



WOŁONTARIAT INKLUZYWNY

PRAKTYCZNY PRZEWODNIK DLA KOORDYNATORÓW WOŁONTARIATU W SZKOLE

- ➔ Jak organizować wolontariat by uczniowie z niepełnosprawnościami uczestniczyli w szkolnym wolontariacie.
- ➔ Jak wspierać mocne strony uczniów z niepełnosprawnościami, by wolontariat pozwolił im na pełne uczestnictwo w społeczności szkolnej.
- ➔ Jak wolontariat szkolny może zapobiegać wykluczeniu społecznemu osób niepełnosprawnościami.



Wolontariat Inkluzywny
Praktyczny przewodnik dla
Koordynatorów wolontariatu w szkole

Fundacja Aktywizacja, Oddział w Warszawie
Opracowanie merytoryczne: Magdalena Pietrowska, Piotr Sędek
Zdjęcie pobrano ze strony Pexels

Warszawa, 2025 r.

Spis treści

Wolontariat inkluzywny	5
Znaczenie integracji i dostosowania działań do różnych potrzeb	7
Niepełnosprawność ruchowa	9
Niepełnosprawność słuchu	15
Niepełnosprawność wzroku	20
Spektrum autyzmu	25
Niepełnosprawność intelektualna w stopniu lekkim	30
Podsumowanie	35
Przydatne strony	37

WOLONTARIAT SZKOLNY

Wolontariat inkluzywny to działanie w które każdy uczeń niezależnie od wieku, umiejętności, statusu czy niepełnosprawności – może się angażować.

Wolontariat inkluzywny promuje równość, akceptację i włączenie osób z różnorodnymi potrzebami.

Tożsamość człowieka składa się z wielu cech, a niepełnosprawność jest tylko jedną z nich.

To bariery w otoczeniu są problemem, nie sama niepełnosprawność.

Wolontariat inkluzywny

Wprowadzenie

Wolontariat w szkole to przestrzeń, w której młodzi ludzie uczą się empatii, współpracy i odpowiedzialności.

Uczniowie z niepełnosprawnościami wnoszą do zespołu wyjątkową wrażliwość, uważność i determinację. Włączenie uczniów z niepełnosprawnościami w działania społeczne daje im poczucie sprawczości, a całej grupie – szansę na naukę współdziałania w różnorodności.

Rolą nauczyciela-opiekuna jest stworzenie takich warunków, by każdy uczeń mógł działać w ramach swoich możliwości, doświadczać sukcesu i poczuć się potrzebny.

Angażowanie uczniów w tworzenie szkolnego wolontariatu to zadanie pełne wyzwań.

Jak zachęcać do udziału w wolontariacie, jak sprawić, aby był on atrakcyjny i ważny dla wielu grup uczniów?

Jak osiągnąć efekt, aby każdy, kto zgłosi się, dotrwał do końca i miał satysfakcję z udziału i wykonanych zadań.

Jak zagospodarować tę wspólną przestrzeń dodatkowej aktywności w taki sposób, aby łączyła coraz większe grupy uczniów i stała się źródłem budowania relacji, otwartości i zrozumienia dla współpracy z kolegą/koleżanką z niepełnosprawnością.

- ✓ Odwołuj się do mierzalnych faktów pokazując pozytywne skutki.
- ✓ Wskazuj na pozytywne efekty, które mogą odnosić się do tego co widoczne dla wszystkich np. organizacja i obsługa jakiegoś wydarzenia.
- ✓ Wskazuj na indywidualne korzyści bezpośrednio dotyczące wolontariuszy.

- ✓ Zapraszaj do wolontariatu z wykorzystaniem włączającego, zachęcającego języka.

Zebranie grupy wolontariuszy to początek.

- ✓ Bardzo istotne we wspólnym działaniu włączającym dzieci z niepełnosprawnością to podkreślanie faktu, że niepełnosprawność to jedna z wielu cech, którą można opisać kolegę/koleżankę, że każdy ma własną drogę do realizacji siebie i bycia szczęśliwym.
- ✓ To wskazywanie, że niepełnosprawność w żaden sposób nie jest powodem do pomijania w relacjach i angażowaniu w możliwości, jakie daje wolontariat.
- ✓ To wskazywanie na te cechy, umiejętności, zachowanie, które często w pierwszym kontakcie są niewidoczne, a na których można oprzeć udział w realizacji zadania.

W broszurze poprzez przykłady będziemy zwracali szczególną uwagę na potrzebę i powszechność angażowania osób z niepełnosprawnością w różnorodne zadania a także na powszechność podejścia, w którym usuwając różnorodne bariery zewnętrzne, uczymy się pracy w zespole różnorodnym. Warto zwrócić uwagę, że luźniejszy, nie tak formalny jak na lekcji, charakter zaangażowania w działania wolontariatu, sprzyja rozwijaniu otwartości, empatii i umiejętności współpracy wszystkich uczniów.

Możliwość budowania osobistych relacji i kontaktów jest jednym z istotnych elementów, wolontariatu. Udział wszystkich zainteresowanych uczniów jest niezwykle ważny. Niezależnie czy posiadają niepełnosprawność i czy jest ona widoczna, czy jej nie widać.

W codziennej pracy koordynatora /opiekuna szkolnego wolontariatu warto podkreślić wagę indywidualnej rozmowy i dobrego poznania wolontariusza z niepełnosprawnością. Wiedza dotycząca zainteresowań, hobby, mocnych stron pozwoli lepiej przydzielić zadania i pokierować grupą wolontariuszy.

Rozmowa o specyficznych potrzebach lub ich braku jest równie ważnym elementem, który może zupełnie zmienić przekonanie jak pracować z danym uczniem, wynikające z wcześniejszych doświadczeń lub typowych odniesień związanych z konkretną niepełnosprawnością.

Indywidualna rozmowa z wolontariuszem pozwoli też lepiej poznać motywacje i obawy związane z udziałem w wolontariacie. Oczekiwania, nie zawsze muszą być wypowiedziane na forum. Uważność i osadzenie rozmowy w kontekście udziału w zadaniach wolontariatu pozwolą lepiej poznać obszary i sytuacje, na które należy zwrócić uwagę. Pozwolą na ograniczenie i eliminację trudnych sytuacji w przyszłości.

Znaczenie integracji i dostosowania działań do różnych potrzeb

Zaproszenie do udziału w wolontariacie ucznia/uczenicy z niepełnosprawnością jest istotnym elementem wpływającym na wzmacnianie uważności na potrzeby drugiej osoby.

Wolontariat pozwala na budowanie relacji opartych na wzajemnej pomocy, wsparciu i komunikowaniu własnych potrzeb.

Atmosfera bezpieczeństwa i zaufania powinna być kreowana w każdym momencie zaangażowania wolontariusza/ wolontariuszki niezależnie od niepełnosprawności wśród koleżanek i kolegów.

Każdy ma własne, różne potrzeby. To dotyczy także uczniów z niepełnosprawnościami. Wszystkie potrzeby są równie ważne i o ile nie wpływają na komfort innych, bądźmy na nie otwarci i starajmy się je zaopiekować.

Szczególnie dla uczniów z niepełnosprawnościami postawa otwartości i zrozumienia potrzeb jest niezwykle ważna, ponieważ być może doświadczyły jej braku lub prób stygmatyzującego zachowania ze strony innych osób. W budowaniu takiej atmosfery bardzo pomaga obecność i dostępność opiekuna wolontariatu,

do którego uczeń /uczenica z niepełnosprawnością będzie mógł/ mogła zwrócić się ze swoimi pytaniami oraz potrzebami.

Aby relacje w grupie wolontariuszy były wspierające dla wszystkich pamiętajmy o tym, że w ich budowanie zaangażowana jest każda ze stron: zarówno koordynator, jak i wolontariusz.

Codzienny język buduje i kształtuje nasze postawy. Należy o tym pamiętać w bieżącej komunikacji. Co to oznacza w odniesieniu do osób z niepełnosprawnościami? Używanie określeń, które nie definiują osoby z niepełnosprawnością przez problemy z nią związane.

Wiele codziennych negatywnych doświadczeń buduje wśród młodzieży z niepełnosprawnościami lęk przed zaangażowaniem się i mówieniem otwarcie o potrzebach związanych z mocniejszym, pełniejszym zaangażowaniem się. Kiedy postawa wobec wszystkich wolontariuszy będzie opierała się na zrozumieniu i otwartości, uczniom z niepełnosprawnościami zdecydowanie łatwiej będzie mówić o swoich potrzebach, pomysłach, umiejętnościach.

„Posłuchaj”, „Do zobaczenia”, „Chodźmy”, „Idziemy”, „Podejdź, proszę” to naturalne elementy komunikacji. Można swobodnie ich używać, nawet, gdy ktoś do przemieszczania się nie używa swoich nóg czy do słuchania wspomaga się aparatem. Pamiętaj o tym, że naturalna i swobodna komunikacja buduje postawy pełne wzajemnej otwartości oraz zrozumienia.

Obecnie kładziemy szczególny nacisk na kontekst społeczny, w którym tożsamość człowieka składa się z wielu cech, a niepełnosprawność jest tylko jedną z nich. Zgodnie z tym podejściem to bariery w otoczeniu są problemem, nie sama niepełnosprawność. Bariery należy niwelować, również te związane z postawami społeczeństwa.

Osoby z niepełnosprawnościami to bardzo szeroka i różnorodna grupa. Niektóre niepełnosprawności są widoczne, innych (których jest znacznie więcej) nie widać. Broszura ta ma na celu omówienie wybranych niepełnosprawności i przedstawienie podstawowych i uniwersalnych zasad kontaktu i pracy w różnych sytuacjach

życia szkolnego. W kolejnych częściach podajemy przykłady i zasady kontaktu z uczniami posiadającymi wybrane rodzaje niepełnosprawności.

Niepełnosprawność ruchowa

Krótkie wprowadzenie

Niepełnosprawność ruchowa oznacza trudności z wykonywaniem różnych ruchów lub poruszaniem się. U dzieci i młodzieży może pojawić się z powodu choroby, wypadku albo wrodzonych problemów zdrowotnych. Jest to bardzo zróżnicowana grupa – każde dziecko może mieć inne potrzeby i inaczej funkcjonować na co dzień.

Niektóre dzieci potrzebują sprzętu który pomaga im się poruszać, na przykład wózka inwalidzkiego, kul, balkonika, ortez czy specjalnych protez. Inne dzieci mogą potrzebować tylko niewielkiego wsparcia, a ich trudności nie zawsze są widoczne na pierwszy rzut oka.

Przyczyny niepełnosprawności ruchowej u dzieci i młodzieży mogą być różne. Należą do nich m.in.: choroby genetyczne (np. rdzeniowy zanik mięśni), choroby układu nerwowego lub innych układów w organizmie, wady wrodzone, urazy i wypadki (np. złamania, uszkodzenia kręgosłupa), choroby zakaźne.

Niepełnosprawność ruchowa może być niewidoczna, jak u uczniów po przebytych urazach lub operacjach, którzy wyglądają zdrowo, np. Doświadczają trudności z utrzymaniem równowagi, siły czy chwytu (np. Choroby neurologiczne, dystrofie mięśniowe). Może być też widoczna, kiedy dziecko lub nastolatek porusza się na wózku, ma protezę ręki lub nogi, jest niskiego wzrostu albo ma osłabione mięśnie czy stawy.

Dzieci z niepełnosprawnością ruchową, tak jak wszystkie inne, mogą aktywnie uczestniczyć w życiu szkoły i grupy rówieśniczej – czasem po prostu potrzebują dodatkowej pomocy, dostosowania

zajęć lub zrozumienia ze strony otoczenia.

Obszary wymagające wsparcia:

- ✓ trudności w poruszaniu się, przemieszczaniu między salami, korzystaniu ze schodów (czas na przejście z sali do sali, miejsce sali względem schodów, korytarza),
- ✓ dźwiganie przedmiotów, ograniczona siła,
- ✓ trudności z dostępem do niektórych sal, miejsc w szkole (układ ławek, szerokość przejść pomiędzy ławkami),
- ✓ kłopoty z wykonywaniem precyzyjnych ruchów (np. zapinanie guzików, rysowanie, pisanie),
- ✓ trudności z utrzymaniem równowagi lub koordynacji,
- ✓ problemy z chodzeniem lub przyjęciem wygodnej pozycji w ławce (wysokość stolików, wielkość krzesła),
- ✓ zaburzenia orientacji w przestrzeni,
- ✓ osłabione czucie w dłoniach lub nogach,
- ✓ trudności z rozróżnianiem prawej i lewej strony.

Możliwości:

- ✓ wysoka determinacja,
- ✓ dobra organizacja,
- ✓ cierpliwość,
- ✓ empatia i zdolność pracy zespołowej,
- ✓ odporność psychiczna,
- ✓ odpowiedzialność, sumienność.

Jak rozmawiać i wspierać ucznia

- ✓ Traktuj ucznia jak partnera. Nie koncentruj się na sprzecznościach

czy trudnościach, lecz na jego pomysłach i pasjach.

- ✓ Zadawaj pytania, nie zakładaj. Zanim zaoferujesz pomoc, zapytaj: „Czy mogę Ci jakoś pomóc?” „Wolisz, żebym Ci pomógł, czy wolisz spróbować sam?” – to wyraz szacunku i zaufania. Nie każda pomoc jest potrzebna.
- ✓ Zachęcaj do działania w grupie. Uczniowie z niepełnosprawnością ruchową często mają świetne umiejętności organizacyjne i komunikacyjne – mogą koordynować działania, planować, wspierać innych.
- ✓ Podkreślaj sprawczość. Powiedz: „Twoje doświadczenie pomoże innym zrozumieć, że każdy może działać na swój sposób.”
- ✓ Dostosuj przestrzeń rozmowy. Jeśli uczeń korzysta z wózka – usiądź na podobnym poziomie, by kontakt był naturalny i partnerski.
- ✓ Zachowuj naturalność – nie traktuj ucznia inaczej niż pozostałych.
- ✓ Nie uogólniaj – każda osoba z niepełnosprawnością ruchową ma inny zakres możliwości.
- ✓ Unikaj nadopiekuńczości – daj przestrzeń do samodzielności.
- ✓ Szanuj przestrzeń osobistą ucznia – nie dotykaj wózka, kul ani balkoników, jeśli nie poprosi o pomoc.
- ✓ Dostosuj przestrzeń wspólnej pracy tak, by uczeń miał równy dostęp do materiałów i narzędzi.
- ✓ Włącz ucznia w planowanie działań – niech sam wskaże, jak może się zaangażować.

Jak angażować ucznia w działania wolontariackie

- ✓ Powierzaj zadania organizacyjne, komunikacyjne, promocyjne lub plastyczne.

- ✓ Włącz ucznia w planowanie działań – może koordynować, projektować plakaty, przygotowywać materiały.
- ✓ Zadbaj o dostępność przestrzeni: podjazdy, szerokie przejścia, dostęp do stołów.
- ✓ W działaniach wyjazdowych uwzględnij przystosowanie transport (tramwaj, autobus niskopodłogowy).
- ✓ Zachęcaj kolegów, koleżanki do wzajemnej uważności, pytania o pomoc i wspierania się nawzajem.
- ✓ Wykorzystaj zdolności organizacyjne – uczniowie często świetnie planują i koordynują działania, gdy aktywności wymagają mniej wysiłku fizycznego, a więcej komunikacji i planowania.
- ✓ Zachęć do działań, które wymagają uważności i konsekwencji, nie siły fizycznej.

Dobre praktyki

- ✓ Zapewnij dostępność przestrzeni i materiałów (np. bezpieczne miejsce do odstawienia kul, chodzika).
- ✓ Zadbaj, by sprzęt pomocniczy (wózek aktywny, kule, chodzik inne indywidualne wyposażenie) był traktowany z szacunkiem, traktuj go jako część ciała ucznia.
- ✓ Zapewnij równe tempo i czas pracy.
- ✓ Zachęcaj do samodzielności.
- ✓ Sprawdź czy placówka do której się wybieracie jest w pełni dostępna, czy aby skorzystać z urządzeń zapewniających dostępność (podnośniki, schody) nie wymaga udziału pracownika tej instytucji (asystenta).
- ✓ Nie pomagaj bez pytania.

PRZYKŁADY ZADAŃ

WARTO PROPONOWAĆ:

- ✓ prowadzenie lub współprowadzenie profilu wolontariatu w mediach społecznościowych,
- ✓ przygotowywanie listy potrzebnych materiałów i ich zamawianie,
- ✓ opracowywanie plakatów, grafik, zaproszeń,
- ✓ telefoniczne lub mailowe kontaktowanie się z organizacjami,
- ✓ przygotowanie poczęstunku na kiermasz, organizacja loterii, dekoracji.



„Kuba, uczeń poruszający się na wózku, prowadził szkolny punkt pomocy seniorom – koordynował telefony i planował dostawy zakupów.”

„Zosia z niepełnosprawnością ruchową przygotowała wraz z kolegami warsztaty o barierach architektonicznych dla klas młodszych.”

„Uczniowie stworzyli mapę dostępnych miejsc w okolicy – pomysł wyszedł od wolontariuszki, która codziennie sprawdzała trasy pod kątem barier.”



UNIKAĆ ZADAŃ:

- ✓ wymagających dźwigania, noszenia ciężkich przedmiotów,
- ✓ działań w trudno dostępnych miejscach (np. terenowych akcji bez podjazdu),
- ✓ zadań z dynamicznym ruchem (np. gra terenowa).

Co zyska wolontariat

Uczniowie zyskują kapitał umiejętności współpracy z osobami z niepełnosprawnością ruchową.

Uczniowie z niepełnosprawnościami integrację, informację o swoich mocnych stronach we współpracy rówieśniczej.

Zespół uczy się współpracy i wrażliwości na potrzeby innych. Wspólne działanie pokazuje, że ograniczenia fizyczne nie przekreślają możliwości działania i zaangażowania społecznego.

Niepełnosprawność słuchu

Krótkie wprowadzenie

Niepełnosprawność słuchu oznacza trudności w słyszeniu dźwięków i rozumieniu tego, co mówią inni. U dzieci i młodzieży może to oznaczać problemy z odbieraniem różnych bodźców dźwiękowych — na przykład trudno im usłyszeć, czy dźwięk jest głośny czy cichy, wysoki czy niski, albo z której strony dochodzi.

Wiele dzieci i nastolatków z niepełnosprawnością słuchu korzysta z aparatów słuchowych, implantów ślimakowych albo systemów FM, które pomagają im lepiej słyszeć. Trzeba jednak pamiętać, że nawet najlepsza technologia nie sprawia, że słyszą „normalnie”. Nawet mały hałas w klasie czy na korytarzu może utrudniać im zrozumienie mowy. Niektóre dzieci mogą też mówić mniej wyraźnie, bo trudniej im słyszeć własny głos.

RODZAJE NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI SŁUCHU U DZIECI I MŁODZIEŻY

1. Dzieci niedosłyszające (słabosłyszające)

Mają lekki lub umiarkowany ubytek słuchu. Może to utrudniać naukę mówienia i rozumienie nauczyciela, zwłaszcza gdy w klasie jest głośno.

Dzieci, które straciły słuch po nauczaniu się mowy (np. po 5. roku życia), zwykle mówią swobodnie, ale mają kłopot z odbiorem informacji — trudniej im usłyszeć, co ktoś mówi.

W dobrych warunkach, np. kiedy jest cicho i mówiący stoi blisko, mogą bardzo dobrze rozumieć i prowadzić rozmowę. Często zwracają też uwagę na ruch ust rozmówcy.

2. Dzieci głuche (niesłyszące)

Mają bardzo duży lub całkowity ubytek słuchu. Nie są w stanie naturalnie nauczyć się języka mówionego tylko przez słuchanie. Nauka mówienia trwa długo i nie zawsze jest skuteczna.

Dla wielu dzieci głuchych język polski jest jak język obcy, dlatego mogą mieć trudności z rozumieniem trudnych tekstów, dłuższych poleceń czy skomplikowanych zdań.

Wiele z nich porozumiewa się językiem migowym, który jest pełnoprawnym językiem wizualnym – ma swoje zasady, słownictwo i gramatykę.

W środowisku osób niesłyszących ważne jest poprawne nazywanie różnych grup.

- ✓ Określenie „Głuchy” (z dużej litery) jest akceptowane i oznacza osobę, która identyfikuje się z kulturą Głuchych – ich historią, sposobem komunikacji i wartościami.
- ✓ Natomiast słowo „głuchoniemy” jest niepoprawne i obraźliwe, bo sugeruje, że osoby głuche nie mogą mówić – a to nieprawda. Język migowy jest pełnoprawnym sposobem komunikacji.

Obszary wymagające wsparcia:

- ✓ trudności w odbiorze komunikatów słownych,
- ✓ w rozumieniu mowy w hałasie,
- ✓ odbieraniu komunikatów słownych,
- ✓ utrudnione zrozumienie grupowych rozmów oraz rozmów bez wizualnych wskazówek.

Możliwości:

- ✓ doskonała pamięć wzrokowa,
- ✓ spostrzegawczość,

- ✓ uważność na szczegóły,
- ✓ wrażliwość wizualna,
- ✓ zdolność skupienia i uważności.

Jak rozmawiać i wspierać ucznia

- ✓ Patrz na ucznia podczas mówienia, nie zasłaniaj ust – odczytuje on treść z ust.
- ✓ Nie krzycz i nie przesadzaj z mimiką – mów naturalnie i wyraźnie.
- ✓ Upewnij się, że otoczenie jest dobrze oświetlone.
- ✓ W hałaśliwym otoczeniu używaj notatek lub komunikacji pisemnej.
- ✓ Jeśli to możliwe, zapewnij tłumacza PJM lub ucznia-partnera wspierającego.
- ✓ Warto poznać podstawowe gesty migowe – pokazuje to szacunek i chęć komunikacji.
- ✓ Sprawdzaj zrozumienie poleceń – najlepiej poprzez krótkie podsumowania pisemne.
- ✓ W grupie ustal sygnały wizualne, np. podniesienie ręki oznacza „mówię”.
- ✓ Dzieci z lekkim ubytkiem słuchu zwykle dobrze radzą sobie z rozmową twarzą w twarz i mogą korzystać z telefonu.
- ✓ Dzieci z umiarkowanym ubytkiem słuchu potrzebują aparatów słuchowych lub implantów, aby dobrze rozumieć mowę.
- ✓ Dzieci głuche porozumiewają się najczęściej językiem migowym lub pisanie – mogą używać kartki, telefonu, tabletu czy wiadomości SMS.

Jak angażować ucznia w działania wolontariackie

- ✓ Uczeń może tworzyć materiały wizualne, grafiki, plakaty, filmy z napisami.
- ✓ Angażuj w prace plastyczne, porządkowe, promocyjne i logistyczne.
- ✓ W małych grupach warto ustalić jasne sygnały wizualne (np. podniesienie ręki, pokazanie kartki).
- ✓ Zadbaj o jasny, wizualny system komunikacji – tablice, plakaty, notatki.
- ✓ Jeśli to możliwe, zapewnij tłumacza lub kolegę wspierającego.

Dobre praktyki

- ✓ Mów wyraźnie, nie zasłaniaj ust,
- ✓ Dbaj o dobre oświetlenie i ciszę,
- ✓ Ogranicz hałas w tle,
- ✓ Zapisuj kluczowe informacje,
- ✓ Ustal wizualne formy komunikacji,
- ✓ Zapewnij przestrzeń na pytania.

PRZYKŁADY ZADAŃ

WARTO PROPONOWAĆ:

- ✓ tworzenie plakatów i grafik do akcji wolontariackich,
- ✓ opracowywanie napisów do filmów promocyjnych,
- ✓ fotografowanie wydarzeń,

- ✓ prace w ciszy i skupieniu – np. segregowanie, układanie materiałów.

UNIKAĆ ZADAŃ:

- ✓ wymagających stałej komunikacji werbalnej (np. konferansjerka, rozmowy telefoniczne),
- ✓ działań w hałaśliwym środowisku bez wsparcia komunikacyjnego.

Co zyska wolontariat

Uczniowie zyskują kapitał umiejętności współpracy z osobami z niepełnosprawnością słuchu.

Uczniowie z niepełnosprawnościami integrację informacji o swoich mocnych stronach we współpracy rówieśniczej.

Wolontariat staje się miejscem uczenia się komunikacji pozawerbalnej, uważności i empatii oraz spokoju i wizualności. Grupa odkrywa, że słuchanie to nie tylko odbieranie dźwięków, ale także rozumienie i współdziałanie.

Niepełnosprawność wzroku

Krótkie wprowadzenie

Niepełnosprawność wzroku oznacza, że dziecko lub nastolatek widzi gorzej albo nie widzi wcale. Może to dotyczyć ostrości widzenia (czy coś widać wyraźnie), rozpoznawania kształtów albo pola widzenia (czy widzi się też „kątem oka”).

WŚRÓD DZIECI I MŁODZIEŻY MOŻEMY SPOTKAĆ:

- ✓ Dzieci niewidome – nie widzą od urodzenia albo od bardzo wczesnych lat.
- ✓ Dzieci ociemniałe – wcześniej widziały, ale straciły wzrok np. z powodu choroby lub wypadku, najczęściej po 5. roku życia.
- ✓ Dzieci słabowidzące – widzą, ale w ograniczonym zakresie; wymagają większego wysiłku, aby dostrzec szczegóły lub odnaleźć się w przestrzeni.

W praktyce każda osoba z niepełnosprawnością wzroku może widzieć inaczej – nie ma jednej „normy”. Dwoje uczniów z tą samą diagnozą może funkcjonować zupełnie inaczej.

JAK FUNKCJONUJĄ DZIECI NIEWIDOME I OCIEMNIAŁE?

- ✓ Uczą się świata głównie przez dotyk i słuch.
- ✓ Pojęcia takie jak kolor, perspektywa czy wygląd przedmiotów mogą być dla nich abstrakcyjne.
- ✓ Część z nich widzi światło lub ma resztki widzenia, co pomaga im orientować się w otoczeniu.
- ✓ Mogą korzystać z białej laski, pomocy asystenta, psa

przewodnika, czytników elektronicznych czy aplikacji mówiących.

- ✓ Nie wszystkie dzieci niewidome znają pismo Braille’a – to jeden z możliwych sposobów czytania, ale nie jedyny.

Wzrok to bardzo indywidualny zmysł. Dzieci słabowidzące mogą widzieć lepiej lub gorzej w zależności od: stanu zdrowia, zmęczenia, emocji, oświetlenia w otoczeniu.

Dzieci i młodzież z niepełnosprawnością wzroku mogą korzystać m.in. z: białej laski, asystenta lub psa przewodnika, lup i powiększalników, elektronicznych czytników i aplikacji, okularów przeciwsłonecznych, gdy światło jest zbyt mocne.

Obszary wymagające wsparcia:

- ✓ trudności w orientacji przestrzennej,
- ✓ odczytywaniu tekstów drukowanych,
- ✓ rozpoznawaniu twarzy, pracy w niestabilnym otoczeniu.
- ✓ Jeśli mają obniżoną ostrość wzroku (np. przy zaćmie): mogą mieć problemy z czytaniem, pisanem, widzeniem szczegółów na obrazkach, mogą potrzebować jaśniejszego światła lub przeciwnie – miewać światłowstręt.
- ✓ Jeśli pole widzenia jest zwężone (np. przy jaskrze lub zwyrodnieniu plamki): mogą gorzej orientować się w przestrzeni, mogą mieć trudności z chodzeniem po schodach czy przejściem przez krawężnik, mają problem z widzeniem w ciemnych pomieszczeniach albo przy gwałtownej zmianie światła, mogą mieć trudności z oceną odległości.
- ✓ Niektóre dzieci widzą podwójnie, mają zaburzone widzenie barw lub obraz rozmazany czy zniekształcony.

Możliwości:

- ✓ rozwinięta pamięć słuchowa,
- ✓ wrażliwość na dźwięki,
- ✓ logiczne myślenie,
- ✓ wysoka empatia i koncentracja,
- ✓ umiejętność planowania.

Jak rozmawiać i wspierać ucznia (z uwzględnieniem stopnia ograniczenia widzenia)

- ✓ Gdy wynika to z ograniczenia stopnia widzenia, przedstawiaj się z imienia, gdy zaczynasz rozmowę.
- ✓ Gdy wynika to z ograniczenia stopnia widzenia, opisz przestrzeń i sytuację: „Po lewej stronie są stoły, przed Tobą jest krzesło”.
- ✓ Gdy wynika to z ograniczenia stopnia widzenia, mów, co zamierzasz zrobić: „Położę kartkę po prawej stronie biurka.”
- ✓ Używaj jasnych opisów zamiast gestów.
- ✓ Unikaj gestów i wskazywania „tu”, „tam” – używaj kierunków i opisów.
- ✓ Nie ciągnij ucznia za rękę – zaproponuj, by chwycił Cię pod łokieć.
- ✓ Ustal jasne sygnały głosowe, które pomogą w komunikacji.
- ✓ W kontaktach grupowych podawaj imiona osób, które mówią.

Jak angażować ucznia w działania wolontariackie

- ✓ Świetnie sprawdzi się w działaniach wymagających

słuchu i koncentracji: nagrywanie, prowadzenie audycji, zapowiedzi, życzeń, komunikatów.

- ✓ Może wspierać młodsze dzieci – opowiadaniem, czytaniem książek z dużym drukiem lub audiobooków.
- ✓ Może telefonicznie lub ustnie przekazywać informacje (np. zapraszać na wydarzenia, przekazywać komunikaty).
- ✓ Może przygotowywać proste dekoracje lub ozdoby, jeżeli materiały mają wyraźne kontrasty lub faktury.
- ✓ Może sortować przedmioty wg kategorii rozpoznawalnych dotykiem (np. Dary: miękkie, zabawki, ubrania, papiernicze).
- ✓ Może tworzyć treści audio do mediów szkolnych (podcast, audycja, ogłoszenia).

Dobre praktyki

- ✓ Ustal sposób komunikacji głosowej.
- ✓ Informuj o zmianach w przestrzeni. Zachowaj stały układ mebli, wyposażenia miejsca spotkań.
- ✓ Opisz otoczenie.
- ✓ Ułatwiaj dostęp do materiałów cyfrowych lub audio (czytniki ekranu, audiodeskrypcja).
- ✓ Daj uczniowi czas na orientację i działanie.
- ✓ Zadbaj o porządek i stałość układu przestrzeni – zmiany utrudniają orientację.
- ✓ Włącz ucznia w działania edukacyjne, np. warsztaty o wrażliwości sensorycznej.
- ✓ Ustal stałe zasady komunikacji.

PRZYKŁADY ZADAŃ

WARTO PROPONOWAĆ:

- ✓ realizacja nagrywań audiobooków lub podcastów,
- ✓ prowadzenie wywiadów, opowiadanie historii dzieciom,
- ✓ organizację akcji promujących wrażliwość sensoryczną,
- ✓ porządkowanie dokumentów w formie dźwiękowej.

UNIKAĆ ZADAŃ:

- ✓ wymagających samodzielnej orientacji w nowym, nieznanym terenie,
- ✓ konieczności samodzielnego poruszania się środowisku zewnętrznym,
- ✓ pracy w dynamicznym, zmiennym środowisku bez asysty.

Co zyska wolontariat

Umiejętność komunikacji z osobą słabowidzącą, co może pomóc w trakcie życia zawodowego i rodzinnego.

Dla osób z niepełnosprawnością, wzmocnienie mocnych stron, sprzyjające właściwym wyborom na ścieżce edukacyjnej i zawodowej.

Uczniowie zyskują kapitał umiejętności współpracy z osobami z niepełnosprawnością wzroku.

Zespół rozwija empatię, wrażliwość na słowo, uczy się precyzyjnego opisywania rzeczywistości i dostrzegania szczegółów, które dla innych są oczywiste.

Spektrum autyzmu

Krótkie wprowadzenie

Spektrum autyzmu to grupa różnorodnych trudności, które dotyczą rozwoju, a nie choroby. Dzieci i młodzież w spektrum mogą mieć problemy z nawiązywaniem relacji, rozmową z innymi oraz zrozumieniem zasad, które dla większości rówieśników są oczywiste.

Uczniowie w spektrum często mają powtarzalne zachowania, własne rytuały i bardzo konkretne zainteresowania, którym potrafią poświęcać dużo czasu.

Mówimy o "spektrum", ponieważ osoby w spektrum bardzo się od siebie różnią. To szeroka grupa, w której są: dzieci niemówiące lub mówiące niewiele, dzieci potrzebujące dużo wsparcia w codziennym życiu, osoby bardzo dobrze mówiące i świetnie radzące sobie w nauce, nastolatki, które osiągają sukcesy szkolne i zawodowe, ale mają trudności społeczne.

Nie ma jednej „wersji” autyzmu – każde dziecko ma własne potrzeby i mocne strony.

- ✓ Dzieci wysoko funkcjonujące dobrze radzą sobie intelektualnie i posługują się mową, ale mają trudności w kontaktach społecznych. Bywają odbierane jako „szczerze do bólu”, ponieważ mówią wprost, nie wyczuwając norm społecznych.
- ✓ Dzieci niskofunkcjonujące mogą mieć także trudności intelektualne i potrzebować pomocy w codziennych czynnościach (np. zakupach, organizowaniu dnia, przygotowaniu posiłków).

Wielu uczniów w spektrum: ma problem ze zrozumieniem ironii, sarkazmu i żartów, traktuje słowa bardzo dosłownie, nie zawsze wie, jak rozpocząć rozmowę albo jak ją prowadzić, może mówić coś, co rówieśnikom wydaje się „nie na miejscu”.

To nie znaczy, że nie chcą mieć przyjaciół — często bardzo chcą, ale nie wiedzą jak.

Silne bodźce mogą sprawić, że uczeń w spektrum będzie rozdrażniony, przestraszony, a nawet wpadnie w panikę.

Niektóre osoby w spektrum:

- ✓ poruszają się lub siedzą w charakterystyczny, powtarzalny sposób, powtarzają różne ruchy (np. machanie rękami, kręcenie się, zabawa długopisem),
- ✓ mogą poprosić, aby ktoś usiadł w konkretnym miejscu — daje im to poczucie przewidywalności i bezpieczeństwa.

Brak kontaktu wzrokowego w rozmowie nie oznacza braku zainteresowania — dla wielu dzieci w spektrum patrzenie w oczy jest po prostu niekomfortowe.

Obszary wymagające wsparcia:

- ✓ nadwrażliwość sensoryczna,
- ✓ trudności w pracy grupowej,
- ✓ problemy z rozumieniem niejasnych poleceń,
- ✓ niechęć do zmian, nie lubią zmian — nowa sala, zmiana planu lekcji czy inny autobus może wywołać stres,
- ✓ mogą mieć ogromną wrażliwość na bodźce: zbyt jasne światło, głośne dźwięki, intensywne zapachy, dotyk.

Możliwości:

- ✓ ogromna dokładność,
- ✓ rzetelność,

- ✓ spostrzegawczość,
- ✓ konsekwencja,
- ✓ logiczne myślenie,
- ✓ perfekcyjna pamięć wzrokowa,
- ✓ skrupulatność, uczciwość,
- ✓ umiejętność szybkiego liczenia,
- ✓ niezwykła koncentracja na jednym temacie, kreatywne, nieszablonowe myślenie.

Jak rozmawiać i wspierać ucznia

- ✓ Mów konkretnie, bez przerośni i skrótów.
- ✓ Ustalaj jasne zasady i stałe rutyny.
- ✓ Uprzedzaj o zmianach i nowościach: „Za 10 minut skończymy pracę”.
- ✓ Unikaj przerośni i złożonych poleceń.
- ✓ Ustal jasne zasady i powtarzalny rytm działań.
- ✓ Doceniaj dokładność i systematyczność, precyzję i rzetelność.
- ✓ Daj przestrzeń na chwilę odpoczynku od bodźców.
- ✓ Mów spokojnie i konkretnie.
- ✓ Nie zwracaj uwagi na tempo pracy.
- ✓ Nie zmuszaj do intensywnych interakcji społecznych.

Jak angażować ucznia w działania wolontariackie

Uczniowie w spektrum świetnie sprawdzą się przy zadaniach wymagających precyzji:

- ✓ Układanie materiałów.
- ✓ Pakowanie, porządkowanie.
- ✓ Przygotowywanie zestawów.
- ✓ Sortowanie, dokumentowanie.

Weź pod uwagę, że:

- ✓ Dobrze czują się w rolach, gdzie jest jasna struktura i cel.
- ✓ Zapewnij spokojne, przewidywalne otoczenie.
- ✓ Warto przydzielić im stałe miejsce pracy i przewidywalny plan działania.
- ✓ Stosuj harmonogramy, checklisty, instrukcje obrazkowe.

Dobre praktyki

- ✓ Unikaj hałasu i chaosu.
- ✓ Zachowaj przewidywalność działań.
- ✓ Ustal rytm i jasne zasady.
- ✓ Ustal rytuały i stałe pory działań.
- ✓ Wspieraj poprzez wizualne instrukcje.
- ✓ Stosuj język konkretny, spokojny i prosty.
- ✓ Daj czas na reakcję.
- ✓ Chwal za precyzję, nie tempo.

Unikać zadań:

- ✓ W hałaśliwym lub chaotycznym środowisku.
- ✓ Wymagających szybkiej reakcji na zmiany.
- ✓ Silnie społecznych (np. konferansjerka).

PRZYKŁADY ZADAŃ

WARTO PROPONOWAĆ:

- ✓ przygotowywanie zestawów materiałów,
- ✓ porządkowanie, etykietowanie, liczenie,
- ✓ projektowanie prostych grafik,
- ✓ przygotowanie stoisk, pakietów upominkowych.

Co zyska wolontariat

Uczniowie zyskują kapitał umiejętności współpracy z osobami w spektrum autyzmu.

Uczniowie w spektrum, integrację, informację o swoich mocnych stronach we współpracy rówieśniczej.

Grupa nauczy się cierpliwości, precyzji i doceniania różnorodnych stylów pracy. Wspólne działania pokazują, że każdy sposób patrzenia na świat jest wartościowy.

Niepełnosprawność intelektualna w stopniu lekkim

Krótkie wprowadzenie

Niepełnosprawność intelektualna w stopniu lekkim objawia się wolniejszym tempem uczenia się, trudnościami w rozumieniu pojęć abstrakcyjnych i potrzebą większej liczby powtórzeń i prostych instrukcji.

Uczniowie są otwarci, serdeczni i bardzo zaangażowani emocjonalnie.

Niepełnosprawność nie wpływa jednak na zdolność do uczenia się przez działanie i współpracy.

Takiej niepełnosprawności często nie widać od razu – ujawnia się dopiero w trakcie rozmowy, na lekcjach czy podczas wykonywania zadań.

Uczniowie z niepełnosprawnością intelektualną bywają bardziej bezpośredni – mogą: skracać dystans, wchodzić zbyt blisko, inicjować szybkie, koleżeńskie kontakty. Często jest to wyraz sympatii i zaufania.

Jeżeli naruszają czyjąś przestrzeń, warto: spokojnie, ale stanowczo zwrócić uwagę, jasno wyznaczyć granice, wytłumaczyć, jak należy zachować się w danej sytuacji.

Jednym z najczęstszych błędów jest traktowanie takich uczniów jak małych dzieci, mimo że są w wieku szkolnym lub nastoletnim. Warto: zwracać się do nich adekwatnie do wieku, unikać tonu pobłażliwego, protekcyjnego, mówić bezpośrednio do ucznia, a nie do jego opiekuna, gdy chodzi o sprawy jego dotyczące.

Obszary wymagające wsparcia:

- ✓ trudności w zapamiętywaniu,
- ✓ w organizacji pracy,

- ✓ w zrozumieniu skomplikowanych instrukcji,
- ✓ z dłuższą koncentracją,
- ✓ w czytaniu, pisaniu i liczeniu,
- ✓ w zrozumieniu trudniejszych treści,
- ✓ myślenie abstrakcyjne (np. zrozumieniu przenośni, metafor, żartów),
- ✓ orientacji w czasie (np. dni tygodnia),
- ✓ orientacji w przestrzeni,
- ✓ nazywaniu emocji i budowaniu relacji z innymi,
- ✓ podejmowaniu samodzielnych decyzji.

Możliwości:

- ✓ otwartość,
- ✓ serdeczność,
- ✓ gotowość do pomocy,
- ✓ zaangażowanie,
- ✓ praktyczne podejście,
- ✓ radość z sukcesów,
- ✓ entuzjazm.

Jak rozmawiać i wspierać ucznia

- ✓ Używaj prostych, jednoznacznych komunikatów, krok po kroku.
- ✓ Daj więcej czasu na odpowiedź.
- ✓ Chwal często, za konkretne działania.
- ✓ Unikaj krytyki – zamień ją na konstruktywne wskazówki.

- ✓ Unikaj metafor, ironii, żartów z “ukrytym znaczeniem”.
- ✓ Wzmacniaj pozytywne emocje i poczucie sprawczości.
- ✓ Dziel zadania na mniejsze etapy.
- ✓ Mów wolniej, ale naturalnie.
- ✓ Unikaj trudnych pojęć, żargonu, slangu, obcojęzycznych słówek.
- ✓ Dawaj częste informacje zwrotne.
- ✓ Zapisuj ważniejsze informacje., np. Krótką listę zadań i zasad.
- ✓ Upewnij się, że uczeń zrozumiał polecenia.
- ✓ Powtarzaj polecenia w różnych formach (ustnie i pisemnie), wyjaśniaj dokładniej.

Jak angażować ucznia w działania wolontariackie

Włącz ucznia w działania praktyczne, wymagające działania a nie teorii: pakowanie, sadzenie, porządkowanie, pomoc w przygotowaniach do wydarzeń.

- ✓ Zapewnij pracę w parach lub małych grupach – wsparcie kolegi zwiększa poczucie bezpieczeństwa.
- ✓ Dziel zadania na mniejsze etapy.
- ✓ Daj uczniowi czas i poczucie, że jego wkład jest ważny.
- ✓ Ustal proste, widoczne cele, np. „Ułóż 10 zestawów materiałów”.

Dobre praktyki

- ✓ Dziel zadania na etapy.
- ✓ Stosuj konkretne, wizualne instrukcje.
- ✓ Doceniaj postępy, nie tylko efekty.
- ✓ Stwarzaj okazje do sukcesu.
- ✓ Często chwal i wzmacniaj.
- ✓ Zapewnij spokojne tempo pracy.

Unikać zadań:

- ✓ Wymagających szybkiego myślenia lub wielu instrukcji jednocześnie.
- ✓ Pracy w dużych, chaotycznych grupach bez wsparcia.

PRZYKŁADY ZADAŃ

WARTO PROPONOWAĆ:

- ✓ porządkowanie sal, przygotowywanie dekoracji,
- ✓ pakowanie prezentów, sadzenie roślin,
- ✓ rozdawanie ulotek, naklejanie etykiet,
- ✓ proste prace przy stoiskach i kiermaszach.

Co zyska wolontariat

Zespół uczy się współpracy, cierpliwości i otwartości.

Wspólna praca pokazuje, że każdy ma coś do zaoferowania – nawet najmniejsze działanie ma znaczenie.

Uczniowie z lekkim stopniem niepełnosprawności intelektualnej, poprzez wspólne działanie i integrację, informację o swoich mocnych stronach we współpracy rówieśniczej.

Podsumowanie

Wolontariat szkolny to miejsce dla uczniów z niepełnosprawnością

Tożsamość każdego ucznia składa się z wielu cech – zainteresowań, talentów, wartości i doświadczeń. Niepełnosprawność jest tylko jedną z nich i nie powinna definiować osoby ani ograniczać jej możliwości uczestnictwa w życiu szkolnym. Problemem nie jest sama niepełnosprawność, lecz bariery w otoczeniu – zarówno fizyczne, jak i te wynikające z postaw i stereotypów. Usuwanie tych barier jest kluczowe, aby każdy uczeń mógł w pełni korzystać z przestrzeni, jaką daje szkoła i jej inicjatywy, w tym wolontariat.

Szkolny wolontariat to wyjątkowa przestrzeń, w której młodzi ludzie uczą się empatii, współpracy i odpowiedzialności. Włączenie uczniów z niepełnosprawnościami w działania społeczne przynosi korzyści wszystkim: osobom z niepełnosprawnościami daje poczucie sprawczości i przynależności, a całej grupie – możliwość nauki współdziałania w różnorodności. Uczniowie z niepełnosprawnościami wnoszą do zespołu wyjątkową wrażliwość, uważność i determinację, które wzbogacają wspólne działania i budują kulturę otwartości w szkole.

Rolą nauczyciela koordynatora wolontariatu jest stworzenie warunków, w których każdy uczeń może działać w ramach swoich możliwości, doświadczać sukcesu i poczuć się potrzebny. Kluczowe jest indywidualne poznanie wolontariuszy – ich zainteresowań, mocnych stron, motywacji i obaw. Taka wiedza pozwala lepiej przydzielać zadania, eliminować trudne sytuacje i budować atmosferę bezpieczeństwa i zaufania. Ważne jest również stosowanie włączającego języka, który nie definiuje osoby przez niepełnosprawność, lecz podkreśla jej umiejętności i potencjał.

Wolontariat w szkole sprzyja budowaniu relacji opartych na wzajemnej pomocy i otwartości. Luźniejszy, mniej formalny charakter działań wolontariackich sprzyja rozwijaniu empatii

i umiejętności współpracy. Każdy uczeń – niezależnie od tego, czy ma niepełnosprawność widoczną, czy niewidoczną – powinien czuć się częścią zespołu. Naturalna komunikacja, eliminowanie stereotypów i otwartość na potrzeby innych są fundamentem integracji.

Warto pamiętać, że codzienny język kształtuje postawy – dlatego należy unikać określeń, które definiują osoby przez ograniczenia, a zamiast tego podkreślać ich mocne strony.

Zaproszenie uczniów z niepełnosprawnościami do wolontariatu wzmacnia wrażliwość na potrzeby drugiej osoby i uczy współpracy w różnorodnym zespole. To także okazja do niwelowania barier społecznych i budowania środowiska, w którym każdy ma prawo do pełnego uczestnictwa. Szkoła, która promuje takie podejście, staje się miejscem otwartym, wspierającym i inspirującym. Dzięki temu wolontariat nie jest tylko formą pomocy, ale narzędziem kształtowania postaw, które będą procentować w dorosłym życiu – otwartości, empatii i odpowiedzialności.

Przydatne strony

Dodatkowe informacje o niepełnosprawności

Poniżej kilka wybranych stron internetowych, na których znajduje się więcej informacji dotyczących opisanych niepełnosprawności. Zachęcamy do pogłębiania wiedzy o każdej z nich. Do lepszego zrozumienia różnorodnych barier, które doświadczają dzieci z niepełnosprawnościami oraz działań, które pozwalają w najlepszy sposób wykorzystać i wzmocnić ich mocne strony.

Wiele wyzwań stanie przed uczniami po zakończeniu nauki. Jak wspierać i wspomagać młodych ludzi z niepełnosprawnościami w wejściu na rynek pracy i poszukiwaniu zatrudnienia można dowiedzieć się na stronie Fundacji Aktywizacji www.aktywizacja.org.pl

Więcej informacji na temat niepełnosprawności i różnych aspektów życia codziennego można znaleźć na stronie Pełnomocnika Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych www.niepelnosprawni.gov.pl.

Różne inicjatywy kierowane do nauczycieli dotyczące niepełnosprawności pojawiają się na stronach Ośrodka Rozwoju Edukacji, www.ore.edu.pl.

Pomocne mogą być także materiały w publikacji skierowanej do rodziców i nauczycieli „Uwrażliwienie na szczególne potrzeby dziecka” przygotowane przez Fundację Nie widać po mnie. www.niewidacpomnie.pl.

O pracy z dziećmi i młodzieżą z autyzmem wiele praktycznych informacji można przeczytać na stronach Fundacji Synapsis www.synapsis.org.pl.



Fundacja Aktywizacja Oddział w Warszawie

ul. Chałubińskiego 9 lok. 9a

02-004 Warszawa, tel: 509 251 322

email; warszawa@aktywizacja.org.pl