

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Сумський державний університет
Факультет іноземної філології та соціальних комунікацій
Кафедра психології, політології та соціокультурних технологій

«До захисту допущено»
Завідувач кафедри

(підпис) Андріана КОСТЕНКО
_____ 2024 р.

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
на здобуття освітнього ступеня «бакалавр»
зі спеціальності 231 «Соціальна робота»
освітньо-професійної програми «Соціальна робота»
на тему “Організація волонтерської діяльності молоді у денному догляді для
людей з інтелектуальними порушеннями”

Здобувачки групи СР-01 Майковської Анни Олександрівни

Кваліфікаційна робота містить результати власних досліджень.
Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на
відповідне джерело.

_____ Анна МАЙКОВСЬКА

Керівник доцент кафедри ППСТ, доктор педагогічних наук, професор

Олена КУПЕНКО _____

Зміст

Вступ	3
1. Теоретичні питання організації волонтерської діяльності молоді в денному догляді для людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень	5
1.1. Вихідний кейс родини у складних життєвих обставинах	5
1.2. Поняття, сутність волонтерської діяльності та історія розвитку	7
1.3. Нормативно-правова база волонтерської діяльності в Україні	10
1.4. Теоретичні основи роботи з цільовою групою	12
1.5. Організація волонтерської діяльності для людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень	13
2. Практичні питання організації волонтерської діяльності молоді в денному догляді для людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень	17
2.1. Особливості та вразливості цільової групи людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень	17
2.2. Методи волонтерської діяльності молоді у денному догляді для людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень	25
Висновки	31
Рекомендації	33
Список використаних джерел.....	34
Додаток 1	38

Вступ

Волонтерська діяльність займає важливе місце в сучасному суспільстві, сприяючи розвитку соціальної відповідальності та громадської активності.

Волонтерська діяльність для людей з інтелектуальними порушеннями представляє собою важливий аспект соціальної підтримки та інтеграції цієї уразливої групи в суспільство. За допомогою волонтерів, які приділяють свій час та енергію для надання допомоги та підтримки, особи з інтелектуальними порушеннями мають можливість отримати вищий рівень якості життя та певний розвиток навичок самообслуговування, функціонування у суспільстві.

Саме волонтерську діяльність вбачаємо відповіддю на **проблему** соціальної ізоляції цільової групи людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень, проблему обмеження їх кола спілкування сім'єю та працівниками спеціальних установ.

Об'єкт – денний догляд для людей з інвалідністю внаслідок інтелектуальних порушень.

Предмет – організація волонтерської діяльності молоді у денному догляді для людей з інтелектуальними порушеннями.

Метою дослідження є аналіз та систематизація вправ, які можуть бути застосовані в волонтерській діяльності молоді у денному догляді для людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень, створення методичної збірки вправ для взаємодії волонтерів із цією цільовою групою.

Для досягнення мети передбачено виконання таких завдань:

1) проаналізувати вихідний кейс родини у складних життєвих обставинах і на його підставі конкретизувати проблему дослідження;

2) здійснити аналіз нормативно-правових документів, присвячених соціальній роботі із даною цільовою групою, а також організації волонтерської діяльності, і визначити загальну рамку розв'язання проблеми дослідження під час надання соціальної послуги денного догляду;

3) проаналізувати за українськими та міжнародними науково-методичними джерелами організаційні питання волонтерської діяльності молоді у денному догляді для людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень;

4) схарактеризувати цільову групу людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень та запропонувати спосіб самонавчання волонтерів, які планують взаємодіяти з людьми з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень;

5) проаналізувати за українськими та міжнародними науково-методичними джерелами та систематизувати типи вправ для волонтерської діяльності молоді у денному догляді для людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень;

б) розробити методичну збірку вправ для взаємодії волонтерів з людьми з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень.

Методи дослідження: аналіз вихідного кейсу, аналіз нормативно-правових джерел, аналіз статистичних даних, аналіз наукової та методичної літератури, синтез.

Структура роботи: вступ, 2 розділи, висновки, список використаних джерел, додаток.

1. Теоретичні питання організації волонтерської діяльності молоді в денному догляді для людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень

1.1. Вихідний кейс родини у складних життєвих обставинах

Родина І. проживає в невеликому містечку на північному сході України. Сім'я складається з матері Ольги (45 років), батька Сергія (48 років), старшої дочки Катерини (20 років) та сина Андрія (14 років), який має інтелектуальні порушення. Родина живе у власному будинку. Їхній дохід є обмеженим, оскільки Ольга не працює, присвячуючи весь час догляду за сином, а Сергій працює на сезонних роботах.

Андрій має діагноз, який включає помірні інтелектуальні порушення. Він відвідує спеціальну школу, де отримує освіту відповідно до своїх можливостей. Хлопець потребує постійного догляду та підтримки, включаючи контроль за прийомом ліків, допомогу в повсякденних справах та соціалізації.

Родина І. знаходиться в складних життєвих обставинах через низький дохід, недостатню матеріальну підтримку та постійні витрати, пов'язані з доглядом за Андрієм. Додатково, родина має проблеми з доступом до якісних медичних та соціальних послуг через віддаленість їх місця проживання від великих міст.

Психологічний стан родини є напруженим. Ольга часто відчуває перевтому та стрес через постійний догляд за сином, що впливає на її психічне здоров'я. Сергій, працюючи на сезонних роботах, не завжди може допомогти родині в побуті та надати емоційну підтримку. Старша дочка Катерина відчуває відповідальність за брата, але також прагне продовжити свою освіту і будувати власне життя.

Родина І. має наступні основні потреби:

1) соціальна підтримка: потреба в додаткових соціальних послугах, включаючи допомогу волонтерів у догляді за Андрієм;

2) фінансова підтримка: потреба в матеріальній допомозі для покриття витрат на догляд, лікування та навчання Андрія;

3) психологічна підтримка: консультації для всіх членів родини з метою зниження рівня стресу та покращення психологічного стану.

Отже, родина І. стикається з численними викликами, пов'язаними з доглядом за дитиною з інтелектуальними порушеннями. Впровадження систематичної допомоги має покращити якість життя всієї родини: забезпечити кращу соціалізацію та розвиток Андрія, а також підтримати психологічний стан матері та інших членів родини. При цьому організація волонтерської допомоги може бути застосована і на рівні соціальної, і на рівні фінансової допомоги. Однак у невеликому містечку, де проживає родина, відсутня практика волонтерства. Ситуація ускладнюється тим, що робота із людьми з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень вимагає спеціальної підготовки і навчання. Відсутність такого спеціалізованого навчання для волонтерів може бути і в великих містах з розвиненою практикою волонтерства. Тож розглянутий кейс дозволяє **уточнити проблему даного дослідження**: з одного боку, організація волонтерів для роботи з людьми в наслідок інтелектуальних порушень має потенціал для подолання соціальної ізоляції даної цільової групи, обмеженості їх кола спілкування сім'єю та працівниками спеціальних установ, а також покращення якості життя всієї родини, з іншого боку – волонтери потребують спеціального навчання для роботи з даною цільовою групою, а отже потрібні відповідні методичні розробки для такого навчання.

1.2. Поняття, сутність волонтерської діяльності та історія розвитку

Волонтерська діяльність є невід'ємною частиною громадянського суспільства. Під волонтерською діяльністю розуміють безкорисливу діяльність фізичних осіб, що добровільно виконують роботи та надають послуги, спрямовані на досягнення загальнокорисних цілей. Основною мотивацією волонтерів є прагнення допомогти іншим, зробити внесок у розвиток суспільства, здобути нові знання та навички [6].

Сутність волонтерської діяльності полягає у її добровільності, альтруїзмі та безкорисливості. Волонтери не отримують матеріальної винагороди за свою працю, а їхня мотивація пов'язана з внутрішніми переконаннями та бажанням змінити світ на краще. Волонтерство сприяє соціальній інтеграції, підвищенню соціального капіталу та розвитку громадянських навичок [8].

Волонтерство має довгу історію. У різних культурах існували форми добровільної допомоги, що базувалися на принципах взаємодопомоги та солідарності. У Європі перші офіційні організації волонтерів з'явилися в середньовіччі, коли церковні громади організовували допомогу бідним і хворим. З розвитком індустріалізації й урбанізації у ХІХ столітті зросла потреба у волонтерських організаціях, що займалися соціальними проблемами, такими як бідність, безробіття та хвороби. В цей час виникли перші благодійні організації, такі як Червоний Хрест, заснований у 1863 році.

У ХХ столітті волонтерська діяльність набула більшого розмаху. Після Другої світової війни волонтерські організації відігравали важливу роль у відновленні зруйнованих країн. В цей час було засновано багато міжнародних організацій, що сприяли розвитку волонтерства на глобальному рівні. Міжнародний досвід організації волонтерської діяльності демонструє різноманітність підходів та моделей, що успішно функціонують у різних країнах.

У США волонтерська діяльність є невід'ємною частиною громадянського життя. Організації, такі як Американський Червоний Хрест та Об'єднані шляхи,

залучають мільйони волонтерів для реалізації соціальних програм. Волонтерство в США підтримується на державному рівні через програми, такі як AmeriCorps та Peace Corps.

В Європейському Союзі діють програми, що сприяють розвитку волонтерства, наприклад, Європейська волонтерська служба. У багатьох країнах, таких як Великобританія та Німеччина, існують розвинені системи волонтерських організацій, що займаються різними соціальними питаннями.

У Японії волонтерство набуло широкого розповсюдження після великих природних катастроф, таких як землетруси і цунамі. Волонтерські організації відіграють важливу роль у відновленні постраждалих регіонів та наданні допомоги постраждалим [18].

Міжнародний досвід демонструє, що інтегровані, індивідуалізовані та інклюзивні підходи до підтримки людей з інтелектуальними порушеннями є найбільш ефективними. Використання таких технологій у поєднанні з активним залученням волонтерів сприяє покращенню якості життя та соціальної інтеграції цієї цільової групи [12].

Таким чином, міжнародний досвід показує, що волонтерська діяльність є ефективним засобом вирішення соціальних проблем, сприяє розвитку громадянського суспільства та підвищує соціальну відповідальність. Різноманітність підходів і моделей, що використовуються в різних країнах, може бути корисною для вдосконалення волонтерської діяльності в Україні.

Організація волонтерської діяльності базується на ряді принципів, що забезпечують її ефективність і сталість:

1) добровільність – участь у волонтерських програмах має бути виключно добровільною, без будь-якого примусу;

2) безкорисливість – волонтери не повинні отримувати матеріальної винагороди за свою діяльність;

3) прозорість та підзвітність – організації повинні забезпечувати прозорість у використанні ресурсів, підзвітність перед волонтерами та громадськістю;

4) ставлення – до волонтерів повинно бути поважне ставлення з боку організації, яка забезпечує їм належні умови для роботи;

5) підтримка та навчання – волонтерам має надаватися необхідна підтримка та можливості для навчання і розвитку [2].

Підходи до організації волонтерської діяльності можуть відрізнятися в залежності від типу організації, її масштабів та цілей. Існують такі основні моделі:

- корпоративне волонтерство – включення волонтерської діяльності до корпоративної соціальної відповідальності компаній;

- громадське волонтерство – організація волонтерської діяльності на рівні місцевих громад;

- онлайн-волонтерство – залучення волонтерів через Інтернет для виконання завдань, що не потребують фізичної присутності [3].

Отже, поширення волонтерства і його продуктивність не є певною низкою випадковостей, але організованим процесом, який вимагає часу та зусиль.

1.3. Нормативно-правова база волонтерської діяльності в Україні

В Україні волонтерська діяльність регулюється рядом нормативно-правових актів, що визначають правовий статус волонтерів і волонтерських організацій, а також основні принципи і порядок здійснення волонтерської діяльності.

Основним документом, що регулює волонтерську діяльність в Україні, є Закон України "Про волонтерську діяльність" [19], прийнятий у 2011 році. Цей Закон визначає волонтерську діяльність як суспільно корисну діяльність, що здійснюється добровільно та безоплатно. Закон встановлює права та обов'язки волонтерів. У Законі встановлено такі вимоги до організації волонтерської діяльності.

Інші нормативно-правові акти, що є важливими для даного дослідження:

- Закон України "Про основи соціальної захищеності осіб з інвалідністю в Україні";
- Закон України "Про соціальні послуги";
- Закон України "Про громадські об'єднання";
- державні стандарти соціальних послуг.

Ці документи забезпечують правову основу для організації та підтримки волонтерської діяльності в Україні, сприяють розвитку волонтерського руху та його інтеграції у систему соціальної політики, зокрема, для цільової групи людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень.

Закон України "Про соціальні послуги" визначає правові, організаційні та економічні основи надання соціальних послуг, види соціальних послуг, права та обов'язки отримувачів та надавачів соціальних послуг. Він також визначає державні стандарти соціальних послуг [10].

Закон України "Про основи соціальної захищеності осіб з інвалідністю в Україні" регулює питання соціального захисту осіб з інвалідністю, включаючи надання їм соціальних послуг, створення умов для їхнього інтегрування в суспільство, забезпечення рівних прав та можливостей [20].

Згідно з Державним стандартом соціальної реабілітації осіб з інтелектуальними та психічними розладами, комплексне визначення потреб цієї цільової групи включає проведення психологічної, педагогічної, медичної та соціальної реабілітації [21].

Постанова Кабінету Міністрів України "Про затвердження Державного стандарту соціальної послуги денного догляду" визначає вимоги до надання послуг денного догляду для осіб з інвалідністю, включаючи стандарти якості, вимоги до персоналу та матеріально-технічної бази. А саме, послуги денного догляду мають бути доступними, безкоштовними та відповідати визначеним критеріям якості [23].

Постанова Кабінету Міністрів України "Про затвердження Порядку організації та проведення волонтерської діяльності у сфері надання соціальних послуг" встановлює порядок організації та проведення волонтерської діяльності у сфері соціальних послуг, визначає роль волонтерів та організацій, які залучають волонтерів. А саме в цьому документі описано, як волонтери можуть бути залучені до надання допомоги особам з інвалідністю, які соціальні послуги вони можуть надавати та які вимоги до їхньої підготовки [23].

Конвенція про права осіб з інвалідністю ООН, ратифікована Україною, визначає основні права осіб з інвалідністю та зобов'язує держави-учасниці вживати всіх необхідних заходів для забезпечення цих прав [24].

Саме ці документи забезпечують правову основу для організації волонтерської діяльності, спрямованої на підтримку осіб з інтелектуальними порушеннями, та надання їм якісних соціальних послуг. Тим самим рамка даного дослідження окреслена, з одного боку, документами про організацію волонтерської діяльності, з іншого – документами про соціальні послуги людям з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень.

1.4. Теоретичні основи роботи з цільовою групою

Теоретичною основою методів роботи з людьми з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень є наступні теорії:

- прикладний аналіз поведінки (АВА), що ґрунтується на використанні принципів поведінкової психології для покращення конкретних поведінкових навичок; застосовується для розвитку соціальних навичок, навичок самообслуговування та комунікації дітей і дорослих;

- сенсорна інтеграція (SI) – підхід, автор якого Жан Айрес, фокусується на поліпшенні здатності мозку обробляти сенсорну інформацію; передбачено використання сенсорних кімнат, різноманітних матеріалів і вправ для стимуляції сенсорних відчуттів; застосовується для підвищення адаптивних реакцій, покращення моторних навичок та зниження рівня тривожності;

- терапія за допомогою тварин (ААТ) – заняття з собаками, конями (іпотерапія) для розвитку емоційної стабільності, соціальних навичок та фізичної активності; застосовується для покращення настрою, зниження агресивної поведінки, підвищення соціальної активності;

- підхід ТЕАССН (Treatment and Education of Autistic and related Communication-handicapped Children) – це використання структурованих навчальних програм для розвитку навичок у людей з інтелектуальними порушеннями, включаючи створення індивідуальних навчальних планів, візуальних розкладів, організацію середовища для полегшення навчання; застосовується для підвищення рівня незалежності, покращення соціальних та комунікативних навичок;

- терапія заснована на повсякденних заняттях (Occupational Therapy), таких як особистий догляд, навчання, робота та дозвілля; застосовується для підвищення здатності до самостійного життя, покращення координації, підвищення самооцінки.

Розуміння цих теорій створює основу для організації волонтерської діяльності у денному догляді для людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень.

1.5. Організація волонтерської діяльності для людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень

Огляд науково-методичних джерел дозволяє виокремити такі підходи до підтримки людей з інтелектуальними порушеннями:

- соціальна інтеграція та інклюзія – цей підхід передбачає створення інклюзивних середовищ;
- психологічна підтримка – цей підхід передбачає застосування методів психологічної підтримки, спрямованих на покращення емоційного стану і зниження рівня тривожності у представників цільової групи;
- педагогічні підходи – створення та реалізація спеціальних освітніх програм та методик навчання для дітей та дорослих з інтелектуальними порушеннями;
- підхід на основі догляду – різні моделі денного догляду та їх вплив на якість життя людей з інтелектуальними порушеннями;
- мультидисциплінарний підхід – взаємодія спеціалістів із різних сфер (психологів, педагогів, медиків, соціальних працівників) для забезпечення комплексної підтримки і всебічного розвитку людини з інтелектуальними порушеннями.

Щодо міжнародного досвіду підтримки людей з інтелектуальними порушеннями виокремимо таке:

- скандинавська модель: у Швеції та Норвегії застосовуються інклюзивні технології, що забезпечують участь людей з інтелектуальними порушеннями у суспільному житті через інтегровані освітні та соціальні програми;
- британська модель: у Великобританії широко використовуються технології індивідуального догляду та планування, що включають розробку

індивідуальних планів підтримки та активну участь клієнтів у прийнятті рішень щодо свого життя;

- американська модель: у США діють численні волонтерські програми, що залучають молодь до роботи з людьми з інвалідністю;
- австралійська модель: в Австралії успішно впроваджуються технології денного догляду, що включають мультидисциплінарний підхід та активну співпрацю з родинами клієнтів. Особлива увага приділяється інтеграції людей з інтелектуальними порушеннями у місцеві громади.

Дослідження показують, що ефективним є мільтидисциплінарний підхід. Такий підхід може бути реалізованим в інтегрованих центрах денного догляду – спеціалізованих установи, що надають широкий спектр послуг, включаючи медичний догляд, навчання, терапію та соціальні заходи.

Розглянемо приклад установи, яка реалізує комплексний підхід – центр соціальної реабілітації та підтримки "Фелицитас" (м. Суми).

Центр "Фелицитас" у Сумах є сучасним інтегрованим закладом денного догляду, який надає широкий спектр послуг для дітей та дорослих з інтелектуальними порушеннями. Заклад спрямований на соціальну інтеграцію та всебічний розвиток своїх клієнтів.

Основні послуги:

- медичний догляд та реабілітація: фізіотерапія, масажі, заняття з лікувальної фізкультури;
- освітні та навчальні програми: індивідуальні навчальні плани, заняття з логопедом, розвиток пізнавальних навичок;
- психологічна підтримка: індивідуальні та групові заняття з психологом, арт-терапія, музична терапія;
- соціальні послуги: допомога у соціальній адаптації, організація культурних та спортивних заходів, екскурсії та виїзні програми.

Центр "Фелицитас" забезпечує індивідуальний підхід до кожного клієнта, враховуючи їхні потреби та можливості. У закладі працюють досвідчені фахівці, включаючи лікарів, психологів, педагогів, соціальних працівників та

терапевтів. Центр активно залучає родини до процесу реабілітації та навчання, надаючи їм консультації та підтримку.

Центр "Фелицитас" у Сумах є одним із прикладів ефективного використання мультидисциплінарного підходу в інтегрованих центрах денного догляду. Він надає комплексні послуги, спрямовані на реабілітацію, навчання та соціальну інтеграцію дітей і дорослих з інтелектуальними порушеннями, що сприяє покращенню їхньої якості життя та максимальному розкриттю потенціалу.

Відділення денного перебування "Спільнота" Сумського міського територіального центру соціального обслуговування "Берегиня" (м. Суми) є інтегрованим закладом денного догляду, який надає комплексні послуги для людей з інтелектуальними порушеннями. Основною метою закладу є сприяння соціальній адаптації та покращенню якості життя своїх клієнтів.

Відділення реалізує такі основні послуги:

- освітні та навчальні програми, включають індивідуальні навчальні плани та розвиток пізнавальних навичок;
- психологічна підтримка, індивідуальні та групові заняття з використанням методів арт-терапії, музичної терапії та інших сучасних психотерапевтичних підходів;
- соціальні послуги, спрямовані на допомогу у соціальній адаптації, включаючи організацію культурних та спортивних заходів, екскурсій, а також соціальну підтримку родин клієнтів.

Відділення денного перебування "Спільнота" забезпечує індивідуальний підхід до кожного клієнта, враховуючи їхні особливі потреби та можливості. У закладі працює команда висококваліфікованих фахівців, включаючи психологів, педагогів, соціальних працівників. Відділення активно співпрацює з родинами клієнтів, залучаючи їх до процесу реабілітації та навчання, надаючи їм консультації та всебічну підтримку.

Ці установи є яскравим прикладом ефективного мультидисциплінарного підходу, що покращує якість життя людей з інвалідністю в наслідок

інтелектуальних порушень та сприяє максимально можливому розвитку їхнього потенціалу.

Саме подібні центри для людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень центри створюють структуроване середовище, яке сприяє розвитку навичок та покращенню якості життя. Саме такі центри можуть ефективно організувати волонтерські роботи через:

- партнерство з навчальними закладами, коледжами та університетами для організації волонтерських програм та залучення студентів до участі у соціальних проєктах;

- інформаційні кампанії засобами соціальних мереж, ЗМІ та інших комунікаційних каналів для поширення інформації про волонтерську діяльність, її важливість та можливості для молоді;

- освітні програми та тренінги щодо особливостей взаємодії та підтримки людей з інвалідністю, основ волонтерської діяльності та ефективних методів підтримки;

- волонтерські табори та проєкти, де молодь може отримати практичний досвід волонтерської роботи та взаємодії з людьми з інтелектуальними порушеннями;

- менторські програми, що надають підтримку новачкам, допомагають їм адаптуватися до волонтерської діяльності та розвивати необхідні навички.

У суспільстві фіксується не такий високий відсоток людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень, але такі люди є і не всі вони мають доступ до спеціалізованих центрів. Виходячи досвід волонтерства в таких центрах може бути для розбудову більш інклюзивного суспільства, зокрема, для людей з інтелектуальними порушеннями.

2. Практичні питання організації волонтерської діяльності молоді в денному догляді для людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень

2.1. Особливості та вразливості цільової групи людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень

Інтелектуальні порушення – це стан, що характеризується значними обмеженнями інтелектуального функціонування та адаптивної поведінки, яка проявляється у концептуальних, соціальних та практичних навичках. Цей стан може бути зумовлений генетичними факторами, травмами або захворюваннями.

Люди з інтелектуальними порушеннями мають різний рівень інтелектуальних можливостей, що варіюється від легкого до глибокого. Вони можуть стикатися з труднощами у навчанні, комунікації, самостійній життєдіяльності та соціальній інтеграції [4].

За даними Державної служби статистики України, кількість людей з інвалідністю внаслідок інтелектуальних порушень становить близько 2% від загальної чисельності населення. За даними Міністерства соціальної політики України в країні станом на 2024 рік налічується близько 150 тисяч осіб з інтелектуальними порушеннями. В Сумській області станом на 2024 рік проживає приблизно 3 тисячі осіб з інтелектуальними порушеннями.

Для підтримки таких осіб необхідний індивідуальний підхід, що враховує їхні особливості та потреби.

Основні характеристики людей з інтелектуальними порушеннями включають:

- знижені когнітивні здібності: труднощі у запам'ятовуванні, логічному мисленні, вирішенні проблем;
- обмежені адаптивні навички: труднощі в самообслуговуванні, соціальній взаємодії, управлінні особистими фінансами;

- знижена здатність до навчання: потреба у спеціальних методах навчання, адаптованих програмах та підходах.

Соціальні та психологічні особливості людей з інтелектуальними порушеннями значною мірою визначаються, з одного боку, їхніми когнітивними порушеннями та з іншого – рівнем соціальної підтримки. Такі люди можуть стикатися з дискримінацією, соціальною ізоляцією та стигматизацією. Це впливає на якість їх життя [31].

Психологічні особливості включають:

- підвищену тривожність: люди з інтелектуальними порушеннями часто відчують тривогу через труднощі у спілкуванні та адаптації до нових ситуацій;

- знижену самооцінку: через свої обмеження ці особи можуть мати негативне уявлення про власні можливості та цінність;

- емоційні труднощі: складнощі в розумінні та вираженні емоцій можуть призводити до фрустрацій та агресивної поведінки.

Соціальні особливості включають:

- обмежені соціальні навички: труднощі у взаємодії з іншими людьми, створенні та підтриманні дружніх відносин;

- залежність від підтримки: потреба у постійній допомозі з боку батьків, опікунів або соціальних працівників;

- соціальна ізоляція: обмежені можливості для участі у громадському житті, що може призводити до почуття самотності та ізольованості [1].

Вразливості людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень:

1) фінансові труднощі: низький рівень доходів значно ускладнює можливість забезпечення необхідної медичної та соціальної підтримки;

2) соціальна ізоляція: обмежений доступ до соціальних мереж та громадської підтримки призводить до почуття самотності та безнадійності;

3) психологічний стрес: постійне психологічне навантаження ускладнює здатність родин ефективно справлятися з викликами, що пов'язані з доглядом за людиною з інтелектуальними порушеннями;

4) освітні бар'єри: недостатня кількість спеціалізованих навчальних закладів та професійних програм призводить до обмежених можливостей для навчання та розвитку;

5) медичні проблеми: відсутність доступу до якісної медичної допомоги та реабілітаційних послуг.

Зовнішні можливості забезпечення якості життя людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень – це [5]:

1) державні програми: наявність державних програм соціального захисту, що включають фінансову допомогу та надання соціальних послуг;

2) підтримка громадських організацій: діяльність громадських організацій, що спеціалізуються на підтримці людей з інтелектуальними порушеннями, може бути значним ресурсом для родин;

3) волонтерська діяльність: залучення волонтерів до програм підтримки, що допомагає зменшити навантаження на родини та забезпечити додаткові ресурси.

Однак фактичні дані свідчать про те, що наявні можливості реалізовані не повною мірою. Більшість дітей з інтелектуальними порушеннями навчаються у спеціалізованих закладах, проте рівень доступності таких закладів залишається низьким.

Волонтери, які починають свою діяльність для людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень, мають розумітися на їх особливостях і вразливостях. Однак, як показав вихідний кейс в п.1.1, проблемою може бути те, що в населеному пункті відсутні спеціалізовані установи, де волонтери можуть набратися знань, або персонал цих установ може бути настільки перевантаженим, що не матиме особливо часу на лекції для волонтерів.

У цій ситуації найпростішим рішенням може бути самонавчання, але воно має бути нескладним і цікавим. Рішення, яке ми пропонуємо: навчання з використанням штучного інтелекту. Як відомо, успішність навчання з використанням штучного інтелекту буде залежати від того, які запити будуть йому адресуватися. Тому в практичній частині цієї роботи нами було здійснено

ряд експериментів в системах штучного інтелекту chat GPT та Gemini Google. У результаті такої експериментальної роботи нами було підібрано орієнтовний список **«продуктивних» питань**, які дають уявлення про специфіку даної цільової групи, а також створено з використанням штучного інтелекту **узагальнений «портрет»** цільової групи людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень. Представимо їх.

Список «продуктивних» питань, які дають уявлення про специфіку цільової групи людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень:

- У кого частіше спостерігаються інтелектуальні порушення?
- Розповсюдженість інтелектуальних порушень?
- Які демографічні характеристики цільової групи людей з інтелектуальними порушеннями?
- Вікова структура цільової групи людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень?
- Вони поведуться як діти чи як дорослі?
- Здоров'я?
- Сімейні характеристики?
- Соціальна інтеграція?
- Соціально-економічні характеристики?
- Освіта?
- Чому можуть навчитися люди з інтелектуальними порушеннями?
- Зайнятість?
- Типи зайнятості?

Експериментуючи із різними типами запитів до системам штучного інтелекту chat GPT та Gemini Google було згенеровано такий узагальнений «портрет» цільової групи людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень:

- інтелектуальні порушення можуть спостерігатися у людей будь-якої раси, етнічної приналежності, статі чи соціально-економічного статусу;

- за даними ВООЗ, приблизно 1-3% світового населення має інтелектуальні порушення;
- **вік:** люди з інтелектуальними порушеннями можуть бути різного віку, але значна частина з них складають діти та молодь. В Україні близько 30% осіб з інтелектуальними порушеннями складають діти та підлітки віком до 18 років, близько 50% – це молоді люди віком від 18 до 35 років, 20% – це дорослі старші за 35 років;
- **стать:** інтелектуальні порушення можуть зустрічатися у представників обох статей, але статистично деякі форми порушень частіше зустрічаються у чоловіків;
- **поведінка:**
 - люди з легкими інтелектуальними порушеннями зазвичай поведуться більш схоже на дорослих, ніж люди з помірними або важкими інтелектуальними порушеннями. Їм може знадобитися допомога з деякими завданнями, але вони можуть бути самостійними в багатьох аспектах свого життя;
 - люди з помірними інтелектуальними порушеннями можуть потребувати більшої допомоги з повсякденними завданнями та можуть не мати можливості жити повністю самостійно. Їхня поведінка може бути більш схожа на поведінку дітей, ніж дорослих, але вони все ще можуть навчатися та розвиватися;
 - люди з важкими інтелектуальними порушеннями можуть потребувати постійного догляду та допомоги з усіма аспектами свого життя. Їхня поведінка може бути дуже схожа на поведінку дітей, і їм може знадобитися допомога в спілкуванні та розумінні навколишнього світу;
- **здоров'я:** часто люди з інтелектуальними порушеннями мають супутні медичні проблеми, що потребують регулярної медичної допомоги;

- **сімейний стан:** більшість людей з інтелектуальними порушеннями проживають разом із своїми родинами (70% дорослих з інтелектуальними порушеннями проживають у сім'ях). 20-25% перебувають у спеціалізованих установах або інтернатах. Вони рідко створюють власні сім'ї через обмежену соціалізацію та підтримку;
- **соціальні зв'язки:** люди з інтелектуальними порушеннями часто мають обмежене коло спілкування, зазвичай обмежуючись сім'єю та близьким оточенням. Вони можуть мати труднощі з адаптацією до соціальних норм та правил, що може призводити до ізоляції та відчуття самотності. Участь у громадському житті (в таких формах як клуби, громадські організації чи волонтерські проекти) є обмеженою через бар'єри в комунікації та соціальній адаптації;
- **освіта:** більшість осіб з інтелектуальними порушеннями мають обмежені можливості для отримання освіти, що значно впливає на їх подальшу соціалізацію та працевлаштування:
 - близько 40% дітей з інтелектуальними порушеннями навчаються у спеціальних навчальних закладах. Лише 5-10% інтегровані у загальноосвітні школи з інклюзивною формою навчання;
 - люди з інтелектуальними порушеннями можуть навчатися різним навичкам та знанням, як і всі інші. Їхні можливості навчання можуть відрізнятися, але за допомогою належного підходу та підтримки вони можуть досягти значних успіхів;
 - люди з легкими інтелектуальними порушеннями зазвичай можуть навчатися на тому ж рівні, що й люди без інтелектуальних порушень, але їм може знадобитися більше часу або додаткова підтримка. Люди з помірними або важкими інтелектуальними порушеннями можуть

потребувати більшої допомоги та адаптованих навчальних програм;

- **дохід:** зазвичай, ці люди мають низький рівень доходу, що зумовлено обмеженими можливостями працевлаштування і залежністю від соціальних виплат;
- **працевлаштування:** люди з інтелектуальними порушеннями часто стикаються з труднощами у пошуку роботи через низький рівень кваліфікації та наявні стереотипи у суспільстві:
 - лише 10-15% осіб з інтелектуальними порушеннями в Україні мають офіційну зайнятість. Більшість (близько 60%) не мають доступу до регулярної роботи або зайняті в неформальному секторі;
 - у країнах Європейського Союзу зайнятість людей з інтелектуальними порушеннями коливається від 10% до 30%;
 - більшість осіб з інтелектуальними порушеннями, які працюють, зайняті на низькокваліфікованих роботах або в рамках програм підтриманого працевлаштування. Часто їх зайнятість обмежується спеціалізованими підприємствами або захищеними робочими місцями.

Окреслений таким чином узагальнений «портрет» представників цільової групи осіб з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень дозволяє допомогти молодим людям – потенційним волонтерам – зрозуміти задачі і ризик їхньої майбутньої волонтерської діяльності.

Актуальна інформація про осіб з інтелектуальними порушеннями надає важливе розуміння щодо їхнього соціального, економічного та медичного становища. Ця інформація допомагає державним органам, громадським організаціям та науковцям розробляти ефективні програми підтримки та інтеграції таких осіб у суспільство.

Аналіз цільової групи та її особливостей і вразливостей вказує на значні виклики, що стоять перед родинами, які мають членів з інтелектуальними

порушеннями. Водночас, існують ресурси та можливості, які можуть бути використані для покращення якості життя цієї групи через ефективну організацію волонтерської діяльності та підтримку з боку держави та громадських організацій.

Недостатній відсоток людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень, які отримують різноманітні послуги, вказує на те, що отриманий на базі спеціалізованих інституцій досвід волонтерства для даної цільової групи може бути використаний за межами цих установ, сприятиме більшій відкритості суспільства до даної групи людей в складних життєвих обставинах.

2.2. Методи волонтерської діяльності молоді у денному догляді для людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень

Основні форми роботи – це індивідуальна (включаючи розробку індивідуальних планів розвитку) та групова (включаючи заняття, спрямовані на розвиток комунікативних навичок, соціалізацію, підтримку емоційного стану, тощо) [26].

В рамках практичної частини роботи нами проаналізовано [27-35] та систематизовано різні типи вправ для роботи з людьми з інтелектуальними порушеннями (рис. 1).

Схарактеризуємо ці типи вправ детальніше.

1. Фізичні вправи

- легкі вправи на рухливість рук і ніг, що виконуються з допомогою іншої людини, асистента;
- прості вправи на рух: Ходьба на місці, легкі рухи руками і ногами в сидячому положенні;
- аеробні вправи: ходьба, біг на місці, танці. Ці вправи сприяють покращенню серцево-судинної системи та загальному фізичному стану;
- силові вправи: вправи з використанням легких гантелей, еспандерів або власної ваги. Вони допомагають розвивати м'язову силу та витривалість;
- розтяжка і гнучкість: пасивні розтяжки (легкі розтяжки за допомогою асистента для підтримання гнучкості м'язів); вправи на розтягування м'язів, такі як йога або спеціальні комплекси вправ на гнучкість.



Рисунок 1 – Типи вправ для людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень

2. Координаційні вправи

- балансування з підтримкою, легкі вправи на утримання рівноваги з допомогою підтримки від асистента;
- балансування: вправи з використанням балансувальних дошок, ходьба по прямій лінії, стояння на одній нозі;
- координаційні ігри: ігри з м'ячем, які включають кидки та ловлю, вправи з участю двох або більше осіб.

3. Терапевтичні вправи

- музична терапія: виконання музичних вправ, спів, гра на музичних інструментах;
- арт-терапія: малювання, ліплення, інші види творчих занять, що сприяють емоційному вираженню та розвитку моторних навичок;

4. Сенсорні вправи

- сенсорні інтеграційні вправи: використання спеціальних сенсорних кімнат, вправи з різними текстурами та матеріалами;
- вправи на розвиток сенсорних навичок, що включають стимуляцію різних органів чуття через дотик, звук, запахи;
- вправи з тактильними матеріалами з різних текстур (шарики, пісок, тканини) для стимуляції тактильних відчуттів;
- сенсорні іграшки та матеріали: використання спеціальних сенсорних іграшок, таких як м'ячі з різною текстурою, сенсорні дошки;
- сенсорні інтеграційні заняття: вправи, спрямовані на покращення сприйняття та обробки сенсорної інформації, такі як робота з піском, водою, різнокольоровими матеріалами;
- світлові і звукові стимулятори: використання ламп з м'яким світлом, музичних іграшок або інструментів для стимуляції зорових та слухових відчуттів;

5. Вправи на розвиток моторики

- дрібна моторика: вправи з використанням дрібних предметів, таких як гудзики, намистинки, пазли, малювання та ліплення;
- груба моторика: вправи, що включають більші рухи, такі як піднімання предметів, ходьба по нерівних поверхнях, лазіння на спортивні снаряди.

6. Релаксаційні та дихальні вправи

- прості дихальні вправи: навчання глибокому та ритмічному диханню для заспокоєння;
- релаксаційна музика: використання м'якої музики для створення спокійної атмосфери;
- медитація та релаксація: прості вправи на розслаблення, медитація, прогресивне м'язове розслаблення;
- дихальні вправи: контрольоване дихання, глибоке дихання, вправи на дихальну техніку.

7. Розвиваючі ігри та вправи

- вправи на увагу: простий повтор елементарних завдань, таких як ідентифікація кольорів, форм або звуків;
- візуальні та аудіальні стимуляції: використання картинок або звукових карток для розпізнавання та запам'ятовування;
- когнітивні вправи: ігри, що стимулюють мислення, пам'ять, увагу та логіку, такі як шахи, sudoku, логічні головоломки;
- освітні ігри: комп'ютерні та настільні ігри, що допомагають вивчати нові знання та навички в інтерактивній формі;
- комп'ютерні програми та додатки, інтерактивні додатки, що допомагають розвивати навички читання, математики, логіки, пам'яті та інші пізнавальні здібності;
- програми з підготовки до самостійного життя, навчальні курси, що включають практичні навички, такі як приготування їжі, ведення домашнього господарства, управління фінансами.

8. Соціальні та інтерактивні вправи

- прості соціальні взаємодії: ігри на прості реакції, наприклад, підняття руки у відповідь на питання або простий обмін м'ячем;
- вправи на комунікацію: використання карток з зображеннями для розвитку комунікаційних навичок через вибір та вказування;
- групові ігри, що вимагають соціальної взаємодії, такі як командні спортивні ігри, групові танці або вправи на комунікацію;
- рольові ігри: сценарії соціальної взаємодії, що допомагають вчитися комунікації та соціальним навичкам, такі як "магазин", "кафе", "візит до лікаря";
- соціальні клуби та заходи: Участь у клубах за інтересами, групові поїздки та спільні заходи для розвитку соціальних зв'язків;
- терапія за допомогою тварин, взаємодія з тваринами, наприклад, їзда на конях (гіпотерапія) або догляд за домашніми улюбленцями;

9. Пізнавальні вправи

- ігри на розвиток пам'яті та уваги: настільні ігри, пазли, інтерактивні додатки на розвиток когнітивних навичок;
- навчальні заняття: спеціальні програми та додатки, що сприяють навчанню та розвитку пізнавальних здібностей.

Ці вправи були покладені в основу методичної збірки для взаємодії волонтерів з людьми з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень (додаток 1).

Також доцільними представляються показники для оцінки результатів взаємодії волонтера та людини з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень:

1) поліпшення якості життя, включаючи емоційний стан, соціальні навички та рівень незалежності з урахуванням особливостей та вразливостей цільової групи;

2) задоволення потреб клієнтів, виходячи із виявлених потреб;

3) взаємодія з родиною людини з інтелектуальними порушеннями, у контексті співпраці з родинами клієнтів, участі волонтера у процесі догляду та підтримки.

Запропоновані типи вправ і показники для оцінки діяльності можуть бути застосовані для організації волонтерської діяльності молоді у денному догляді для людей з інтелектуальними порушеннями.

Висновки

1. Законодавча база України щодо соціального захисту осіб з інвалідністю включає низку важливих документів, які регламентують надання соціальних послуг, інтеграцію в суспільство, забезпечення рівних прав та можливостей. Особливу увагу приділено стандартам соціальної реабілітації, денного догляду та волонтерській діяльності.

2. Люди з інтелектуальними порушеннями стикаються з численними труднощами у навчанні, комунікації, самостійній життєдіяльності та соціальній інтеграції, а також бар'єрами в доступі до відповідних видів діяльності. Аналіз статистичних даних вказує на потребу в покращенні доступу до соціальних послуг та підтримки родин, що мають членів з інтелектуальними порушеннями.

3. Мультидисциплінарний підхід в інтегрованих центрах денного догляду є ефективним для надання комплексних послуг особам з інтелектуальними порушеннями. Приклади таких центрів – центр соціальної реабілітації та підтримки "Фелицитас", а також відділення денного перебування "Спільнота" Сумського міського територіального центру соціального обслуговування "Берегиня" у Сумах, демонструють успішну реалізацію цього підходу, надаючи медичні, освітні та соціальні послуги. На базі цих центрів майбутні волонтери можуть навчитися розуміти особливості та вразливості людей з інтелектуальним порушеннями.

4. Молоді люди, які мають доступ відповідної волонтерської діяльності на базі спеціалізованих центрів, у майбутньому можуть бути тими суб'єктами, хто впливає на більшу інклюзивність суспільства по відношенню до людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень.

5. Самонавчання майбутніх волонтерів з використанням засобів штучного інтелекту вбачається продуктивним в тих населених пунктах, де немає спеціалізованих установ і де не можна навчатися у професіоналів. Для цього в роботі запропоновано орієнтовний список «продуктивних» запитань до засобів штучного інтелекту.

6. Впровадження запропонованих у кваліфікаційній роботі типів вправ для людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень сприятиме покращенню якості їх життя, забезпеченню їхньої соціальної інтеграції та рівноправного доступу до всіх необхідних послуг.

Рекомендації

1. З метою покращення якості життя осіб з інтелектуальними порушеннями необхідно розширити мережу інтегрованих центрів денного догляду, забезпечити їх достатнім фінансуванням та кваліфікованим персоналом.

2. Важливо проводити інформаційно-просвітницькі кампанії, спрямовані на підвищення обізнаності суспільства про потреби та права осіб з інтелектуальними порушеннями. Це допоможе створити більш інклюзивне середовище та сприяти соціальній інтеграції цих осіб.

3. Слід заохочувати розвиток волонтерської діяльності у сфері соціальних послуг, надаючи волонтерам необхідне навчання та підтримку, щоб вони могли ефективно допомагати особам з інтелектуальними порушеннями. Волонтери можуть сприяти соціальній інтеграції клієнтів через організацію різноманітних заходів та активностей. Особливо важлива методична підтримка волонтерів, озброєння їх набором правил і вправ для роботи з людьми з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень.

4. Важливим представляється доручення волонтерів до розроблення індивідуальних програм реабілітації та догляду, що враховують особливості та потреби кожної людини з інтелектуальними порушеннями. Це сприятиме більш ефективному розвитку та адаптації.

Список використаних джерел

1. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Physical Activity for People with Disabilities. 2020. URL: <https://www.cdc.gov/ncbddd/disabilityandhealth/pa.html> (дата звернення: 21.05.2024).
2. American Physical Therapy Association (APTA). Coordination Exercises for Individuals with Intellectual Disabilities. 2021. URL: <https://www.apta.org> (дата звернення: 21.05.2024).
3. National Institute on Disability, Independent Living, and Rehabilitation Research (NIDILRR). Social and Recreational Activities for Individuals with Intellectual Disabilities. 2019. URL: <https://acl.gov/about-acl/about-national-institute-disability-independent-living-and-rehabilitation-research> (дата звернення: 21.05.2024).
4. American Association on Intellectual and Developmental Disabilities (AAIDD). Cognitive Activities for People with Intellectual Disabilities. 2020. URL: <https://www.aaidd.org/> (дата звернення: 21.05.2024).
5. American Music Therapy Association (AMTA). Music Therapy for Individuals with Intellectual Disabilities. 2021. URL: <https://www.musictherapy.org/> (дата звернення: 21.05.2024).
6. Sensory Activities for Adults with Intellectual Disabilities. 2023. URL: <https://www.brightonlaunch.ca/sensory-activities-for-adults-with-intellectual-disabilities/> (дата звернення: 21.05.2024).
7. National Center on Health, Physical Activity and Disability (NCHPAD). Motor Skills Activities for Individuals with Intellectual Disabilities. 2021. URL: <https://www.nchpad.org/> (дата звернення: 21.05.2024).
8. American Psychological Association (APA). Cognitive and Educational Games for Individuals with Intellectual Disabilities. 2021. URL: <https://www.apa.org/> (дата звернення: 21.05.2024).

9. World Health Organization (WHO). Learning and Development Programs for Individuals with Intellectual Disabilities. 2020. URL: <https://www.who.int/> (дата звернення: 21.05.2024).
10. Закон України "Про соціальні послуги". URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2671-19#Text> (дата звернення: 21.05.2024).
11. Нормативно-правові документи України в сфері соціальних послуг. URL: <https://socsprava.com.ua/normatyvni-dokumenty-soczialnoyi-sfery-aktualnyj-perelik/> (дата звернення: 21.05.2024).
12. Безбар'єрність. Державні стратегії та програми. URL: <https://www.msp.gov.ua/content/bezbarernist.html> (дата звернення: 21.05.2024).
13. Міжнародний благодійний фонд «Ми з України!». URL: https://fromukraine.org.ua/?gad_source=1&gclid=Cj0KCQjw6auyBhDzARIsALIo6v9VhKgb_AsYpMTmWLEfWOXpkNXkw3W-K7C_3dObu4I7ZarMfDqnJFoaAkwmEALw_wcB (дата звернення: 21.05.2024).
14. Горінов П., Драпушко Р. Волонтерська діяльність в Україні: соціально-правове дослідження: монографія / П.Горінов, Р.Драпушко. Київ: Державний інститут сімейної та молодіжної політики, 2022. 240 с. URL: <https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/39498/Volonterska%20diialnist%20v%20Ukraini.pdf?sequence=1&isAllowed=y> (дата звернення: 21.05.2024).
15. Фонд Демократичні ініціативи імені Ілька Кучеріва. URL: <https://dif.org.ua/article/blagodiynist-i-volonterstvo-2016-rezultatisotsiologichnogo-doslidzhennya> (дата звернення: 21.05.2024).
16. Болотова В. О., Ляшенко Н. О., Байдак Т. М. Волонтерська діяльність в Україні як вид соціальної активності // Грани. 2018. Т. 21. № 9. С. 47–57.
17. Бондаренко А., Вдовцов Ю. Посібник по роботі з волонтерами. Київ, 2021. 164 с. URL: https://caritas.ua/wp-content/uploads/2022/02/5_ukr_digital_whole.pdf (дата звернення: 21.05.2024).
18. Бондаренко З. П. Соціально-педагогічне волонтерство як бренд сучасної студентської молоді // Вісник Університету імені Альфреда Нобеля. Серія: Педагогіка і психологія. Педагогічні науки. 2019. № 2(18). С. 130–136.

19. Закон України "Про волонтерську діяльність". URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2519-20#Text> (дата звернення: 21.05.2024).
20. Закон України "Про основи соціальної захищеності осіб з інвалідністю в Україні". URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/875-12> (дата звернення: 21.05.2024).
21. Державний стандарт соціальної реабілітації осіб з інтелектуальними та психічними розладами. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0066-19#Text> (дата звернення: 21.05.2024).
22. Постанова Кабінету Міністрів України "Про затвердження Державного стандарту соціальної послуги денного догляду". URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1363-13#Text> (дата звернення: 21.05.2024).
23. Постанова Кабінету Міністрів України "Про затвердження Порядку організації та проведення волонтерської діяльності у сфері надання соціальних послуг". URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1895-2003-%D0%BF#Text> (дата звернення: 21.05.2024).
24. Конвенція про права осіб з інвалідністю ООН. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_g71 (дата звернення: 21.05.2024).
25. Переглянута Європейська хартія про участь молоді в місцевому та регіональному житті. URL: <https://rm.coe.int/168071b58f> (дата звернення: 21.05.2024).
26. Державна служба статистики України. URL: <http://www.ukrstat.gov.ua/> (дата звернення: 21.05.2024).
27. Cheatum B. A., Hammond A. A. Physical Activities for Improving Children's Learning and Behavior: A Guide to Sensory Motor Development. – URL: https://books.google.com.ua/books/about/Physical_Activities_for_Improving_Childr.html?id=KsOHU3phZ0oC&redir_esc=y (дата звернення: 21.05.2024).
28. Activities for people with dementia. – URL: <https://www.dementia.org.au/living-dementia/staying-connected/activities-people-dementia> (дата звернення: 21.05.2024).

29. Sussman F. More than Words: Helping Parents Promote Communication and Social Skills in Children with Autism Spectrum Disorder. – URL: <https://eoa.umontreal.ca/wp-content/uploads/sites/32/archives2006JuinFCSussmanF.pdf> (дата звернення: 21.05.2024).
30. Davis M., Eshelman E. R., McKay M. The Relaxation and Stress Reduction Workbook. URL: https://books.google.com.ua/books/about/The_Relaxation_Stress_Reduction_Workbook.html?id=aYQIVY64muoC&redir_esc=y (дата звернення: 21.05.2024).
31. Winders P. C. Gross Motor Skills in Children with Down Syndrome: A Guide for Parents and Professionals. URL: <https://archive.org/details/grossmotorskills0000wind/page/n9/mode/2up> (дата звернення: 21.05.2024).
32. Cooper J. O., Heron T. E., Heward W. L. Applied Behavior Analysis. URL: [https://img1.wsimg.com/blobby/go/8a9308ad-dc49-48a8-8a9b-d2c9c9be4a56/00-Cooper%20Book-Applied-Behavior-Analysis-pdf%20\(.pdf](https://img1.wsimg.com/blobby/go/8a9308ad-dc49-48a8-8a9b-d2c9c9be4a56/00-Cooper%20Book-Applied-Behavior-Analysis-pdf%20(.pdf) (дата звернення: 21.05.2024).
33. Ayres A. J. Sensory Integration and the Child. URL: https://books.google.com.ua/books/about/Sensory_Integration_and_the_Child.html?id=-7NeFNFswo0C&redir_esc=y (дата звернення: 21.05.2024).
34. Fine A. H. Handbook on Animal-Assisted Therapy: Foundations and Guidelines for Animal-Assisted Interventions. URL: https://books.google.com.ua/books/about/Handbook_on_Animal_Assisted_Therapy.html?id=RDmaDwAAQBAJ&redir_esc=y (дата звернення: 21.05.2024).
35. Mesibov G. B., Shea V., Schopler E. The TEACCH Approach to Autism Spectrum Disorders. URL: <https://www.semanticscholar.org/paper/The-Teacch-Approach-to-Autism-Spectrum-Disorders-Ostermann-Liddell/7292f556d667a3ac9f10ec1d20b7f8f7f0c3b600> (дата звернення: 21.05.2024).

**На допомогу у волонтерській діяльності
молоді у денному догляді для людей з
інтелектуальними порушеннями**

Збірка методичних рекомендацій

Суми – 2024 р.

Цілі

**волонтерської діяльності молоді у денному догляді для
людей з інтелектуальними порушеннями**

- покращення якості життя;
- розвиток самостійності;
- соціальна інтеграція;
- підтримка фізичного та психічного здоров'я.

Вихідні положення

Історично підхід до людей з інтелектуальними порушеннями змінювався від ізоляції та інституціоналізації до сучасних інтеграційних і реабілітаційних підходів.

Наразі робота базується на індивідуальному підході та включення осіб з інтелектуальними порушеннями у громади.

Науково-дослідницька база

Вихідними теоріями в роботі з людьми з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень є: теорії у галузі прикладного аналізу поведінки, теорії сенсорних інтеграційних програм, теорії когнітивно-поведінкової терапії та інших.

Практична реалізація

На практиці впровадження теорій, відповідних методів і вправ потребує залучення мультидисциплінарних команд, що включають психологів, соціальних працівників, фізіотерапевтів, педагогів, медичних працівників та волонтерів. В Україні розробка та впровадження таких методик часто відбувається у рамках спеціалізованих центрів, де проводяться індивідуальні та групові заняття. Важливу роль відіграють громадські та волонтерські організації, які підтримують реалізацію програм соціальної адаптації.

Узагальнений «портрет» цільової групи

Перш, ніж розпочати волонтерську діяльність, запрошуємо вас дізнатися більше про цільову групу людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень. Скористайтеся засобами штучного інтелекту і з'ясуйте питання:



- У кого частіше спостерігаються інтелектуальні порушення?
- Розповсюдженість інтелектуальних порушень?
- Які демографічні характеристики цільової групи людей з інтелектуальними порушеннями?
- Вікова структура цільової групи людей з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень?

- Вони поведуться як діти чи як дорослі?
- Здоров'я?
- Сімейні характеристики?
- Соціальна інтеграція?
- Соціально-економічні характеристики?
- Освіта?
- Чому можуть навчитися люди з інтелектуальними порушеннями?
- Зайнятість?
- Типи зайнятості?

Основні методи, які можуть бути застосовані в роботі з людьми з інтелектуальними порушеннями

1. Прикладний аналіз поведінки (АВА)

- **Суть методу:** Використання принципів поведінкової психології для покращення конкретних поведінкових навичок.
- **Практичне застосування:** Робота з дітьми та дорослими для розвитку соціальних навичок, навичок самообслуговування та комунікації.
- **Результати:** Дослідження показують значне покращення поведінкових і когнітивних функцій у учасників програм АВА.

2. Сенсорна інтеграція (SI)

- **Суть методу:** Підхід, розроблений Жан Айрес, який фокусується на поліпшенні здатності мозку обробляти сенсорну інформацію.
- **Практичне застосування:** Використання сенсорних кімнат, різноманітних матеріалів і вправ для стимуляції сенсорних відчуттів.
- **Результати:** Підвищення адаптивних реакцій, покращення моторних навичок та зниження рівня тривожності.

3. Терапія за допомогою тварин (ААТ)

- **Суть методу:** Взаємодія з тваринами для покращення емоційного та фізичного стану.
- **Практичне застосування:** Заняття з терапевтичними собаками, конями (іпотерапія) для розвитку емоційної стабільності, соціальних навичок та фізичної активності.
- **Результати:** Покращення настрою, зниження агресивної поведінки, підвищення соціальної активності.

4. Підхід TEACCH (Treatment and Education of Autistic and related Communication-handicapped Children)

- **Суть методу:** Використання структурованих навчальних програм для розвитку навичок у людей з аутизмом та інтелектуальними порушеннями.
- **Практичне застосування:** Створення індивідуальних навчальних планів, візуальних розкладів, організація середовища для полегшення навчання.
- **Результати:** Підвищення рівня незалежності, покращення соціальних та комунікативних навичок.
[16]

5. Терапія заснована на заняттях (Occupational Therapy)

- **Суть методу:** Використання повсякденних занять для терапевтичних цілей.

- **Практичне застосування:** Залучення до занять з особистого догляду, навчання, роботи та дозвілля з метою розвитку самостійності.
- **Результати:** Підвищення здатності до самостійного життя, покращення координації, підвищення самооцінки.

Типи вправ для людей з інтелектуальними порушеннями

1. Фізичні вправи

- **Аеробні вправи:** Ходьба, біг на місці, танці. Ці вправи сприяють покращенню серцево-судинної системи та загальному фізичному стану.
- **Силові вправи:** Вправи з використанням легких гантелей, еспандерів або власної ваги. Вони допомагають розвивати м'язову силу та витривалість.
- **Розтяжка і гнучкість:** Вправи на розтягування м'язів, такі як йога або спеціальні комплекси вправ на гнучкість.

2. Вправи на координацію

- **Балансування:** Вправи з використанням балансувальних дошок, ходьба по прямій лінії, стояння на одній нозі.
- **Координаційні ігри:** Ігри з м'ячем, які включають кидки та ловлю, вправи з участю двох або більше осіб.

3. Соціальні та інтерактивні вправи

- **Групові ігри:** Ігри, що вимагають соціальної взаємодії, такі як командні спортивні ігри, групові танці або вправи на комунікацію.
- **Терапія за допомогою тварин:** Взаємодія з тваринами, наприклад, їзда на конях (гіпотерапія) або догляд за домашніми улюбленцями.

4. Пізнавальні вправи

- **Ігри на розвиток пам'яті та уваги:** Настільні ігри, пазли, інтерактивні додатки на розвиток когнітивних навичок.
- **Навчальні заняття:** Спеціальні програми та додатки, що сприяють навчанню та розвитку пізнавальних здібностей.

5. Терапевтичні вправи

- **Музична терапія:** Виконання музичних вправ, спів, гра на музичних інструментах.
- **Арт-терапія:** Малювання, ліплення, інші види творчих занять, що сприяють емоційному вираженню та розвитку моторних навичок.

6. Сенсорні вправи

- **Сенсорні інтеграційні вправи:** Використання спеціальних сенсорних кімнат, вправи з різними текстурами та матеріалами.
- **Вправи на розвиток сенсорних навичок:** Вправи, що включають стимуляцію різних органів чуття через дотик, звук, запахи.

7. Вправи на розвиток моторики

- **Дрібна моторика:** Вправи з використанням дрібних предметів, таких як намистинки, конструктори, головоломки.
- **Груба моторика:** Вправи, що включають великі рухи, такі як стрибки, ходьба, кидання і ловля м'яча.

Важливо!

Важливим аспектом успішного впровадження запропонованих методів та вправ є адаптація їх до конкретних умов та потреб кожної людини. Це вимагає тісної співпраці між фахівцями та родинами, а також постійного моніторингу ефективності застосованих методів.

Показники для оцінки результатів взаємодії волонтера та людини з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень:

- 1) поліпшення якості життя, включаючи емоційний стан, соціальні навички та рівень незалежності з урахуванням особливостей та вразливостей цільової групи;
- 2) задоволення потреб клієнтів, виходячи із виявлених потреб;
- 3) взаємодія з родиною людини з інтелектуальними порушеннями, у контексті співпраці з родинами клієнтів, участі волонтера у процесі догляду та підтримки.

Висновки

Розробка та впровадження методик для людей з інтелектуальними порушеннями є складним, але надзвичайно важливим процесом, що вимагає комплексного підходу, високої кваліфікації фахівців та залучення громади. Завдяки ефективним методикам можна суттєво покращити якість життя осіб з інтелектуальними порушеннями, допомогти їм інтегруватися в суспільство та розвинути необхідні для самостійного життя навички.

Підведіть ваші власні висновки

Проаналізуйте власний досвід волонтерської діяльності і схарактеризуйте типовий «портер» людини з інвалідністю в наслідок інтелектуальних порушень.

Чим відрізняється ваше бачення від запропонованого штучним інтелектом?

Які з цього можна зробити висновки?