарушениями зрения часто испытывают дискриминационное отношение к себе, потому что их собеседнику кажется,

что человек не просто ограничен в одном из средств восприятия мира, но и в целом не способен понять, о чём идёт речь, и принять необходимое решение. Это выражается в стремлении говорить с сопровождающим, задавать ему вопросы и ожидать именно от него ответов, касающихся непосредственно человека с ограниченными возможностями. Иногда слепые и слабовидящие люди говорят, что они испытывают чувство изоляции: «Мне кажется, что они не замечают моего присутствия, говорят так, словно меня здесь нет».

Старайся держать в голове следующие правила:

1. Когда встречаешься с человеком, который плохо или совсем не видит, обязательно называй себя и тех людей, которые с тобой пришли. Если у вас общая беседа в группе, не забывай пояснить, к кому в данный момент ты обращаешься, и назвать себя.

2. Осуществляя сопровождение, направляй человека аккуратно, не тащи его за собой, чаще всего достаточно поддержать незрячего под локоть и в среднем темпе двигаться к цели. При этом следует предупреждать его о препятствиях, стараясь чётко определить их местоположение (например, «в трёх шагах прямо по движению будет невысокий порог»).

3. Предлагая незрячему человеку сесть, не усаживай его, а напавь руку на спинку стула или подлокотник.

4. Не пытайся «заигрывать» с собакой-поводырём, не отвлекай её; помни – специально обученная собака находится на ответственной службе, требующей постоянной концентрации внимания.

5. При знакомстве незрячего с незнакомым предметом не води по поверхности его руку, а дай ему возможность свободно потрогать предмет. Если тебя попросили помочь взять какой-то предмет, не следует тянуть кисть слепого к предмету и брать его рукой этот предмет.

Правила взаимодействия с человеком, у которого имеются речевые затруднения, состоят в следующем:

1. Не игнорируй таких людей и не избегай с ними разговора.
2. Будь готов к тому, что общение займёт достаточно много времени.
3. Сосредоточься на разговоре и поддерживай визуальный контакт с собеседником.
4. Позволь собеседнику полностью договаривать фразы и начинай говорить только тогда, когда ты убедишься, что мысль завершена.
5. Не стесняйся переспросить или уточнить, если ты что-то не понял.
6. Не относись к собеседнику предвзято: трудности в речи напрямую не влекут за собой трудности в восприятии и обработке информации.
7. При наличии серьёзных барьеров в речевой коммуникации тактично предложи альтернативный способ обмена информацией, например, переписку.

Общение с людьми с задержкой психического развития также требует соблюдения следующих норм и правил:

1. Выбирай доступные вашему партнёру темы для разговора; используй простой и точный язык, короткие фразы; избегай метафор и образных выражений.
2. Если есть необходимость и возможность, в процессе речи указывай на предмет, о котором говоришь, для облегчения восприятия информации.
3. Сложную информацию напиши. Изложи суть вашего разговора на бумаге и предложи собеседнику обсудить это с родными.

Наиболее распространённая ошибка при взаимодействии с такими людьми – смотреть на человека с задержкой психического развития как на неспособного вас понять. Это не так: определённый уровень информации доступен для него, и лучше позаботиться о том, чтобы сведения, которые ты сообщаешь собеседнику, соответ-

ствовали этому уровню, тогда тебе удастся построить эффективное взаимодействие.

Иногда нам ошибочно кажется, что собеседник скорее нас поймёт, если мы будем говорить громче. Не повышай голос при общении с человеком с задержкой психического развития. Не веди себя высокомерно, соблюдай все правила вежливости и этикета, которые соблюдал бы с любым другим человеком.

При общении с людьми, имеющими психические расстройства, необходимо помнить, что эти нарушения – не то же самое, что проблемы в развитии. Люди с психическими проблемами могут испытывать эмоциональные расстройства или замешательство, осложняющие их жизнь. У них свой особый взгляд на мир. Психические расстройства не всегда сопровождаются интеллектуальными нарушениями, более того, часто они проявляются не на постоянной основе, а ситуационно. Нередко, зная то, что у человека есть психические расстройства, люди резко меняют отношение и стиль взаимодействия с ним, основываясь на стереотипах, которые далеко не всегда верны.

Поэтому:

- не распространяй опыт общения с одним человеком, имеющим психические расстройства, на других людей и другие случаи;
- представления о том, что все люди с психическими нарушениями склонны к «буйному сумасшествию», – это один из мифов, поэтому не стоит опасаться насилия и агрессии.
- помни, что собеседник, как правило, способен оценить ситуацию и понять всё, что ты ему говоришь;
- на любые проявления волнения старайся реагировать спокойно, исходи из мысли о том, что большинство людей с психическими расстройствами могут справиться с негативными эмоциями;
- не раздражайся и не повышай голоса;
- помни, если человек не лишён дееспособности, он может принять любое решение в области его прав и обязанностей.

При организации мероприятий:

- всегда лично убедись в доступности мест, где они запланированы;
- заранее поинтересуйся, какие могут возникнуть проблемы или барьеры, как их можно устранить;
- если существуют архитектурные препятствия, предупреди о них, чтобы человек заранее имел возможность принимать решения. Например, есть люди, пользующиеся инвалидной коляской, которые при этом не утратили способности ходить и могут передвигаться с помощью костылей, трости и т. п. Коляски они используют для того, чтобы экономить силы и быстрее передвигаться в местах, где это им доступно;
- не смущайся, если из-за недостатка опыта ты случайно допустил оплошность, расслабься и не акцентируй на ней внимание, однако старайся не допускать повторения ситуации.

Главное при взаимодействии с инвалидами – это уважение, доброжелательность и стремление помочь. Проявляя вежливость, такт и непредвзятость, ты сможешь преодолеть любую неловкую ситуацию, исправить допущенную оплошность, помочь собеседнику почувствовать себя раскованно и спокойно.

Общение с больными

Волонтер в больнице – человек, занимающий уникальное место. Это человек, не включенный в сложные взаимоотношения между ребенком и родителями, между ребенком и медицинским персоналом, по большому счету, между ребенком и болезнью. Волонтер внутренне свободен.

Уникальность позиции волонтера состоит ещё и в том, что он не профессионал. Он просто своим добровольным присутствием старается изменить ситуацию вокруг больного ребенка. Хорошо, конечно, если волонтер компетентен в каких-либо вопросах, но это не главное. Компетентность уместна тогда, когда есть живой запрос на неё от другого человека. Сообщать всем о том, что знаешь и умеешь, – довольно бестолковое занятие. Волонтер должен понимать, что у людей вокруг нет обязанности принимать его помощь, слушаться его. Это всегда свободная встреча нуждающегося и желающего помочь.

Волонтер в больнице – это тот, кто умеет с уважением относиться к больному ребенку, не говорит о нём в третьем лице. Волонтер приходит и даёт ребенку, прежде всего, личное обращение по имени. Происходит встреча. Каждый ребенок – живой, настоящий, уникальный, незаменимый человек. Чувствовать, переживать, подтверждать это для себя очень и очень важно для детей, особенно в больницах. Волонтер обеспечивает и особое внимательное присутствие рядом, которое не прервется какими-то «более важными делами». А также уважение, поддержку, совместное творчество, сочувствие, одобрение.

В больницах отношение к детям часто директивное, ведь многие процедуры (начиная от подъёма и кончая болезненной перевязкой или инъекцией, не говоря уже об операции) с ребенком делают независимо от его желания и согласия.

Общий «директивный» тон, конечно, оправдан ситуацией – врачи, медперсонал делают свою работу, родные сильно обеспокоены здоровьем своих детей. Но у волонтера позиция свободная. Ты не

только можешь позволить себе, но и должен уважительно относиться к выбору самого ребёнка, к его «да» или «нет». Ты помогаешь ребёнку тем, что находишься от него на таком межличностном расстоянии, при котором и он сам свободен сказать своё «да» или своё «нет» по отношению к чему-то. Кстати, чувствовать и понимать это расстояние – дело непростое, но ему надо учиться.

Бывает и так, что волонтер нужен, чтобы помочь ребёнку проявить себя, выявить какие-то возможности и способности, скрытые за ограничениями болезни. Бывали случаи, когда родители с удивлением и радостью видели, как ребёнок вместе с волонтерами чему-то учился, что-то делал, как-то проявлял себя, о чём они даже не могли подумать. В этом случае волонтер помогает детям обретать почву под ногами, помогает быть собой.

Важно научиться принимать ребёнка с ограничениями несмотря ни на что. Ты в состоянии дополнить, восполнить жизнь больного ребёнка – стать его руками, глазами, ушами.

Ослепший ребёнок может, управляя руками волонтера, нарисовать картину. А малыш, у которого отказала рука или сильно нарушена моторика, может с помощью волонтера слепить свой, такой, как он хочет, корабль из пластилина. Ребёнок видит, ощущает результат своего творчества, что очень значимо, потому что помогает иначе взглянуть даже на болезнь. Если из-за болезни пропало зрение, это, конечно, для малыша трагедия. Но через встречу с волонтерами, через творчество он может как-то понять, почувствовать, что далеко не все его возможности перекрыты, что выпал лишь кусочек мира, а всё остальное живо. Жизнь достаточно богата и разнообразна, и ребёнок в творчестве с волонтером может открывать очень разные грани своих возможностей.

Приглашая ребёнка поиграть, порисовать, заняться творчеством, ты даёшь понять, что маленький человек не принадлежит своей болезни без остатка. Да, и не забывай, что волонтер – это человек, перед которым дети любят хвастаться своими трудностями, неприятностями и «подвигами» в лечении.

Волонтёр также может поделиться своим опытом преодоления той или иной травматичной ситуации. Для ребёнка очень важно, когда именно волонтёр подбадривает его на примере своей реальной жизни, делится своим опытом, историями известных ему лично людей.

Бывают моменты, когда в трудной, практически непреодолимой ситуации во время встречи волонтёра и ребёнка происходит чудо – падает температура, или несколько дней молчащий ребёнок начинает говорить, или улыбается впервые за три недели, или начинает принимать пищу. В такие минуты волонтёр ощущает свою силу, свою значимость, а кто-то одновременно с этим понимает и своё бессилие и свою ограниченность.

Волонтёры приходят к ребёнку для того, чтобы принести ему кусочек обычной жизни, которая у него была до болезни. И это возвращение, пусть и временное, к нормальной жизни, нормальным отношениям даёт детям очень много сил для выздоровления.

Общение с пожилыми людьми

В Благотворительном фонде «Старость в радость» волонтеры каждые выходные ездят навещать бабушек и дедушек в подшефных домах престарелых: своими силами устраивают регулярные праздники, концерты, проводят игры, дарят гостинцы, вывозят пожилых людей гулять на улицу.

Волонтеры и сотрудники фонда стараются улучшить условия проживания в домах престарелых: заменяют старые кровати с провисшей сеткой на новые медицинские, ватные тюфяки – на современные матрасы, покупают необходимую медицинскую мебель, проводят косметические ремонты палат, меняют старые выпадающие окна и т. д. Волонтеры участвуют в медицинской помощи: привозят медикаменты, средства по уходу, подгузники, пеленки, повязки, мази. Стараются повысить качество жизни одиноких пожилых людей. Нанимают сотрудников в дома-интернаты, где особенно много тяжелобольных и лежачих стариков. Волонтеры, если нужно, могут даже свозить бабушек к врачу в ближайшую поликлинику или больницу.

Очень важным направлением работы является переписка. Такое чудо, что несколько тысяч людей регулярно пишут незнакомым бабушкам и дедушкам письма, не ожидая ответа, ведь для многих пожилых людей написать что-то очень трудно – «руки не работают, глаза не видят».

Однако мы знаем, какую большую радость приносят эти письма. Мы приезжаем к ним не с чувством жалости, а с желанием поделиться теплом. У нас есть ресурс тепла и внимания, который мы хотим им отдать.

Прежде всего, это общение. Старикам больше всего не хватает именно общения. В домах престарелых закрытый, изолированный мир, о котором многие люди даже не знают.

Это огромный мир, мир жизненных историй. В нём много одиноких людей, у которых все родственники умерли, а есть те, у кого

родные находятся в другой стране или в другом городе. Есть те, которые ушли сами, чтобы не обременять родных. Других навещают родственники. Бывает, приходят забирать пенсию. Каждый человек – это история. Находясь в этом закрытом мире, чаще всего на окраине города, они живут в нём, не видя и не чувствуя ничего нового. У каждого – своя маленькая трагедия. Поэтому важно, когда со стороны появляются люди, готовые их выслушать, проявить внимание. Особенно если бабушка или дедушка – лежачие. Очень распространена ситуация, когда к старикам вообще никто, кроме санитара, не приходит. Иногда годами.

Если учесть, что в палате нет телевизора и радио, что остаётся этой бабушке? Белый потолок? И тут приезжает волонтер – человек, готовый и выслушать, и обнять, и просто посидеть рядом. Часто встаёт вопрос: почему персонал не может дать старикам то, что дают им волонтеры? Дело в том (и мы это не сразу заметили), что у персонала с годами меняется отношение к подопечным. Работники становятся бездушными, пусть и не все. И у самих стариков пропадает восприятие себя как личности. «Я человек, со мной нужно уважительно обращаться, уважать мои желания» – такого там нет. В конечном итоге старики смиряются, приходят туда доживать: «Что скажут, то и буду делать». Персонал относится к ним соответственно. Там нет уважения личного пространства. Старики привыкают, что сотрудники дома престарелых могут зайти в комнату в любой момент. Бывает, нам, когда мы приезжаем, говорят: «Не заходите вы к ним, бабушки вообще ничего не соображают», а на самом деле все адекватные, просто заговорить надо было. Но на персонал ложится тяжёлая и порой непосильная работа за мизерную зарплату, поэтому судить их или чего-то требовать никто не имеет права.

Волонтер приезжает и приносит с собой частичку внешнего мира, другое отношение. Это возможность для стариков почувствовать себя полноценными людьми, потому что у них спрашивают об их жизни.

Волонтерам важны их история, их мнение. В ответ на заботу ты получишь от них внимание и тепло, сможешь осознать, что приехал

в дом престарелых не просто так. Старички часто нуждаются в том, чтобы их просто выслушали, поддержали за руку.

Волонтеры для стариков – это гости из внешнего мира. А вот для персонала всё очень по-разному. Зависит от домов. По большей части персонал относится равнодушно. В каких-то домах пускают, но при этом не понимают, кто мы и что делаем. В каких-то радуются.

Волонтеры должны помнить, что пожилые в домах престарелых уже оказались в состоянии некоторой заброшенности, они уже лишены дома и уюта, поэтому важно не оставлять стариков, когда начинаешь с ними регулярно общаться. Пожилые люди привязываются не так, как дети, конечно. Но если вдруг бабушка с кем-то переписывалась или к ней кто-то ездил, она будет страдать, если человек исчезнет. Всё это – тоже большая ответственность, которая окупается ответным теплом и благодарностью.

Практикум

Поговорим о том, как реализуется методика Service-learning в других странах. Обучение служению уже является неотъемлемой частью многих студентов и преподавателей, которые захотели внести свой вклад в улучшение мира.

Примеры «Обучения служению» из European Observatory of Service-learning in Higher Education (EOSLHE)

Первый пример: организация университетского конгресса. Этот проект выполняется в рамках интегрированных проектных предметов с момента создания образовательной программы «Экономика, лидерство и управление» на экономическом факультете Университета Наварры.

На третьем году обучения весь класс берёт на себя полную ответственность за организацию конгресса для университетского сообщества и самостоятельно справляется со всеми задачами, связанными с данным проектом, для успешной реализации мероприятия.

Так, конгресс «Наш мир 2021» был полностью организован первым выпускным классом. Двухдневное событие было посвящено анализу актуальных сегодня и, возможно, в ближайшем будущем проблем. Были охвачены три тематические области: роль держав в сирийском конфликте, будущее Китая и его место в мире, а также технологическое общество.

На двухдневном конгрессе 2017 года участники рассматривали проблему неудач с разных точек зрения. В дополнение к конференциям были проведены семинары с активным участием слушателей. На одном из семинаров проведена совместная работа в небольших командах старшеклассников и пенсионеров. Пенсионеры делились своим опытом и жизненными уроками.

Для реализации обоих конгрессов студенты получили финансирование через краудфандинговые кампании и спонсорскую помощь на сумму более 5 000 евро.

Второй пример: полевые работы, проводимые Университетом Вика в Испании.

Полевая работа длилась два месяца при участии студентов, изучающих трудотерапию и физиотерапию. В течение этого времени молодые люди получали грант на профессиональное обучение. Работа велась под руководством ландшафтных архитекторов и экспертов по развитию спортивных мероприятий в природной среде.

Во-первых, была создана связь с зелёным кольцом города Вик, чтобы соединить городские сады с приречным лесом. Для этого была проложена дорожка, вдоль которой посадили 60 лип. Это позволило создать цепь (из 10 000 шагов), которая проходит от моста Керальт, расположенного в центре города, до моста Брюггер, находящегося в приречном лесу. Его целью является содействие развитию спорта и оздоровлению граждан.

Следующим действием стало создание Монастырского сада. Это место, представляющее большую историческую и художественную ценность, находится в соборе Вик, в клуатре XII–XIV веков с романской и готической частью. Там находится могила известного философа Хайме Бальмеса. В результате восстановили традиционные клумбы монастыря, удалили сорняки, уложили геотекстиль на клумбах, обрезали существующие деревья и кустарники, посадили оливковое дерево, кипарисы, абелии, розмарин, лаванду, гортензии и сезонные растения. Стоит упомянуть и о восстановлении старых решёток собора, которые были интегрированы в дизайн сада и послужили основой для вьющихся роз.

Впоследствии был создан Сад искусств, расположенный перед городским Центром исполнительских искусств (L'Atlàntida). Это здание является иконой современного Вика. По этой причине было выбрано тонкое вмешательство, чтобы не отвлекать внимание от здания. Были посажены церцис, лаванда, розмарин, розы и гингко билоба.

Более ста детей из школы Эль Эскориал приняли участие в посадке, поскольку одним из ключевых моментов проекта являлось участие всех граждан.

Сад личностей, основанный на граффити, был создан с целью привлечения молодёжи. В его создании приняли участие двадцать пять граффити-художников города. Это пространство планировалось как основа для скалодрома. Очень важно содействовать гражданскому участию этого коллектива, учитывая апатию, которую он демонстрирует, а также создавать общественные пространства, которые молодые люди ощущают как свои собственные. Граффити имеет большое символическое значение, поскольку обозначает желание художников выразить свою индивидуальность и оставить свой след в мире. Как справедливо сказала Арендт (1997), человек вводит себя в мир через свои слова и действия. Поэтому очень важно облегчить это вхождение в мир молодых людей, которые в настоящее время находятся в закрытом обществе.

Первый этап был завершён созданием Философского сада, в котором соединились ландшафтный дизайн и искусство. Речь идёт о создании сада света в рамках парка Бальмеса, посвящённого философу. Вмешательство заключалось в создании работы «El corazón del Cielo, el corazón de la Tierra» («Сердце неба, сердце земли»). Это сад света, состоящий из 12 колонн. Шесть из них – голубые, символизирующие небо, мир идей. Шесть – зелёные, символизирующие Землю. Небо и Земля ведут диалог в саду. В колонках также приведены цитаты из Бальмеса.

Курс об этикете для подростков



Летняя творческая площадка: «Галопом по миру»

В течение семи дней все воспитанники Центра ГБУСО (25–50 детей разного возраста) вместе с педагогами «путешествуют» по разным странам мира с помощью студентов социальных специальностей – волонтеров. Дети знакомятся с культурой и традициями, с национальной кухней и играми каждой представленной страны. Они разучивают песни и танцы, рисуют и играют, занимаются рукоделием, общаются с волонтерами из разных стран.

Занятия с детьми проводятся в группах, для старших и младших отдельно, чтобы ребятам всех возрастов было интересно.

Каждому из ребят предоставляется великолепная возможность побывать в путешествии, при этом не выезжая из города.

Одновременно этот проект направлен на развитие волонтерства, в проекте со стороны организаторов участвуют студенты и старшеклассники – волонтеры. Активная жизненная позиция молодых людей, их желание помогать и познавать жизнь способствуют привлечению студентов социальных специальностей в ряды волонтеров. Проект, среди прочего, направлен на развитие у молодых волонтеров таких навыков, как коммуникация, работа в команде, лидерство, эмоциональный баланс и ученичество. Планируется привлечение 7–10 молодых волонтеров.

Что это за проект: Каждому из детей предоставляется великолепная возможность побывать в путешествии, не выходя из города (дома). Все действующие лица на территории переименовываются по сюжетной линии.

Цель: Каждый день ребята оказываются в новой стране. Им нужно собрать кусочки карты или разгадать тайну каждой страны, а также познакомиться с её культурой.

Есть и главная цель: отыскать клад или сокровище! (В игре волонтеры обязательно делают ударение на том, что у ребят получилось найти клад, потому что они были дружными, добрыми и так далее – что они научились доброте, дружбе и другим важным вещам.)

Социальная значимость проекта

Часто дети, оставшиеся без попечения родителей и живущие в детских домах, имеют весьма ограниченный социальный опыт, не имеют знаний и навыков, необходимых для интеграции в общество и начала самостоятельной жизни. Эти дети часто не умеют общаться индивидуально, все решения за них принимают взрослые, поэтому навыки общения, принятия решений, взятия ответственности за происходящее на себя у них бывают недостаточно развиты. Воспитанники детских домов часто не понимают, как действовать в незнакомой ситуации или обстановке, у них не развит навык поиска совета и доверительного общения в сложной ситуации.

Программа творческой площадки построена именно с упором на внимание к каждому ребёнку, на помощи в социальной адаптации каждого воспитанника центра помощи детям.

Многолетний опыт работы лидеров-волонтеров в подобных летних лагерях, где также трудились студенты-волонтеры из разных стран, показывает, как полезно привлекать к волонтерской деятельности международных студентов. Это добавляет интересный аспект опыту социальной адаптации – общение с иностранцами расширяет кругозор, обогащает понимание и опыт выбора различных поведенческих парадигм.

В предлагаемом проекте две целевые группы:

1. Воспитанники центра помощи детям, оставшимся без попечения родителей,
2. Молодые волонтеры ВШЭ.

Кроме непосредственной цели проведения творческой площадки, в своей работе и в этом проекте мы стремимся:

- Воспитывать доброжелательные взаимоотношения между детьми, готовность помочь пострадавшему или более слабому.
- Помогать детям учиться считаться с мнением других ребят, учитывать возможности и желание друг друга.
- Тактично влиять на взаимоотношения детей, приучая их уважать интересы и права друг друга.
- Воспитывать нравственность.
- Развивать творческое воображение, способствовать совместной игре.
- Воспитывать умение справедливо решать споры.
- Способствовать выявлению и формированию разнообразных интересов и способностей.
- Закреплять положительные чувства и привычки.
- Учиться выполнять установленные правила.

Для будущих волонтеров наш проект – это возможность проявить свою активную жизненную позицию, реализовать себя в социально полезной работе. Волонтеры смогут получить новые знания и опыт через взаимодействие с воспитанниками детского дома разных возрастов, подготовку и реализацию образовательной программы в игровой, творческой форме, а также опыт создания атмосферы и настроения праздника.

Волонтерами становятся студенты разных специальностей – медики и педагоги, спортсмены и музыканты, повара и художники. Для них творческая площадка – это также общение с другими волонтерами, творческая командная работа, практика общения на разных языках, практика взаимоотношений с новыми людьми, с которыми необходимо сделать совместную работу – и сделать её хорошо.

Полное описание проекта, презентация проекта

Работа летней творческой площадки организуется в рамках направления «Подарим радость».

Задачи:

- Воспитывать доброжелательные взаимоотношения между детьми.
- Учитывать мнение других детей, возможности и желания друг друга.
- Тактично влиять на взаимоотношения детей, приучая их уважать интересы и права друг друга.
- Воспитывать нравственные чувства.
- Развивать творческое воображение, способствовать совместной организации игры.
- Воспитывать умение справедливо решать споры.
- Способствовать выявлению и формированию разнообразных интересов и способностей.
- Закрепить положительные чувства и привычки.
- Воспитывать доброжелательность, готовность помочь пострадавшему.
- Учить выполнять установленные правила.

Каждая тема в новой стране: что главное для каждой страны? Или что важное, любимое? Здесь можно обыграть то, что в каждой стране больше всего ценится доброта и отзывчивость её людей – и то, что если человек стремится к добру и к помощи окружающим, это делает его страну и жизнь в его стране весёлой, интересной. Необходимо объединить игровую часть, поиск сокровищ с объяснением важных понятий доброты, дружбы, заботы и т. д.

Способ достижения каждой страны разный (ребята «плывут», «летят», «едут» в разные страны).

Перед началом путешествия в каждую страну волонтеры рассказывают о ней (традиции, население, праздники и пр.) – этим занимается ведущий.

Места путешествий оформляются в стиле стран, которые посещаются.

Игры проводятся в национальных костюмах.

На площадке обязательно присутствует флаг страны, которую посещают путешественники.

На месте исходного и конечного исхода в очередную страну вешается карта мира и карта страны на каждый день.

После каждого путешествия участники на память об изученной стране получают подарок – национальный сувенир.

Возможное содержание каждого дня:

- Перед каждой страной – сценка, которая подводит к теме и рассказывает о стране, или маленькое вступление, введение ребят в игру.
- В каждой стране проводится игра (национальная). В неё могут играть все в отдельных группах и потом вместе. Также важно учитывать возраст детей: одна игра для маленьких, другая для больших.
- Дети готовят национальное блюдо. Заранее приготовленные продукты, по возможности рецепт, распечатанный на большом листе и повешенный на видном месте. Также по количеству детей нужно приготовить кулинарные книжки и рецепт каждой страны, заранее записанный на отдельных листочках, которые после приготовления блюда будут вклеены или вставлены в книжку. Желательно, чтобы была фотография блюда, которую следует показать перед приготовлением: дети должны увидеть, что они будут готовить.
- Разучивание танца или песни с движениями. Записать слова песни, возможно, даже «транскрибировать» по-русски – для лёгкости запоминания. Также учитывать возраст. Есть 15-летние и 5-летние дети – с разными знаниями языка.
- Ребята больше узнают об этикете. Традиции в приветствии, как одеваются люди из разных стран, почему. История, география. Можно показать фильм о стране.

Над методическим пособием работали:

Гаете Сепулведа Магдалена Алехандра

Руководитель

Проектно-учебная лаборатория «Управления репутацией в образовании» НИУ ВШЭ в Санкт-Петербурге

Ким Максим Алексеевич, ОП Экономика, 2 курс

Масич Валерия Алексеевна, ОП Социология и социальная информатика, 4 курс

Кульбаева Александра Юрьевна, ОП Социология и социальная информатика, 4 курс

Никольская Анастасия Максимовна, ОП Социология и социальная информатика, 4 курс

Скопина Алиса Дмитриевна, ОП Реклама и связи с общественностью, 4 курс



НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ



**ФОНД
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ**

Проект по развитию интеллектуального волонтерства социальной направленности и социального предпринимательства в вузах реализуется АНО АСИИ совместно с НИУ ВШЭ с использованием гранта Президента Российской Федерации на развитие гражданского общества, предоставленного Фондом президентских грантов