

Elu täis erivajadusi

Töötoa eesmärk on suurendada osalejate teadlikkust erivajadustest ja arendada empaatiat ning mõistmist erivajadustega inimeste suhtes.

Õpiväljundid

- Tunneb mõisteid “erivajadus” ja “puue” ning oskab neil vahet teha.
- Oskab tuua mitmesuguseid näiteid erivajaduste kohta.
- Oskab tuua näiteid erivajadustega inimeste võimalikke igapäevaelu väljakutsete ja vajaduste kohta.
- Mõistab paremini, miks on oluline luua toetav ja kaasav keskkond erivajadustega inimestele.
- Suudab olla empaatilisem ja mõistvam erivajadustega inimeste suhtes.

Aeg
1h 50min

Sihtgrupp
13+

Ettevalmistus

- Tööta läbi lisamaterjalides olev informatsioon, et oskaksid töötoa käigus paremini noorte küsimustele ja tõstatuvatele teemadele reageerida.
- Valmista ette suur paber vms, kuhu saab nähtavalt kirja panna tänase töötoa reeglid. See on oluline, et noored tunneksid, et viibivad vaimselt turvalises keskkonnas.
- Varu värvilist lõnga või paela ning lõika vastavalt osalejate arvule sellest piisava pikkuse jupid kae ümber sidumiseks.
- Varu pabereid ning kirjutusvahendeid vastavalt osalejate arvule.
- Varu suuri pabereid ja erinevaid vildikaid-markereid plakatite tegemiseks vastavalt gruppide arvule.
- Prindi välja “Mõisted ja näited” (Lisa 1) vastavalt gruppide arvule.

Oluline meeldetuletus läbiviijale!

Selles töötoas paned sa osalejad situatsiooni, kus nad peavad tulema toime ebamugavuse ja raskusega ülesande täitmisel. Mõne noore jaoks võib tekitada see väga tugevaid emotsioone, eriti kui noor on harjunud kõike alati väga hästi tegema või on väga tundlik negatiivsele tagasisidele. Ole julgustav ja toetav! Väldi noore kogemust pisendavaid kommentaare (näiteks: "Mõtles, mida veel kätetud inimesed tundma peaksid!"), sest nii võid saavutada hoopis vastupidise efekti, kus noorel on nii ebamugav, et tal tekib teema suhtes tõrge.

Ole diskreetne! Kui sinu rühmas on erivajadustega noori, ära sea neid olukorda, kus nad peavad sellest rääkima. Kui keegi soovib enda kogemusi jagada, luba tal seda turvaliselt teha.

Sissejuhatus (10-15 minutit)

Tutvusta end ja teemat lühidalt. Selgita, et selle töötoa eesmärk on saada rohkem teada, mis on erivajadused ning suurendada mõistmist, mida võivad kogeda erivajadustega inimesed. Rõhuta, et:

- Tegemist on turvalise ruumiga. Kiusamist, maha tegemist ei aktsepteerita.
- Mitte keegi ei pea rääkima endast või oma lähedastest isiklikult. Jaga ainult seda, mis sinu jaoks vajalik ja mugav on.
- Ruumis räägitu ei lähe ruumist välja. St, rääkida võib töötoas õpitust, aga mitte kaaslaste räägitud nende enda või tuttavate isiklikest asjadest.

Paku noortele välja ka võimalust ise töötoa reegleid kokku leppida. Olulised kokkulepped pange kirja ja nähtavale kohale ruumis.

Sissejuhatav arutelu (25 minutit)

Jaga kõigile osalejatele värviline lõngajupp ning palu see siduda selle käe ümber, mida osaleja kirjutamiseks kasutab (dominantse käega). Samuti jaga kõigile paberid ja kirjutusvahendid.

Palu osalejatel kirjutada kirjatähtedega, ja võimalikult ilusa käekirjaga, paberile lause: "Must jänes hüppas üle kõrge aia ning jooksis metsa poole."

Järgmisena peavad kõik kirjutama selle sama lause samuti võimalikult ilusa käekirjaga, kuid kasutama selleks teist (mittedominantset) kätt.

Arutlege avatud rühmas:

- Kui palju keerulisem ja aeganõudvam oli lause kirjutamine mittedominantse käega?
- Kas see ülesanne oli kõigi jaoks sama raske? Või on grupis erinevusi?
- Kas selle järgi, kui raske selle ülesande täitmine oli, saab hinnata kellegi tarkust või väärtust inimesena?

Selgita, et nõukogude ajal sunniti koolis kõiki vasakukäelisi parema käega kirjutama, kuid vasakukäelisus on midagi, mis tuleneb inimese aju eripärast ning seda eripära inimene ise mõjutada ei saa. Nii on sageli ka teiste erivajadustega.



Sisuosa (50 minutit)

Mõned erivajadused on koheselt märgatavad, mõned teised ei paista üldse silma.

Tutvusta osalejatele mõisteid ja too nende kohta näiteid, kasutades selleks materjali “Mõisted ja näited” (Lisa 1).

Jaga osalejad kuni 4-liikmelistesse gruppidesse. Anna neile ülesanne koostada 20 minuti jooksul plakat teemal “Mis on erivajadused ja kuidas erivajadustega inimestega paremini arvestada”, kuid tähtis on see, et nad tohivad plakatile joonistada/kirjutada ainult **mittedominantse käega**. Teiste rühmaliikmete ülesanne on jälgida, et keegi rühmast reeglit ei rikuks. Selle jälgimist toetab dominantse käe ümber seotud värviline lõng või pael.

Kui rühmad on töötanud 10 minutit, luba neil ülejäänud ajal teha kasutada oma dominantset kätt.

Palu kõigil rühmadel oma plakateid lühidalt tutvustada ning keskenduda eelkõige sellele, kuidas erivajadustega inimestega paremini arvestada.

Kokkuvõte (20 minutit)

Arutage laias ringis, kuidas nad end plakati tegemise ajal tundsid? Mida nad tundsid siis, kui nad said oma “õiget” kätt kasutada? Kuidas nad end tunneksid, kui homsest peaksid kõik koolis hakkama teise käega kirjutama ja joonistama? Kuidas mõjutab ülesande andja suhtumine enesetunnet (nt, kui ta ütleks, et oled liiga aeglane).

Selgita, et väga paljude erivajadustega inimeste jaoks ongi iga päev selline, kus nad peavad toime tulema asjadega, mis on lihtsad kellelegi teisele, aga rasked, või suisa võimatud, neile.

Samuti selgita, et nii nagu seda, kas inimene on parema- või vasakukäeline, pole võimalik kõrvalseisjal teada enne, kui ta näeb mõnd tegevust, kus see erisus välja tuleb, on nii ka paljude erivajadustega. Mõnel inimesel on erivajadusi, mis teistele välja paista ei pruugi, kuid võivad siiski nende elu keeruliseks teha. Samal ajal peab inimesele endale jääma õigus otsustada, mida ja kui palju ta teistele selle kohta jagada soovib.

Lõpetuseks palu igaühel lühidalt jagada, mida nad sellest töötoast õppisid.

Lisamaterjalid

LISA 1 - Leht 1

Mõisted ja näited

ERIVAJADUS - Erivajaduseks nimetatakse kõiki selliseid inimese eripärasid, mille tõttu on vaja muuta ja kohandada keskkonda ning tegevusi selleks, et inimene saaks võimalikult hästi oma igapäevaeluga toime tulla ning, et tal oleks maksimaalne võimalus edasi areneda. Erivajadusi saab olla väga mitmesuguseid, mõned neist on teistele inimestele kergesti märgatavad, mõned üldse mitte. See, et inimesel on mõni erivajadus, ei tähenda alati, et tal on ka puue.

PUUE - Puudeks nimetatakse seda, kus inimesel on sedavõrd suuri vaimseid või füüsilisi takistusi eluga toimetulekuks, et isegi keskkonda ja tegevusi kohandades ei saa inimene teistega samavõrdselt ühiskonnaelus osaleda. Seda sõna kasutatakse nende inimeste kohta, kelle puhul on arstlik komisjon hinnanud, et tema toimetulek on sedavõrd halb, et ta vajab abi ja tuge. Selle hindamise järel on inimesel võimalik saada riigilt veidi tuge (nt puudetoetust, ravimisoodustust, tugiisiku, taastusravi jne), et aidata inimesel paremini oma eluga toime tulla. Kahjuks ei ole see abi sageli piisav.

Kõik puuded on ka erivajadused, aga iga erivajadus pole puue.



Lisamaterjalid

LISA 1 - Leht 1

Mõisted ja näited

Mõned näiteid erivajadustest:

Füüsilised erivajadused:

- Raskused liikumisel, näiteks ratastoolis olevad inimesed.
- Nägemisprobleemid, näiteks pimedus või osaline nägemiskaotus.
- Kuulmisprobleemid, näiteks kurtus või kuulmislangus.
- Kroonilised haigused ja seisundid, mis võivad igapäevaelu mõjutada, näiteks diabeet ehk suhkruhaigus, migreen ehk kroonilised peavalud, aneemia ehk krooniline rauavaegus, epilepsia ehk langetõbi, astma ehk krooniline hingamishäire jne.

Vaimse tervise erivajadused:

- Vaimse tervise häired, mis mõjutavad emotsionaalset heaolu, näiteks depressioon ja ärevushäire. Enamasti ravitavad, kuid võivad esineda sageli koos mõne teise vaimse tervise häirega.
- Tõsised vaimse tervise häired, mis võivad põhjustada suuremaid probleeme mõtlemises ja käitumises, näiteks skisofreenia, bipolaarne häire jne.
- Arengulised häired ja erivajadused, mis mõjutavad sotsiaalset suhtlemist ja käitumist, näiteks autismispektri häired, aktiivsus- ja tähelepanuhäire (ATH), düsleksia ja ülitundlikkus.
- Intellektuaalsed arenguhäired, mis mõjutavad vaimset võimekust, näiteks Downi sündroom, vaimne alaareng jne.



Lisamaterjalid

Igaühel on õigus olla võrgus | Piret Aus | TEDxTartu

Kõiki kaasav disain | Daniel Kotsjuba | TEDxTallinn

ERIVAJADUS JA SELLEGA SEOTUD MÕISTED REKREATSIOONIS JA
TEGEVUSTE PLANEERIMISE PÕHIALUSED

Mis on puue?

Erinevus ja erilisus, vajadus ja erivajadus

Kuidas seletada lapsele psüühilist erivajadust?

ENESEKINDLAMAD JA ISESEISVAMAD NOORED: KUIDAS KAASATA
ERIVAJADUSEGA NOORI NOORSOOTÖÖSSE?

Esmane teejuht hariduslike erivajaduste mõistmiseks