

## ÉRZÉKENYÍTŐ TRÉNING

### a Down Alapítványban

**A tréning célja** hogy a résztvevők információt kapjanak, tapasztalatot szerezzenek a fogyatékosokról, közel kerüljenek és tudatosuljon saját viszonyulásuk a fogyatékos emberekhez. A tréning a tabukra és tévhitekre, valamint az előre mutató viszonyulásra fókuszál, hogy a résztvevők attitűdjét az elfogadás, a segítőkészség felé irányítsa, hogy minél több ember értse meg, rajtunk múlik, hogy környezetünket mindenki számára használhatóvá tegyük. A tréning a rövid idő ellenére megtanítja a fogyatékosokkal kapcsolatos kommunikáció alapjait, a helyes kifejezéseket. A tréningen mindent meg lehet kérdezni és a tapasztalati szakértők autentikus választ fognak adni a fogyatékos emberek életéről, mindennapjairól. Gyakorlott szakemberekkel és tapasztalati szakértővel (ők maguk a fogyatékos emberek) együtt dolgozva kiderül, hogy a résztvevők ismeretei a témáról mennyire felelnek meg a valóságnak: mi az, amit tévesen tudtak, hittek és mi a valóság. Szimulációs eszközök segítségével segítünk átélni, hogy milyen érzés egy fogyatékos ember bőrében lenni, és hogy ők milyen segítséget szeretnének.

**Vezeti:** Tóth Petra pszichológus, **Trénerek:** második pszichológus és tapasztalati szakértők

**Helyszín:** a Down Alapítvány Foglalkoztatási Centruma, 1111 Budapest, Lágymányosi utca 15.

Rövid változat: 09:00–14:00 vagy 13.00–18.00 (4–5 óra)

### Részletes tréningprogram

	Idő (perc)	Téma	Módszer	Cél
1.	20	Bemutatkozás	Téri szociometria	Gyors ismerkedés Kapcsolódási lehetőség
2.	20	Témára hangolódás	Törékeny kapcsolat emlékfelidézés	Felszabadító játék komoly tartalommal
3.	20	Emlékfelidézés	Első emlékem fogyatékos emberekről páros beszélgetés	Saját viszonyunk tudatosítása, és a mélyebb munkára való előkészítés
4.	30	Utcán előforduló szituációk	Leírt helyzetek kiscsoportos feldolgozása	Közös gondolkodás a helyzetek megoldása érdekében
5.	15	Szünet	Kávé, tea	
6.	50	Testközelben, együtt	Személyes találkozás fogyatékos emberekkel	A sztereotípiákon és előítéleteken túl Egyénként megismerni fogyatékos embereket
7.	60	Szimuláció	Fogyatékoság típusok 'kipróbálása' páros játékban	A nehézségek sajátélmény szerű megtapasztalása, megfogalmazása és az együtt működés fontossága
8.	15	Szünet		
9.	30	Előadás	Szociális menedzser, autonóm élet szakértő tartja	Törvényi és szociális háttér, a lehetőségek megismerése
10.	10	Lezárás	Megbeszélés	Tanulságok megfogalmazása, Feszültségek kimondása

**Az érzékenyítő tréning bevételeit a Foglalkoztatási Centrum működésére,  
a műhelyek fenntartására fordítjuk!**