



Erasmus+



# EiSE – ELIMINATING SOCIAL EXCLUSION

***Ангажиране на деца и  
подготовка на пътуването***

Janusz Korczak Pedagogical University in Warsaw

*„Смятаме, че за нас и децата е важно да се развиваме и да виждаме други неща и да се измъкнем от ежедневието... да не ни гледат като инвалиди, а да бъдат като всеки друг ..”*

(Родители на деца със специални нужди, среща на 22 февруари, Opole, Poland).



# *Международна ситуация*

- От своя страна М. А. Дивайн показва, че 28% от американското население на хората с увреждания пътуват извън собствената си територия. Разстоянията, които семействата с увреждания могат да преодолеят за туризъм, зависят от вида на детската дисфункция. М. Milewska показва, че 20% от хората с физически увреждания пътуват в Полша. Много по-голяма разлика възниква при психично болните хора, тъй като според М. Милевска те пътуват най-рядко, което не е потвърдено в представената работа (Milewska, 2008).

# ***Туризм на деца с увреждания***

- Туризмът на деца с увреждания трябва да се третира като част от рехабилитацията на хората с увреждания, чиято основна цел е възстановяване на максимална физическа, психическа, социална и професионална годност и адаптиране към нормалния живот. Туризмът на хора с различни увреждания трябва да се третира не само като активен отдих, но и като терапевтична и образователна мярка, позволяваща на всеки да се справи при различни, често тежки условия.

# ВАЖНОСТ НА СЕМЕЙНОТО ПЪТУВАНЕ

- Пътуването като семейство обикновено се разглежда като нещо важно. Семейните празници могат да укрепят семейните отношения, тъй като могат да се измъкнат от ежедневния стрес (Хейзъл, 2005). И родителите, и децата са склонни да увеличават своето щастие и удовлетвореност от живота по време и в тясна връзка с туристическо пътуване (Durko & Petrick, 2013). Семействата, които пътуват с член на семейството с увреждания, обикновено пътуват по различен начин от семействата без увреждания (Huh & Singh, 2007; Jo et al., 2004), поради адаптациите, които трябва да направят, за да направят възможно пътуването заедно (Kim & Lehto, 2013).

# ТЕКУЩО ПОЛОЖЕНИЕ НА ДЕЦА СЪС СПЕЦИАЛНИ НУЖДИ ТУРИЗЪМ

- Независимо от вида на увреждането на детето, най-често решавайте за пътувания, организирани сами. Организираните пътувания са популярни сред семействата със сляпо дете (18,5%), докато специализираните лагери сред децата с физически увреждания (17,9%). Активният отдих е предпочитан от семейства на глухи (60%) и деца с умствена изостаналост (51,4%), докато повечето семейства пасивно почиват с деца с двигателна дисфункция (71%) и множествени увреждания (65,4%). Популярна форма на отдих сред семействата се посещават слепи деца (35,7%) (Milewska 2008). Други данни сочат, че родителите на деца с увреждания най-често използват предложението за частно настаняване. Къщите за гости също са популярни. Родителите на глухи деца избират да отседнат във ваканционни домове и къмпинги (по 20% от анкетираните родители), докато родителите на слепи деца и деца с увреждания ползват хотели (съответно 24,1% и 15,2%).

# ПРИМЕРИ ЗА ПОДОБРЕНИЯ В ПОЛША



## ОСНОВНИ ПРЕЧКИ НА ТУРИЗМА НА ДЕЦА СЪС СПЕЦИАЛНИ НУЖДИ

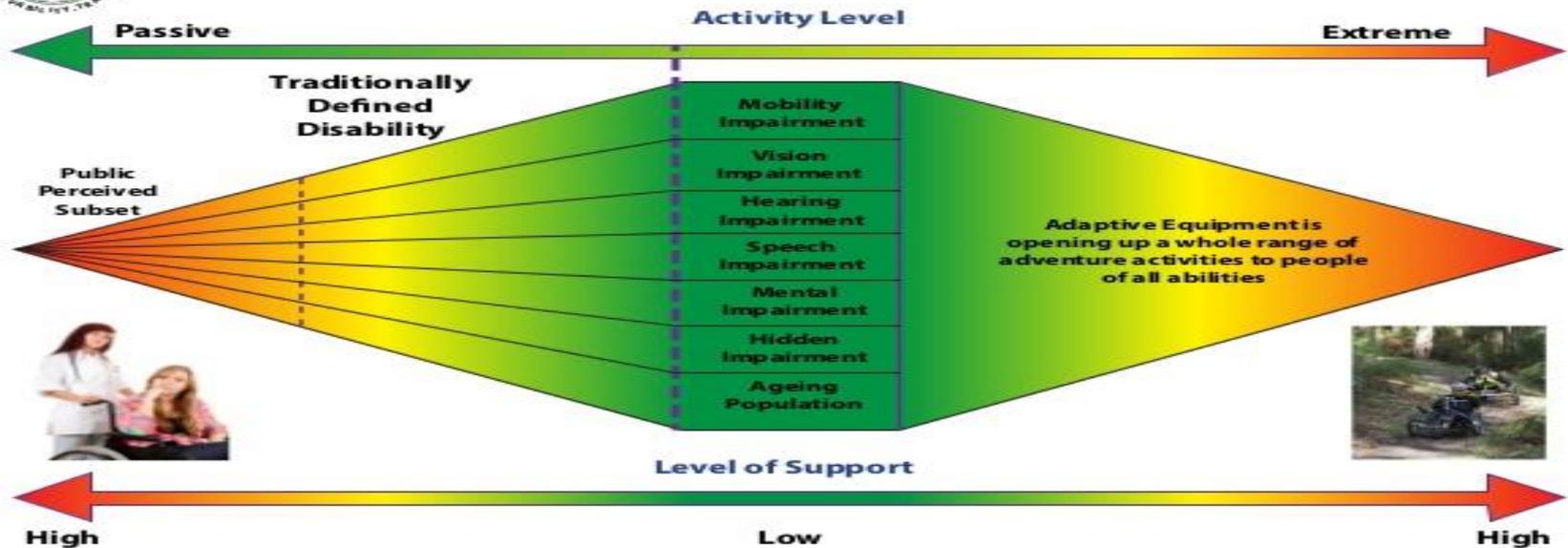
- Най-много пречки, свързани с липсата на инфраструктурна адаптация по време на пътувания, декларират родителите на деца с физически увреждания (80%), с множествени увреждания (63%) и незрящи деца (44,4%). Проблемът на родителите с умствено изостанало дете обикновено е нетолерантността (56,3%). Родителите на глухи деца като цяло 60,0% нямат съществени възражения по време на пътуване (Milewska, 2008).

# ОСНОВНИ ПРЕЧКИ НА ТУРИЗМА НА ДЕЦА СЪС СПЕЦИАЛНИ НУЖДИ

- Децата с увреждания са склонни да изпитват повече затруднения, когато използват обществения транспорт, в сравнение с децата без увреждания. Доколко трудно се транспортират децата с увреждания зависи както от тежестта на увреждането, така и от възрастта на детето. Колкото по-тежко е увреждането по отношение на мобилността и колкото по-голямо е детето, толкова по-предизвикателен става общественият транспорт (Wheeler et al., 2009). Трудностите, свързани с обществения транспорт, могат да бъдат свързани с недостъпни влакове и гари (Ferrari et al., 2014; Freeman & Selmi, 2010) или липса на необходимо оборудване (Patterson et al., 2012). Що се отнася до автобусния транспорт, мнозинството от хората, които се превозват с инвалидни колички, го възприемат като твърде трудно и избягват да пътуват с автобус. Това се дължи главно на трудности при качване в автобусите поради високи стъпала и липса на рампи (Bromley et al., 2007). Възможно е също да има проблеми по отношение на безопасността и сигурността в обществените автобуси, като липса на оборудване за обезопасяване на инвалидната количка (Man-ary & Schneider, 2011).



## Continuum of Ability



The arbitrary line defining disability is exactly that, an arbitrary line. The advent of modern alloys and design has opened up a vast range of activities including some at the extreme adventure end of the spectrum. People with a disability can be found across the full range of sporting and leisure activities. Their tastes and budgets, likewise, spread from economy to five star and include the conference and meetings market. The key to developing tourism product is to look at the aspirations of potential visitors, the opportunities that exist within a destination and the technology available to allow participation by people of all abilities. Customer expectations should drive the product development.

From a tourism industry point of view, higher levels of assistance and support are common in the higher adventure type tourism activities and in the group tour segments. The industry has a proven capacity to support people to achieve stretch goals and aspirations. Accessible Tourism needs to capitalise on that pre-existing skill set by clearly defining the customer needs.

*New technology is opening adventure to all - Images available from [Photoability.net](http://Photoability.net)*



# Фаза преди пътуване

- Родителите трябва да променят моделите си на пътуване поради увреждане на детето си. Една майка каза, че не могат да правят всичко по същия начин, както преди да имат дете с церебрална парализа, но че продължават да пътуват със същата честота и правят някои корекции. Тя каза: „Предпочитам да направя нещо до ниво от 80 процента, когато става въпрос за пътуване, отколкото да не го правя изобщо, само защото не можем да го направим на 100 процента“.

# Фаза преди пътуване

- Дори ако туризмът се счита за по-лесен, отколкото някои родители смятаха, преди да започнат да пътуват, някои избраха да отидат до едни и същи дестинации, а някои също използват същото настаняване, когато пътуват. Други са склонни да използват една и съща туристическа компания за всичките си пътувания. За да могат да се отпуснат, те избраха да пътуват по начини, за които знаят, че ще работят и са достатъчно достъпни за децата им:
- „...винаги сме пътували до Турция с [туристическа компания], защото смятаме, че и двамата получаваме добро отношение, а също и че те имат хубави, големи хотели, които са достъпни.“ (Родители на деца с увреждания)

# Фаза преди пътуване

- Как :
- <http://www.youtube.com/watch?v=ME2wmFunCjU&feature=related>
- <http://www.youtube.com/watch?v=y6c5DDLwwwo&feature=related>
- <http://www.youtube.com/watch?v=B9v4FsKXmj8>

# Фаза преди пътуване

- ИЗПОЛЗВАНЕ НА ТЕХНОЛОГИЯ ЗА Укротяване на стреса:
- Адаптивна технология. Компютърът и устройствата с изкуствен интелект могат да бъдат особено полезен инструмент за обучение за дете с проблеми в поведението, тъй като осигуряват обективен, неутрален отговор на понякога провокативното или предизвикателно поведение на детето. Компютрите могат да фокусират вниманието на децата, да адаптират скоростта на предаване, за да съответстват на темпото на внимание на ученика и нуждата от игра.

# Фаза преди пътуване

- БЪДЕТЕ ГОТОВ ЗА :

## Cont...

- Set rules.
- Set routines for meals and bedtimes.
- Develop your child's ability to empathize others.
- Help your child learn how to express frustration, disappointment and anger without hurting others.
- Establish basic rules of conduct: no hitting, kicking, biting, spitting, (no hands allowed), and no hurting others through our words.



# Фаза преди пътуване

## Cont...

Teaching our children to;

- pick out their clothing
- dress themselves as they grow older
- tie their own shoes
- pack school snacks and make lunches
- set their own alarm clocks instead of waking them up



# Ангажиране на децата и подготовка за пътуване:

- СПОРЯВАНЕ СЪС СТРЕСА:

## Cont...

- Work on communicating with your child
- Put the time and energy in so that he knows that he matters in your life.
- Talk to your child every day-even if it's just for a few minutes.
- Put down your iPhone
- Turn off your laptop when your child (or you) return home, at mealtimes and story times, and when you pick your child up from school.
- Look at him and make eye contact while having a conversation.
- Speak to your child in the tone and with the words that you wish he would use with others.



# ***Ангажиране на децата и подготовка за пътуване:***

- Копиране на стреса:

## **Most Important**

- Express your love every day, no matter how tough the day.
- Always encourage your child.
- Give positive reinforcement.



# **Ангажиране на децата и подготовка за пътуване:**

- СПРАВЯНЕ С ДЕТСКИЯ СТРЕС преди Пътувания:
- правете шеги, слушайте техните шеги, усмихвайте се често, кажете нещо глупаво, пейте нещо, което обикновено бихте казали, или нещо друго, което би ги накарало да се усмихнат/смее (уверете се, че е подходящо за възрастта).
- правете дейности с децата си (академични или други), които включват нещо, което те интересува (игри, игра и т.н.), дори ако това може да не е любимото ви занимание. Оставете ги да изберат интересни теми за определени дейности.
- добре е да споделите мнението си за очакванията на вашето пътуване, но като цяло не ги правете погрешни за мнението си; да се сблъскате с вашите решения за подготовка относно настаняване, транспорт, средства за пътуване, разходи, усилия и т.н.

# ***Ангажиране на децата и подготовка за пътуване :***

- Стойте далеч от празни заплахи като „Ако не спреш, ще те оставя тук“ или „Ще изхвърля всичките ти играчки, ако не ги изправиш“.

Тези типове изявления могат да бъдат страшни за децата, водещи до плач, истерия и т.н. и по всяка вероятност вие няма да правите тези неща.

- за да избегнете рутината за опаковане и други типични подготвителни дейности преди пътуване, ако е възможно, осигурете алтернативна дейност или ги пренасочете към нещо, което обичат да правят като „да правим скачане заедно“ или „ето някои пъзели/блокчета, с които да играете“.

# **Ангажиране на децата и подготовка за пътуване :**

Много е важно да се засили положителната мотивация на децата:

- Някои примери за конкретна похвала включват „отлична работа при вземането на вашите играчки“, „бяхте толкова съсредоточени по време на домашната работа тази вечер“, „хубава работа да слушате указанията“ и т.н. *Конкретна похвала или признание за здравословно поведение* напомня на детето какво поведение търсите и го засилва.
- Запомнете, ако вашето „няколкогодишно дете“ играе в пръстта и ви се струва отвратително по време на пътуване , нека. Стига да са в безопасност, да не нараняват или не зачитат себе си или някой друг и да не увреждат нищо, *опитайте се да им дадете колкото е възможно повече свобода.*

# Ангажиране на децата и подготовка за пътуване:

Опитайте се да поддържате дневния си график колкото е възможно и през деня на подготовка за пътуване, т.е.

Schedule 3	
Time	Activity
6:30 to 7 pm	<p><b>Help mom/dad with chores-give choices</b> (e.g., vacuum, carry laundry basket, take out garbage)</p> 
7 to 7:30 pm	<p><b>Screen Time</b> (you earned it!!) (e.g., Computer/IPAD/Tablet/<a href="#">Phone</a>.)</p> 
7:30 to 7:45 pm	<p><b>15 Min Exercise</b> (pushups/trampoline/dance video/etc.)</p> 
7:45 to 8:15 pm	<p><b>Night time snack</b> (child can help choose, prepare, clean up)</p> 

# ***Ангажиране на децата и подготовка за пътуване:***

- ако планирате да посетите ресторант или друго място, говорете какво ще се случи, когато стигнете там (например, изчакайте да седнете, разгледайте менюто, поръчайте храната си и т.н.) и как трябва да изглежда поведението на вашето дете (напр. да използвате вътрешен глас, да говорите с уважение, докато сте в ресторанта, да чакате добре за вашата храна). Уведомете детето си, когато го/я видите да следва поведенческите очаквания по подходящ начин (например, вие чакате много добре за храната). **Подгответе ги да се сблъскат с разнообразието или необичайни за тях ситуация, поведение, хора, неща... и т.н.**

# **Ангажиране на децата и подготовка за пътуване :**

- говорете за разликите между правилното и неправилното поведение в рамките на вашите планове за пътуване. Опитайте се да визуализирате чрез примери от реалния живот (както на снимките по-долу) как изглеждат тези разлики. Играйте, покажете снимки или нарисувайте различни сценарии. В Google има много изображения, които илюстрират импулсивно и неимпулсивно поведение. За забавно занимание помолете детето си да нарисува картина на някой, който се занимава с импулсивно и неимпулсивно поведение.
- обяснете на детето си, че след като станете възрастен, импулсивното поведение често не се толерира в странното място или туристическата общност. Обсъдете реалните последици, като например уволнение, изгонване или арест, за определени видове импулсивно поведение (напр. хвърляне на неща на обществено място, удряне на някого и т.н.)

# **Ангажиране на децата и подготовка за пътуване :**

- работата по задачи като занаяти, проекти, готвене или каквото и да е друго творение повишава нашето самочувствие. Проектите и творенията също водят до намаляване на тревожността и подобряване на настроението. Така че можете да подготвите децата си за нови места, като ги рисувате, готвите и ядете заедно местната им храна, пускате филми за тези места... и т.н.
- някои физически състояния също са важни: Планирайте да използвате здравословното хранене като метод за борба с тревожността; планирайте да правите постепенни промени в храната за определен период от време в рамките на пътуването, които стават част от обичайната ви рутина. Някои примери за храни, за които е доказано, че имат положителен ефект върху нашето настроение, включват риба, ядки, авокадо, аспержи, говеждо месо, ягоди и спанак. Можете да прочетете повече за изследването и за храненето. Също така е показано, че директните физиотерапевтични жестове като прегръдките освобождават ендорфини, химикал в мозъка, който ни помага да осигурим сигурност и увереност.

# ***Ангажиране на децата и подготовка за пътуване :***

- обсъдете с децата си планираното място за посещение с помощта на виртуални инструменти. Намиране на възможности за използване на виртуална реалност (VR), за да се помогне на семействата с деца с увреждания да идентифицират и избягват физическите бариери в туристическите дейности. След като изпитаха използването на VR, всички участници предположиха, че тази технология е в състояние да помогне на семейства с деца с увреждания чрез предоставяне на по-добра информация, преди да планират пътуванията си.

# ПОМНИ !!!

- Планирането на пътуване в наши дни е действие, което обхваща всички компоненти на пътуването и може да бъде повлияно от пътуващите връзки. Когато семейството планира пътуването трябва да определи стратегия за минимизиране на основните въздействия/проблеми, които могат да възникнат. За постигането на тази цел е важно да се дефинира пътуването във всичките му аспекти. За тази цел могат да бъдат полезни следните дескриптори за пътуване:
  - произход на пътуването
  - дестинации за пътуване
  - разстояние
  - време за пътуване
  - продължителност на пътуването
  - цел на пътуването
  - режим за пътуване
  - брой лица.

# Намери материал за четене:

1. Nyman, P. (2016). Туризм за семейства с деца в инвалидни колички  
Преживявания на родители за деца с церебрален. Университет Умео,  
катедра по география и икономическа история магистърска теза.  
<https://www.divaportal.org/smash/get/diva2:938581/FULLTEXT01.pdf>
2. Barbara (No last name given), & Wistrom, E. (2012). Съвети за отдих за  
ученици с физически увреждания. Bright Hub Education, [goo.gl/21nUXz](http://goo.gl/21nUXz)
3. Melikechi, L. (2013) *A Camp for Everyone. Project of United Cerebral Palsy  
of Delaware. A Guide to Including Children of All Abilities in Summer Camp  
Programs.* Inc., the Delaware Developmental Disabilities Council.  
<http://ucpde.org/wp-content/uploads/2015/06/a-camp-for-everyone-a-guide-to-including-children-of-all-abilities-in-summer-camp-programs.pdf>

# Намери материал за гледане:

- <https://www.youtube.com/watch?v=daqIMDnt458>
- <https://www.youtube.com/watch?v=sLA6G8I0D7I>
- <https://www.youtube.com/watch?v=cvfDE3d1uGQ>
- <https://www.youtube.com/watch?v=K2IC8kBgLVg>
- <https://www.youtube.com/watch?v=WIDghAMPwvo>



## The Spirit of Inclusive Travel



*Having fun in the Everglades*

I travel because I want my mind and my heart and my soul to overcome the boundaries that my body now feels. I travel in spite of the fact that it is "inconvenient" in that I am unable to walk onto the plane or to simply stand up and use the bathroom when needed, or that I have to spend innumerable hours planning and seeking out where I may be able to go in a wheelchair; what I will be able to see and where will accommodate me once I reach my chosen destination. I travel because to do so puts me in the realm of saying "HA! Look at me now!" I can do and be and see and experience this wonderful world. I CAN taste, smell, delight in the people and remarkable sights and win in the battle of my body over my spirit.

I was a dancer and I was 18 when I crashed my car in front of the Mormon Chapel on the Maryland beltway. I broke my neck and was told I will never move from the neck down again. Yet, I heard a voice as I lay alone in the night..-

"you will not be able to move your legs..but it will not be permanent and there is a purpose"

I accepted this, moved on and regained the use of my arms and hands... just like the voice said.

So I go--and I relish in the next trip--the next challenge that I WILL overcome. I am not a wheelchair sports jock--never raced in my chair or played tennis or rugby or wheelchair basketball. Travel and love is how I survive. I take my love and my will with me and I look strangers in strange lands in the eye as I roll by and I am saying to myself and to everyone who sees me that WE are not pathetic, sad, miserable cripples....

WE are here and we want to share the world with you... it is up to me to show you I will come--it is up to you to show me I am welcome.

Deborah Davis

*As published in the New York Times.*



*Deborah in Stockholm*

“С дете със специални нужди, родителят трябва да се научи да бъде търпелив, да бъде медицинска сестра, да бъде адвокат, защото трябва да бъде добър посредник за всички неща, които се случват на детето ми.”

Майка от Омаха, Небраска