

październik
2020

2/2020 (11)

w numerze:

Od czego zależy szczęście?;
Zasady odpowiedzialnego
wsparcia studentów
z niepełnosprawnościami;
Ideologia post-disability
czyli na co komu
Konwencja



B&N

aion

Akademicki Informator Osób Niepełnosprawnych



„Kluczową rzeczą jest świadomość”

Wywiad z prorektorem PŁ ds. studenckich
dr hab. inż. Witoldem Pawłowskim, profesorem PŁ

SPIS TREŚCI

- 4** „Kluczową rzeczą jest świadomość”
– wywiad z prorektorem PŁ ds. studenckich
dr hab. inż. Witoldem Pawłowskim, profesorem PŁ
Adrian Peliszko
- 8** Międzynarodowy projekt „Mixed Reality
on Universal Design’s Secret Service”
Dorota Kamińska, Aleksandra Jastrzębska,
Grzegorz Zwoliński, Anna Laska-Leśniewicz
- 10** Nowy projekt na Uniwersytecie Łódzkim – otwarcie
Akademickiego Centrum Wsparcia
Anna Gutowska
- 12** Nowe otwarcie
Tomasz Grudniewski, Aleksandra Derlukiewicz
- 16** Od czego zależy szczęście?
Adelina Naglik
- 19** Jaką pomoc materialną mogą uzyskać osoby
z niepełnosprawnościami studiujące na PŁ?
Alicja Czyżniak
- 22** Powrót do normalności? – jak radzić sobie w kolejnym
semestrze z ograniczeniami spowodowanymi
rozprzestrzenianiem się COVID-19?
Patrik Stecz
- 25** Zasady odpowiedzialnego wsparcia studentów
z niepełnosprawnościami
Joanna Sztobryn-Giercuskiewicz
- 28** Ergonomia w projektowaniu zorientowanym
na użytkownika. Część I cyklu: Kilka słów o ergonomii
i Laboratorium EQUAL
Aleksandra Polak-Sopińska, Magdalena Wróbel-Lachowska,
Anna Mączewska
- 30** Streetworking – praca z osobami w kryzysie bezdomności
Antoni Naglik
- 33** Ideologia post-disability czyli na co komu Konwencja
Zbigniew Głąb
- 35** Wybrane aspekty funkcjonowania osób z
niepełnosprawnością oraz percepcji społecznej
niepełnosprawności
Sandra Scheibel
- 38** Praktyczny poradnik Savoir-vivre wobec osób
niepełnosprawnych



Akademički Informator Osób Niepełnosprawnych

Redakcja zastrzega sobie prawo do skrótów i opracowań nadesłanych tekstów. Publikacje nie są stanowiskiem Politechniki Łódzkiej, odzwierciedlają wyłącznie poglądy i opinie autorów tekstów.

WYDAWCA

Biuro ds. Osób Niepełnosprawnych
Politechniki Łódzkiej

ADRES REDAKCJI

Politechnika Łódzka
Biuro ds. Osób Niepełnosprawnych
90-924 Łódź

ul. Żeromskiego 116 (budynek A30)

ZESPÓŁ REDAKCJI

redaktor naczelna
Joanna Sztobryn-Giercuskiewicz

redaktor
Piotr Zajęc

sekretarz redakcji
Alicja Czyżniak

WSPÓŁPRACA

S. Scheibel, A. Derlukiewicz, A. Naglik, A. Naglik,
Z. Głąb, A. Gutowska, A. Polak-Sopińska,
M. Wróbel-Lachowska, A. Mączewska,
A. Peliszko, P. Stecz, D. Kamińska, A. Jastrzębska,
G. Zwoliński, A. Laska-Leśniewicz

Zdjęcie na okładce: Kacper Giercuskiewicz

REDAKCJA TECHNICZNA

ScanSystem.pl Ewa Szelayńska

SKŁAD I ŁAMANIE

ScanSystem.pl Ewa Szelayńska

PROJEKT GRAFICZNY

Aleksandra Idzikowska

Wydarzenia

„Kluczową rzeczą jest świadomość”

– wywiad z prorektorem PŁ ds. studenckich
dr hab. inż. Witoldem Pawłowskim, profesorem PŁ

1

Adrian Peliszko

Adrian: Pełni Pan funkcję prorektora ds. studenckich od 2016 roku?

Prorektor: Tak, to już ponad 4 lata.

A: Jak w tym czasie, Pana zdaniem, Panie Rektorze, zmieniła się uczelnia?

P: Na naszych oczach ta uczelnia zmienia się tak naprawdę praktycznie codziennie. 4 lata to jest bardzo długi okres w historii uczelni. Zmieniły się relacje pomiędzy ludźmi, zmieniły się programy nauczania, zmieniło się podejście nauczycieli do studentów. To, co kreuje naszą rzeczywistość, i naukową i dydaktyczną, to infrastruktura, która rzeczywiście na Politechnice przez te ostatnie lata bardzo, bardzo mocno wykreowała nową atmosferę.

A: Jaki wpływ na funkcjonowanie oraz na to jak dzisiaj działa uczelnia, miała nowelizacja ustawy Prawo o Szkolnictwie Wyższym, w skrócie zwanej też Ustawą 2.0?

P: Ta ustawa weszła w życie w trakcie poprzedniej kadencji i wymusiła na Uczelni bardzo wiele działań, nie tylko takich, które miały charakter dostosowania się

do wymogów ustawy, ale dała też powód do tego, aby przemyśleć wiele kwestii. Ja byłem głównie związany z tymi reformami, zmianami w procesie kształcenia i w procesie działań studenckich. Jeśli chodzi o sprawy studenckie, ustawa dała pewne uprawnienia gremiom studenckim, natomiast nie zmieniła diametralnie relacji, które na uczelni mieliśmy. Jeśli chodzi o sprawy związane z kształceniem, tutaj ustawa miała znacznie silniejsze oddziaływanie. Wymusiła wprowadzenie nowych programów studiów, a to dało też szansę, aby przemyśleć efektywność pewnych metod. Sądzę, że będziemy oglądali efekty, które ustawa na nas w ten sposób wymogła, za kilkanaście lat.

A: Właśnie, to tak naprawdę proces, który trwa i który będzie pewnie jeszcze trwał. Jak to Pana zdaniem będzie wyglądało za kilka lat, kiedy ta ustawa będzie już w pełni wdrożona? Jak to będzie się zmieniło w najbliższych, chociażby, czterech latach, czyli przez tę kadencję, którą Pan Rektor będzie pełnił?



Fot. p.lodz.pl

P: Sądzę, że ustawa dała nam szansę zmiany programów. Patrząc na osoby, które w tym czasie modyfikowały programy i na ich kompetencje, ustawa pozwoliła na to, aby w programach umieszczone zostały przedmioty, formy i metody, których dotychczas nie stosowaliśmy. Te nowoczesne metody pozwolą, według mnie, w sposób znaczący zmienić relacje studentów z procesem edukacji – z takiej dotychczas postrzeganej jako typowa szkoła, uczelnia stanie się akademią, w której studenci będą zdobywali wiedzę korzystając z wprowadzanych w życie krok po kroku: pracy grupowej, pracy nad sobą, zdobywania wiedzy we własnym zakresie, odwróconego kształcenia. Te formy kształcenia pokazują zupełnie inny model tego, co osiągnąć było dotychczas w sposób tradycyjny, poprzez typowe formy, takie jak wykład, ćwiczenie, laboratorium, a może być osiągnięte w zupełnie inny, wydaje mi się, że dużo bardziej efektywny w praktyce sposób.

A: Czyli można powiedzieć, że słowo „studia” wreszcie nabierze takiego prawdziwego wymiaru, w sensie takim, że student czy słuchacz będzie musiał więcej pracować sam. Oprócz czystej teorii będzie więcej praktyki, dobrze rozumiem?

P: Taka jest idea tych zmian, szczególnie na Politechnice, która ma charakter uczelni związanej z przygotowaniem kompetencji potrzebnych w przemyśle, czyli praktycznych. Ten charakter kształcenia, który umożliwia, ale też w jakiś sposób przymusza studentów do samodzielności, będzie dawał taki właśnie efekt. Wykształcimy inżyniera, który samodzielnie będzie dążył do rozwiązywania napotkanych problemów.

A: Przejdźmy do sfery bardziej prywatnej, ale też myślę, że bardzo istotnej. Pierwszego września objął Pan po raz drugi funkcję prorektora do spraw studenckich. Jakie uczucia, jakie emocje Panu towarzyszyły?

P: To zawsze są duże emocje, dla mnie najważniejszym odczuciem, emocją, był fakt, że obdarzono mnie zaufaniem po raz kolejny. Dla mnie nieprawdopodobne było to, w jaki sposób udało nam się z Samorządem Studenckim oraz z organizacjami studenckimi nawiązać taki rodzaj kontaktu, który był bardzo budujący, kreatywny. Może to był właśnie efekt dyskusji i wypracowywania rozwiązań, a nie narzucania ich. Sądzę, że to był też element, który spowodował, że tym zaufaniem przez studentów zostałem obdarzony, gdyż jak mówi nasza ordynacja [wyborcza] i nasze ustawowe wymagania, aby tę funkcję pełnić, musi nastąpić uzgodnienie nazwiska osoby, która tę funkcję piastuje właśnie z gremium studenckim i to nastąpiło. To jest satysfakcja, to jest radość, to jest emocja związana z faktem, że przede mną są kolejne wyzwania. I te wyzwania, które być może gdzieś w planie poprzedniej



kadencji były, ale nie zostały zrealizowane, teraz mają szansę być dokończone.

A: Na naszej uczelni, na Politechnice Łódzkiej, studiują również studenci i osoby z orzecznym stopniem niepełnosprawności. Jak Pan Rektor postrzega ich funkcjonowanie tutaj, wśród społeczności akademickiej?

P: Osoby z niepełnosprawnościami stanowią jak na razie niewysoki odsetek naszych studentów. Wsparcie, które daje nasze Biuro ds. Osób Niepełnosprawnych uważam za duży sukces organizacyjny uczelni. Sądzę, że efekt, który w tej chwili obserwujemy, czyli efekt zmian sposobu życia wywołany pandemią ma również wpływ na to, w jaki sposób osoby z niepełnosprawnościami zaczynają funkcjonować chociażby w procesie edukacji. Zmiany, których doświadczamy, więc to przerzucenie metod nauczania na metody zdalne powoduje, że elementy bądź funkcjonalności dla każdego ze studentów są w pewien sposób zmienione. To, moim zdaniem, powoduje, że każdy student traktowany jest w podobny, jednakowy sposób. Z tego co mówię chyba można wywnioskować, że jednym z elementów, które dostrzegałem był taki element nie do końca równego traktowania osób z niepełnosprawnościami. Sądzę, że paradoksalnie pozytywnym efektem tego, co się teraz dzieje, czyli tej pandemii, jest zmniejszanie tych różnic.

A: Dobrze, kontynuujmy ten wątek. Co można, Pana zdaniem, Panie Rektorze zmienić, aby integracja osób pełnosprawnych z osobami z niepełnosprawnościami czy też odwrotnie przebiegała jeszcze lepiej na Politechnice Łódzkiej?

P: To jest trudne pytanie, kluczową rzeczą jest świadomość, a świadomości nie jesteśmy w stanie przełącznikiem włączyć, tak aby z dnia na dzień się pojawiła. To jest proces i to długi proces uświadamiania wszystkim, zarówno osobom pełnosprawnym i niepełnosprawnym tego, że dzielimy te same wartości, te same dobra i żyjemy w tym samym świecie jako partnerzy, żeby to było do końca zrozumiałe i zorganizowane w pewien sposób z założenia, żeby bez przypominania o tym można

było osiągnąć pewne rozwiązania, efekty w postaci programu studiów dostosowanych do potrzeb osób z niepełnosprawnościami. To jest proces długi. Uważam, że zadaniem, które trzeba wykonywać i nie wolno o tym zapominać, jest ciągle uświadamianie wszystkich osób o tym, w jakim świecie funkcjonujemy i to zadanie poprawiania świadomości, kreowania odruchów, takich, których nie trzeba żadnymi gestami ani formalizmami wymuszać, to jest ten ideał, do którego chyba zdążamy. To jeszcze pewnie potrwa – ale trzeba działać.

A: Tak, to jest na pewno proces niełatwy. Na ile wspomniana wcześniej ustawa 2.0 pomaga we wdrażaniu tego typu rozwiązań, a na ile je może powstrzymywać?

P: Ustawa 2.0 zmieniła sposób podejścia do finansowania zadań związanych ze studentami z niepełnosprawnością. To wymaga również pewnych zmian organizacyjnych wewnątrz naszych struktur. Jest konieczność takiego podejścia do zadań na przykład Biura ds. Osób Niepełnosprawnych, aby ten proces obsługi, proces właśnie uświadamiania, szkoleń i zmian infrastrukturalnych przebiegł w nowym modelu finansowania tego pionu, można to tak nazwać. I to jest, uważam, coś, co nasza ustawa wymusiła. Czy to wpłynie pozytywnie czy negatywnie – sędzę że wiele tych zmian było oczekiwanych przez środowiska osób z niepełnosprawnościami. Tego oczekiwały również uczelnie i prawdopodobnie Ministerstwo również. Także tutaj spotkały się oczekiwania wszystkich stron.

A: Tak, przejdźmy do tego, co czeka nas praktycznie już za chwilę, już za moment, za niespełna dwa tygodnie, może troszkę więcej. Mamy bardzo trudny czas, pandemię COVID-19 i to na pewno porządkowało plany uczelni, plany wszystkim, można powiedzieć. Jak zatem będzie wyglądał ten nadchodzący rok akademicki w związku z obostrzeniami i pandemią, która cały czas gdzieś tam jest?

P: Zaczynając od góry – Ministerstwo zapowiedziało nam, iż nie będzie kontynuowania stanu tego częściowego wyłączenia uczelni. Całość odpowiedzialności spoczywa więc na działaniach Magnificencji Rektora, który ma narzędzia, zdaniem Ministerstwa, do tego aby wprowadzić odpowiednio bezpieczne warunki studiowania. Ministerstwo daje nam wytyczne, które przygotował Główny Inspektor Sanitarny. Daje nam zasady działania, które wypracowane zostały ze środowiskiem akademickim w postaci rekomendacji. Natomiast te wszystkie zapisy zostają przekute na poziomie uczelni w zarządzenie Rektora, które ma na celu wyregulowanie zasad realizacji zajęć dydaktycznych zarówno dla pracowników, organizatorów zajęć, jak i dla studentów. Taki dokument powstał i zostanie opublikowany w najbliższych dniach. Z niego wynika, iż uczelnia realizuje

proces dydaktyczny w formie hybrydowej, to znaczy częściowo w kontakcie bezpośrednim oraz częściowo, a w zasadzie w dużej mierze, za pomocą metod nauczania zdalnego. Ten hybrydowy sposób prowadzenia dydaktyki to jest wyzwanie dla nas – szczególnie organizacyjne. Jak zrobić, aby zajęcia były zarówno wygodne dla studentów, którzy muszą zaplanować zakwaterowanie, przychodzenie na zajęcia, życie prywatne, jak połączyć interesy studentów, a jednocześnie uwzględnić możliwości organizacyjne i infrastrukturalne naszych sal, które nie mogą być w tej chwili zasiedlane przez takie duże liczby studentów – muszą spełniać ograniczenia wynikające z przepisów sanitarnych. Ten proces układania planów trwa. Prodziekani są zaangażowani bardzo intensywnie w to, aby rozwiązywać te problemy na wydziałach w sposób, który jest zgodny z wytycznymi, a jednocześnie uwzględnia interesy studentów. Wielkim problemem, który nas czeka to kolejny problem świadomościowy, czyli korzystanie z metod nauczania zdalnego. Ważne to jest od strony studentów, aby docenili wysiłek prowadzących, którzy wkładają swój czas i serce w to, aby przekazać wiedzę. Natomiast od strony prowadzących również jest to ogromna odpowiedzialność, świadomość potrzeby, aby docenić te metody i pracować tak, żeby najważniejszym celem było przekazanie wiedzy i osiągnięcie efektów kształcenia właśnie przez studentów. Obie strony muszą wykazać się tutaj zarówno elastycznością, jak i świadomością, bo żadne przepisy – czy ministerialne, czy rektorskie, czy wydziałowe nie są w stanie przewidzieć wszystkich sytuacji. Jeżeli nie wykażemy się tu z jednej strony dobrą wolą, a z drugiej strony zdrowym rozsądkiem, to nie rozwiążemy wszystkich problemów, które nas w nadchodzącym roku czekają. To, że wyzwań oraz problemów, których nawet w tej chwili nie jesteśmy w stanie sobie wyobrazić, pojawi się dużo – tego jestem pewien.

A: To ja jeszcze troszkę nawiążę do tego nauczania zdalnego, o którym Pan Rektor wspominał. Czy to jest przyszłość, od której po prostu nie uciekniemy – jako



Fot. Tumisu/Pixabay

społeczeństwo, jako uczelnia, jako ludzie związani ze strukturami akademickimi? Czy to jednak gdzieś będzie, mimo wszystko zatrzymane i ten kontakt, taki międzyludzki, oraz kontakt twarzą w twarz dalej będzie miał miejsce?

P: Ja sądzę, zaczynając od końca, że kontakt twarzą w twarz jest niezastąpiony. Tego nie da się zamienić na kontakty zdalne – obecność nauczyciela i jego możliwość reagowania na zachowanie, poprzez obserwację, wpływ na proces dydaktyczny, to jest coś czego nie jesteśmy w stanie osiągnąć stosując metody kształcenia na odległość. Ale ten proces, który się już odbył w zeszłym semestrze, czyli semestrze letnim, pokazujący w jak szybkim czasie i jak w dużym zakresie możemy wejść z tymi metodami w skuteczną interakcję pomiędzy nauczycielem i studentem pokazuje, że ten stan pandemii jest takim punktem zwrotnym dla wielu nauczycieli, aby odważyli się stosować te metody, a jeżeli widzą ich skuteczność – w tym, aby je rozwijać. I to jest, uważam, największa wartość dodana tego, co się złego stało, czyli tego stanu pandemii. Ja sądzę, że odwrótu od stosowania metod nauczania na odległość nie ma. One będą rozwijane i każdy, kto jest stosował albo większość osób, które je stosowała widzi w nich zalety. Wady również, ale można już w warunkach przyszłej normalności, której sobie chyba wszyscy życzymy, znaleźć punkt optymalny pomiędzy właśnie kontaktowymi i tymi zdalnymi metodami nauczania, i na pewno ten punkt, ten balans będzie przesunięty daleko bardziej w kierunku metod zdalnych, niż był dotychczas. Poza tym, metody zdalne mają taką właściwość, że ten kontakt i liczba godzin koniecznych do osiągnięcia efektów kształcenia przez nawet ten synchroniczny, lecz zdalny kontakt z nauczycielem jest mniejszy, co zmusza studentów do samodzielności. Ta samodzielność powoduje, że studenci często komunikują się w grupach i zaczynają pracować w nich, nawet w sposób nieformalny. Tego wcześniej nie było, to jest nowa jakość. I to jest coś, co kiedyś określaliśmy właśnie mianem „studiowania” – nie nauka, nie odtworzenie tego, co jest na wykładzie jeden do jednego, wyklepanie na pamięć definicji, wzoru, warunków koniecznych i tak dalej, tylko znajdowanie rozwiązań z wykorzystaniem tej wiedzy. Teraz się zaczęło to dziać w świecie realnym, mimo zdalności. I właśnie powodem jest to, że kontakt z nauczycielem już nie jest taki łatwy, nauczyciel staje się mentorem i prowadzącym studenta po ścieżkach rozwiązywania problemu, a nie wskazującym mu gdzie ma dojść. To student musi znaleźć to, nad jakim rozwiązaniem należy pracować, aby osiągnąć założony cel. I to jest, uważam, droga z której nie zawrócimy. Wielu nauczycieli odblokowało się w tym temacie, bardzo wielu. Okazało się, że te metody



są skuteczne, a dotychczas nie były stosowane z różnych względów – czasami z czystych przyzwyczajęń, z tego że nauczyciel nigdy nie prowadził takiego wykładu zdalnie, więc nie będzie go prowadził, i już. Na początku pandemii musiał, a teraz się okazuje, że rzeczywiście to działa bardzo skutecznie i sam chce kontynuować ten proces.

A: To już na sam koniec, czego możemy życzyć Panu Rektorowi, całej społeczności akademickiej skupionej wokół Politechniki, na ten najbliższy rok?

P: Całej społeczności akademickiej, wszystkim studentom i pracownikom przede wszystkim życzymy zdrowia. To jest bezwarunkowa, najważniejsza wartość, która wpływa na inne aktywności, ale również chciałbym, abyśmy wyrobili w sobie poczucie studiowania na uczelni wyjątkowej. Bo Politechnika Łódzka jest rozpoznawalna w Polsce jako uczelnia, która ma charakter. Dobrze byłoby, gdybyśmy wszyscy mieli tego świadomość, bo taka wartość wyniesiona z uczelni skutkuje dobrą atmosferą, pozytywnym dowartościowaniem swojej wiedzy w przyszłym życiu zawodowym, ale również prywatnym. Studiujemy w naprawdę dobrej uczelni, mamy po jakimś czasie na koncie dyplom naprawdę dobrej szkoły, jaką jest Politechnika Łódzka. Życzymy sobie zdrowia i takiego poczucia wyjątkowości.

A: Przyłączamy się do życzeń. Dziękujemy bardzo za rozmowę

P: Dziękuję bardzo.

Adrian Peliszko

Student Politechniki Łódzkiej, absolwent Uniwersytetu Łódzkiego. Z wykształcenia prawnik, z zamiłowania dziennikarz. Na co dzień pasjonat sportu nowoczesnych technologii oraz obserwator życia społecznego i gospodarczego. Wielki fan muzyki rockowej okraszonej dobrym tekstem, z którego można czerpać wiele cytatów.

Międzynarodowy projekt „Mixed Reality on Universal Design’s Secret Service”

2



dr inż. Dorota Kamińska

Adiunkt w Instytucie Mechatroniki i Systemów Informatycznych Politechniki Łódzkiej



mgr inż. Aleksandra Jastrzębska

Doktorantka w Instytucie Inżynierii Materiałowej, Wydział Mechaniczny Politechniki Łódzkiej



dr inż. Grzegorz Zwoliński

Adiunkt w Instytucie Mechatroniki i Systemów Informatycznych Politechniki Łódzkiej



mgr inż. Anna Laska-Leśniewicz

Doktorantka w Instytucie Inżynierii Materiałowej, Wydział Mechaniczny Politechniki Łódzkiej, Design Thinker

We wrześniu bieżącego roku rozpoczął się kolejny międzynarodowy projekt koordynowany przez Politechnikę Łódzką. „Mixed Reality on Universal Design’s Secret Service” łączy doświadczenia pięciu zespołów z trzech krajów: Polski, Portugalii i Estonii. Projekt jest współfinansowany przez program Erasmus+ w Akcji 2. Partnerstwa Strategiczne na rzecz szkolnictwa wyższego. W skład konsorcjum wchodzi, poza PŁ, Uniwersytet w Aveiro, Politechnika w Porto oraz Uniwersytet w Tartu oraz Instytut Medycyny Pracy im. J. Nofera w Łodzi.

Opis i cel projektu

Spotkania z kadrą akademicką oraz ankiety przeprowadzone wśród studentów przez Biuro ds. Osób Niepełnosprawnych PŁ (BON) wskazały, że poziom świadomości i wiedza na temat projektowania uniwersalnego jest obszarem wymagającym poprawy. Stąd też, głównym zadaniem zespołów pracujących w projekcie będzie podniesienie kompetencji przyszłych inżynierów, nauczycieli oraz projektantów w tym zakresie. Co więcej,

dotychczasowym atutem projektu jest wykorzystanie mieszanej rzeczywistości (ang. Mixed Reality), tj. rozszerzonej i wirtualnej rzeczywistości (AR, VR), co pozwoli doświadczyć i lepiej zrozumieć perspektywę odbiorcy uwzględniając jego potrzeby i uczucia.

Założenia i użyte metody

Naturalna skłonność użytkowników do silnego zagłębiania się w środowiska wirtualne prezentowane z wykorzystaniem efektów wizualnych VR/AR, będzie



dotychczas dodatkowo potęgowana oddziaływaniem na szereg innych zmysłów. Poza bodźcami dźwiękowymi autorzy projektu chcą zastosować wiele dodatkowych rozwiązań fizycznych, wzmagających poziom doznań i doświadczeń użytkowników tworzonego systemu. Uczestnictwo w zaaranżowanych wirtualnych wydarzeniach, przy wsparciu fizycznych symulatorów ograniczeń ruchowych typowych dla seniorów, osób niepełnosprawnych ruchowo, z dysfunkcjami percepcji emocjonalnej, akustycznej czy też wizualnej, będzie w istotny sposób podnosić poziom nabytej empatii. Gwarantem merytorycznego poziomu projektu jest ścisła współpraca twórców z przedstawicielami środowisk osób potencjalnie wykluczonych w zakresie opracowywania scenariuszy i retoryki przygotowywanych materiałów edukacyjnych.

Do kogo skierowany jest projekt?

Grupą docelową projektu są głównie osoby zajmujące się zawodowo szeroko rozumianym projektowa-

niem użytkowym. Zaproponowane rozwiązanie ma wytworzyć wśród nich naturalną skłonność do zachowań zgodnych z kanonami projektowania uniwersalnego. Projektant wyczulony na potrzeby szerokiego spektrum odbiorców docelowych w sposób naturalny tworzy produkty uniwersalne, dostępne i przyjazne dla każdego – co jest przewodnim celem realizowanego projektu.

Podstawowe zasady projektowania uniwersalnego:

1. Identyfikacja zastosowania (Equitable use)
2. Elastyczność użycia (Flexibility in use)
3. Prosta i intuicyjna obsługa (Simple and intuitive)
4. Zauważalna informacja (Perceptible information)
5. Tolerancja dla błędów (Tolerance for error)
6. Niski poziom wysiłku fizycznego (Low physical effort)
7. Wymiary i przestrzeń dla podejścia i użycia (Size and space for approach and use)

**Koordynator projektu (kontakt): dr inż. Dorota Kamińska,
dorota.kaminska@p.lodz.pl**

Projekt współfinansowany z funduszy Komisji Europejskiej
w ramach programu Erasmus+



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko jej autorów i Komisja Europejska oraz Narodowa Agencja Programu Erasmus+ nie ponoszą odpowiedzialności za jej zawartość merytoryczną.

Nowy projekt na Uniwersytecie Łódzkim – otwarcie Akademickiego Centrum Wsparcia

3



dr n. hum. Anna Gutowska

Pedagog, adiunkt w Zakładzie Andragogiki i Gerontologii Społecznej na Wydziale Nauk o Wychowaniu UŁ, pełnomocnik Rektora UŁ ds. Profilaktyki Uzależnień, autorka publikacji związanych m.in. z niepełnosprawnością

Akademickie Centrum Wsparcia jest jednostką Uniwersytetu Łódzkiego dającą możliwości oraz narzędzia wyrównujące szanse w dostępie do edukacji na poziomie wyższym. Celem działalności ACW jest udzielanie wsparcia tym członkom społeczności akademickiej Uniwersytetu Łódzkiego, którzy z różnych przyczyn go potrzebują.

W Uniwersytecie Łódzkim przez 10 lat działało Biuro do spraw Osób Niepełnosprawnych i Profilaktyki Uzależnień – struktura, której głównym zadaniem było wsparcie w procesie kształcenia studentów i doktorantów z niepełnosprawnościami. Długoletnie doświadczenie pracowników BONiPU pokazało jednak, że nie wszyscy studenci z orzeczoną niepełnosprawnością

potrzebują pomocy w procesie studiowania, a jednocześnie jest wiele osób (nie tylko wśród studentów), które wsparcia potrzebują, mimo iż nie legitymują się formalną dokumentacją.

Od 7 listopada 2019 roku wszyscy studenci UŁ mogą korzystać ze wsparcia ACW UŁ w świeżo wyremontowanych i odpowiednio przystosowanych wnętrzach budynku



Fot. Zbiory własne ACW UŁ



Dr Anna Gutowska, ACW UŁ

przy ulicy Pomorskiej 152 (na Lumumbowie, naprzeciwko Wydziału Filologicznego UŁ). Projekt został sfinansowany z funduszy UŁ.

– Do dyspozycji członków społeczności akademickiej UŁ jest m.in. sala szkoleniowa, pokoje terapeutyczne i strefa relaksu. Osobiście żywię nadzieję, że będzie to miejsce, w którym będziemy mogli nie tylko rozwiązywać problemy i pokonywać trudności, ale też usiąść, spotkać się, porozmawiać... albo wspólnie pomilczeć - mówi dr Anna Gutowska, kierowniczka ACW UŁ.

Zakres proponowanych działań dla studentów/doktorantów z niepełnosprawnościami, trudnościami w procesie studiowania oraz dla tych, którzy chcą zadbać o swoje zdrowie psychiczne, obejmuje między innymi:

- wyrównywanie szans osób z deficytami i/lub niepełnosprawnościami,
- stypendium dla osób z orzeczeniem o stopniu niepełnosprawności,
- wsparcie w procesie edukacji studentów z trudnościami zdrowotnymi i adaptacyjnymi,
- wsparcie w funkcjonowaniu w społeczności akademickiej,
- rozwój osobisty,
- profilaktykę i terapię uzależnień.

W ACW UŁ można skorzystać z indywidualnych konsultacji z psychologiem, konsultacji i szkoleń z zakresu strategii uczenia się, za-

ządzania czasem, efektywnych technik zapamiętywania, twórczego myślenia, ale także – warsztatów relaksacji, radzenia sobie ze stresem

i trudnymi emocjami, wykładów psychoedukacyjnych czy po prostu... doświadczyć ciszy, spokoju i odprężenia w Strefie Relaksu.



Tekst źródłowy: Dr Anna Gutowska, ACW UŁ, Centrum Promocji UŁ
Redakcja: Agnieszka Piestrzeniewicz

Nowe otwarcie

4

dr inż. Tomasz Grudniewski

mgr Aleksandra Derlukiewicz

„Nowe otwarcie” – to podejmowane działania Państwowej Szkoły Wyższej im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej na rzecz aktywizacji osób z niepełnosprawnościami z wykorzystaniem postępu technologicznego, jak też nowych, wdrażanych form kształcenia w rzeczywistości on-line.

Podjęte działania

Postęp technologiczny, wzrost świadomości społecznej w sferze możliwości kształcenia osób, dla których dotarcie na uczelnię i efektywne pobieranie nauki to już nie tylko ułatwienia w postaci rozwiązań architektonicznych, czy wyspecjalizowanych stanowisk pracy. Bazą działań są coraz powszechniejsze rozwiązania tech-

nologiczne i wymuszone, wdrożone rozwiązania związane z sytuacją pandemiczną.

PSW w Białej Podlaskiej od początku swojego istnienia kładzie nacisk na udoskonalenie procesu kształcenia ukierunkowanego na potrzeby osób z niepełnosprawnościami. Rozbudowywany intensywnie kampus uczelni, modyfikacja programów kształcenia oraz

systemu wsparcia nawiązuje do zestawu dobrych praktyk wypracowanych przez Komisję ds. Wyrównywania Szans Edukacyjnych przy Konferencji Rektorów Akademickich Szkół Polskich. Uczelnia posiada podjazdy, windy, miejsca parkingowe dla osób z niepełnosprawnościami oraz dojazdy do auli wykładowych wolne od ograniczeń architektonicznych.



PSW im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej, fot. Elwira Sołoduskiewicz



Wykład dla osób z niepełnosprawnościami dr inż. Tomasz Grudniewski, fot. Elwira Sołoduszkiewicz

Uczelnia dostępna

Dyplomanci z niepełnosprawnościami studiujący na kierunku informatyka podejmowali próby powiązania nowych technologii mobilnych, jako jednego ze środków do integracji środowisk osób z niepełnosprawnościami, z uczelnią. Pracownicy, obserwując wyjątkowe zaangażowanie studentów w proces tworzenia rozwiązań informatycznych ukierunkowanych na osoby z niepełnosprawnościami dostrzegli, że podejmowane działania na rzecz tej grupy osób są niewystarczające. Wydział Nauk Technicznych PSW w Białej Podlaskiej podjął działania polegające na ułatwianiu procesu studiowania, ale również na dotarciu do osób z niepełnosprawnościami, celem ich aktywizacji.

Pierwszym krokiem było zakupienie w 2019 roku systemu lokalizatorów rozmieszczonych gęsto siecią na terenie uczelni i powiązanie ich z aplikacją tworzoną przez studentów kierunku informatyka. Rolą aplikacji docelowo ma być możliwość precyzyjnej informa-

cji, lokalizacji i prowadzenia osób z niepełnosprawnościami z wykorzystaniem posiadanych urządzeń mobilnych (w tym: informacja głosowa, możliwość przywołania asystenta). Inspiracją podejmowanych działań jest też profil zatrudnienia absolwentów kierunków technicznych. Duży odsetek absolwentów podejmuje pracę na całym świecie, z chęcią pozostając nadal mieszkańcami Białej Podlaskiej. Możliwości zatrudnienia w Europie Zachodniej umożliwia zdalne świadczenie pracy. Dodatkowo posiadany przez uczelnię asortyment z zakresu wirtualnej rzeczywistości oraz sytuacja związana z pandemią COVID-19, skłoniła władze uczelni do podjęcia dalszych kroków w celu dotarcia do środowisk osób niepełnosprawnych celem pokazania, że studiowanie mieszane, a nawet zdalne w niektórych przypadkach jest możliwe. Zdobyta wiedza może aktywizować społecznie i zawodowo osoby z niepełnosprawnościami, pozwalać rozwijać talenty i wykorzystywać je na rynku pracy. Pionierem w tego typu działaniach jest Zakład Informatyki PSW w Białej Podlaskiej. Za-

kład ten, wykorzystując najnowsze zdobycze techniki, w najbliższym roku akademickim przygotowuje się do możliwego mieszanego trybu nauki. Zastosowanie wirtualnych klas pozwoli zintegrować środowiska oraz likwidować bariery wewnętrzne, które przez lata tworzą się w osobach z niepełnosprawnościami i uzmysłowić, że niepełnosprawność i niekiedy konieczność pozostania w miejscu zamieszkania nie oznacza wykluczenia – a na pewno nie oznacza wykluczenia ze społeczności akademickiej. Uczelnia, wpisując się w powyższy program działań czyni starania, których celem jest pozyskanie dodatkowych funduszy na dalszą rozbudowę bazy dydaktycznej. Media transmisyjne, wirtualne środowiska pracy przestają wystarczać. Na chwilę obecną uczelnia wkracza ze swoją ofertą w środowiska zrzeszające osoby niepełnosprawne, organizuje spotkania i pokazowe szkolenia, zachęcając do zmiany trybu życia, wytyczenia celu i pokazując możliwości, jakie daje na rynku praca zdalna.

Dzisiejszy rynek pracy również zmienia swoją naturę i organiza-



Świat wirtualny, fot. Elwira Sołoduszkiewicz

cję funkcjonowania. Pojawiają się nowe formy pracy zdalnej w np. branżach technicznych czy ekonomicznych. Pręźnie i w sposób zdalny odnajdują się istniejące formy pracy typu e-business, e-commerce, home office. Absolwenci z niepełnosprawnościami mogą z powodzeniem podejmować pracę w w/w branżach. Mimo podejmowanych na szeroką skalę działań związanych z rozbudową kształcenia na odległość, uczelnia cały czas intensywnie dostosowuje bazę dy-

daktyczną do udziału w procesie kształcenia osób z niepełnosprawnościami. Mając świadomość tego, że nie można pokładać całości procesu dydaktycznego w kształceniu zdalnym, uczelnia dba o to, by każdy z obiektów był przyjazny dla osób z niepełnosprawnościami. W 2020 r. został przeprowadzony audyt zewnętrzny związany z dostępnością infrastruktury i sukcesywnie na uczelni wdrażane są zalecenia zawarte w dokumencie końcowym.

Aktywizacja zawodowa

Przy zachowaniu wszelkich możliwych zasad bezpieczeństwa, uczelnia organizuje spotkania z grupami osób ze środowisk i organizacji zrzeszających osoby z niepełnosprawnościami. Przykładem może tu być wizyta osób z niepełnosprawnościami będących pensjonariuszami Domu Pomocy Społecznej w Kostomłotach – osób potencjalnie zainteresowanych podjęciem kształcenia.

Goście mieli okazję uczestniczyć w specjalnie dla nich przygotowanym wykładzie, a także zapoznać się z możliwościami, jakie daje wirtualna rzeczywistość, jak też poznanie struktury uczelni.

Celem Państwowej Szkoły Wyższej im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej jest dotarcie, pokazanie ludziom z niepełnosprawnościami, że mogą podejmować kształcenie na różnych kierunkach studiów i w przyszłości być dobrymi kandydatami na pracowników na stacjonarnym, czy rozwijającym się zdalnym, rynku pracy. Uczelnia zakłada, że rozwój kształcenia zdalnego i takiej formy pracy to dopiero początek globalnego trendu, w którym niepełnosprawność przestanie być jakkolwiek barierą. Pełnomocnik rektora ds. osób z niepełnosprawnościami podejmuje wszelkie możliwe działania mające na celu aktywizację tej grupy osób. Uczelnia aplikuje do dostępnych instytucji celem pozyskania środków na rozbudowę infrastruktury i tworzenia jak najbardziej dostępnej i przyjaznej atmosfery do studiowania na swoim terenie.

dr inż. Tomasz Grudniewski

Pełnomocnik rektora ds. osób z niepełnosprawnością Państwowej Szkoły Wyższej im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej

mgr Aleksandra Derlukiewicz

Pracownik biura pełnomocnika rektora ds. osób z niepełnosprawnością Państwowej Szkoły Wyższej im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej

Podpowiadamy

Od czego zależy szczęście?

5



Adelina Naglik
psycholog w Domu Pomocy Społecznej

Od zarania dziejów wielcy myśliciele tego świata zastanawiali się nad tym, jak być szczęśliwym i wieść dobre życie. Wiedzieli, że na dobrostan jednostki wpływa kompilacja czynników zewnętrznych, jak i wewnętrznych. Dziś wiemy, które z nich mają największe znaczenie w osiągnięciu stanu szczęścia.

DOCHÓD

Nie ulega wątpliwości, że ludziom bogatym żyje się łatwiej i wygodniej – mają lepsze mieszkanie, środki transportu, wykształcenie, sposoby spędzania czasu wolnego, lepszy dostęp do leczenia – co daje w rezultacie lepsze zdrowie, a nawet lepsze zdrowie psychiczne i bardziej zintegrowaną osobowość (ponieważ mogą sobie pozwolić na terapię) oraz wyższe poczucie własnej wartości, wynikające z szacunku, jakim darzy się ludzi bogatych. Bogaci są zdrowsi, częściowo dzięki lepszemu dostępowi do leczenia, lecz także wskutek doceniania zdrowych zachowań.

Jednak „pieniądze szczęścia nie dają”, jak mówi popularne porzekadło – bogaci są niekoniecznie szczęśliwsi od ludzi mniej zamożnych, bo dochód ma słaby wpływ na subiektywne poczucie szczęścia

jednostki. Wyjątek stanowią ludzie bardzo ubodzy. Fakt ten możemy wytłumaczyć tym, że „pieniądze mają większe znaczenie dla jakości życia wtedy, gdy się je wydaje na żywność, mieszkanie i artykuły pierwszej potrzeby, niż wtedy, gdy

są wydawane na większe samochody, dzieła sztuki, antyki i biżuterię”.

Ludzie materialistycznie nastawieni do życia, lubiący posiadać różne rzeczy są mniej szczęśliwi niż inni. Może to wynikać z tego, że tak naprawdę ludzie ci dążą do



osiągnięcia celów niematerialnych np. samorealizacji czy sensu życia i są rozczarowani, kiedy za pomocą kupionych przedmiotów nie udaje im się ich osiągnąć.

Mimo to, wielu ludzi uzależnia swoje poczucie szczęścia od posiadania dużych pieniędzy. Niektórzy biorą udział w loteriach pieniężnych, licząc na sporą wygraną. Uważają, że mając większy dom, lepszy samochód będą na pewno szczęśliwi. Jak jest naprawdę? Odpowiedź na to pytanie możemy znaleźć analizując przypadek młodej, bezrobotnej kobiety, która wygrała znaczną sumę w Brytyjskiej Loterii Narodowej. Kupiła sobie samochód, nie zrażając się faktem, że nie posiada prawa jazdy. Wydała także sporą sumę na ubrania, których było tak dużo, iż musiała je zdeponować w magazynie. Czy jej życie stało się przez to szczęśliwsze? Jak możemy się domyślić – kobieta ta nadal pozostawała bez pracy, a jej życie było tak samo mało satysfakcjonujące jak przed wygraną. Ogólnie można przyjąć, że po początkowej radości wygrana ma niewielki wpływ na subiektywne poczucie szczęścia. Niektórzy wygrywający mogą doświadczyć poważnego kryzysu życiowego. Tak było w przypadku grupy Brytyjczyków, z których 70% rzuciło pracę, tracąc tym samym źródło satysfakcji i kontakty z kolegami.

MAŁŻEŃSTWO

Małżeństwo jest ściśle powiązane z poczuciem szczęścia i dobrostanem człowieka. Ludzie, którzy pozostają w związku małżeńskim lub żyją ze sobą, są przeciętnie szczęśliwsi i odznaczają się lepszym zdrowiem psychicznym i fizycznym niż osoby, które żyją samotnie, nigdy nie zawarły małżeństwa albo są owdowiałe, rozwiedzione lub w separacji. Ponadto, osoby kohabitujące są mniej szczęśliwe niż te, które żyją samotnie. Pary



w „luźnych” związkach są kilka razy bardziej narażone na rozstanie w porównaniu z parami małżeńskimi. Mimo to, małżeństwo jest związkiem stanowiącym największe źródło konfliktów. Najlepszymi okresami dającymi satysfakcję małżeńską są fazy miesiąca miodowego i pustego gniazda, natomiast najgorszymi te, w których są dzieci poniżej 5 roku życia i nastolatki. Potomstwo jest źródłem stresu dla rodziców, ale jak pokazują inne badania przynosi też sporo radości.

Jeśli chodzi o długość trwania związku to największe szanse na długie życie razem mają pary małżeńskie religijne i takie, które wspólnie przyjemnie spędzają czas wolny.

Pary małżeńskie mają lepsze zdrowie niż pary nie związane przysięgą kościelną. Małżonkowie dbają o siebie wzajemnie, mniej palą i piją, lepiej się odżywiają oraz stosują do zaleceń lekarskich. Ponadto mężczyźni rzadziej chorują na depresję.

ZATRUDNIENIE

Osoby posiadające pracę, w przeciwieństwie do tych niezatrudnionych są szczęśliwsze. Status zatrudnienia wpływa m.in. na pozytywny afekt, satysfakcję, poczucie własnej wartości, apatię, zadowole-

nie z sytuacji finansowej, zdrowia i warunków mieszkaniowych. Bezrobotni zaś często są znudzeni, nie wiedzą, co zrobić z nadmiarem wolnego czasu. Zdrowie zarówno psychiczne, jak i fizyczne, jest gorsze a śmiertelność wyższa. Ponadto wyższe są u nich wskaźniki depresji, samobójstw i alkoholizmu.

Pozostawanie bez zatrudnienia ma bardziej destrukcyjny wpływ, jeśli małe jest wsparcie społeczne rodziny bezrobotnego. W swoich badaniach Cobb i Kasl (1977) stwierdzili u osób nie posiadających wspierającego współmałżonka więcej przypadków zachorowań na artretyzm lub podwyższony poziom cholesterolu.

Emeryci, mimo tego iż nie pracują, nie są nieszczęśliwi. Na ogół osoby pozostające na emeryturze są nawet szczęśliwsze niż te, które pracują. Dzieje się tak, gdy przeszli na nią dobrowolnie, mają dobre zdrowie, nie doznali dużego spadku dochodów i realizują swoje zainteresowania.

CZAS WOLNY

Dowiedziano, że przynależność do określonej klasy społecznej ma wpływ na preferowany sposób spędzania czasu wolnego. Osoby należące do klasy robotniczej częściej oglądają telewizję, natomiast



te z klasy średniej wolą aktywność fizyczną. Jak się okazuje, to w jaki sposób ludzie spędzają czas wolny od pracy koreluje z odczuwanym nastrojem i poczuciem szczęścia.

Czas wolny daje więcej zadowolenia wtedy, gdy trzeba się nieco zmobilizować, wykorzystać swoje zdolności i gdy coś się dzięki temu osiąga. Pewnie dlatego ludzie spędzający dużo czasu na oglądaniu telewizji są mniej szczęśliwi. Natomiast źródłem wielkiej satysfakcji i radości jest praca dobrowolna i charytatywna. Jeśli chodzi o samopoczucie, Steptoe, Kimbell i Basford (1996) stwierdzili, że wykonywanie ćwiczeń fizycznych powodowało zmniejszenie depresji i lęku przez kilka godzin po wykonaniu treningu.

Bezrobotni mało ćwiczą, oglądają dużo telewizji, więcej piją i spędzają dużo czasu z kolegami. Ich mała aktywność w czasie wolnym wyjaśnia ich niskie poczucie szczęścia. Jak zwiększyć ich mobilizację i sprawić, by byli szczęśliwsi? Okazuje się, że osobom niepracującym wystarczy zapewnić trening sportowy i możliwość korzystania z obiektów sportowych. Takie rozwiązanie przynosi bardzo pozytywne efekty.

RELIGIA

Widoczny jest wyraźny związek między religijnością a poczuciem

sensu i celu życia. Osoby religijne są szczęśliwsze od niewierzących, a praktykujące od niepraktykujących. Ponadto członkowie kościołów cieszą się lepszym zdrowiem od ateistów – bardziej dbają o swoją kondycję fizyczną i żyją dłużej.

Przynależność do wspólnoty kościelnej najbardziej służy osobom starszym, samotnym, będącym na emeryturze lub o słabym zdrowiu.

WYDARZENIA ŻYCIOWE I AKTYWNOŚCI

W jednym z badań pytano ludzi o to, co sprawia im radość. Osoby badane najczęściej wymieniały: kontakty z przyjaciółmi, jedzenie, picie, seks oraz doświadczenie sukcesu. Przebywanie z przyjaciółmi znacznie poprawia nastrój. Nasze samopoczucie jest lepsze w towarzystwie przyjaciół niż gdy jesteśmy z rodziną czy sami. Ponadto poczucie szczęścia koreluje z liczbą przyjaciół, częstością spotykania się z nimi, chodzeniem na przyjęcia i tańce oraz przynależnością do zespołów i klubów. Ten wpływ interakcji społecznych jest większy w przypadku ekstrawertyków i częściowo wyjaśnia ich poczucie szczęścia.

Przebywanie w otwartych przestrzeniach takich jak morze, lasy, łąki, góry a nawet oglądanie filmów przedstawiających takie krajobra-

zy ma pozytywny wpływ na nasze samopoczucie.

KOMPETENCJE I CECHY OSOBISTE

Atrakcyjność fizyczna – zwłaszcza w przypadku młodych kobiet – prowadzi do większego poczucia szczęścia. U mężczyzn z poczuciem szczęścia jest z kolei związany wzrost – im osoba wyższa tym szczęśliwsza. Dzieje się tak prawdopodobnie dlatego, że cechy te przyczyniają się do zwiększenia popularności u płci przeciwnej, nauczycieli i pracodawców, co z kolei stanowi źródło awansu zawodowego i społecznego.

Umiejętności społeczne takie jak np. łatwość nawiązywania relacji czy asertywność powodują, że ekstrawertycy są szczęśliwsi od introwertyków. Poczucie szczęścia jest także związane ze skłonnością do współpracy, zdolnościami przywódczymi i umiejętnościami w zakresie relacji z płcią przeciwną. Posiadanie takich umiejętności prowadzi do satysfakcjonujących relacji z innymi. Osoby niekompetentne społecznie często są odrzucane i izolowane, mają trudności w znalezieniu towarzystwa i wsparcia społecznego. Są samotne, często przygnębione.

Szczęśliwie, na wiele z warunkujących szczęście czynników mamy wpływ. Nie jest zależne od nas czy jesteśmy wysocy czy niscy, ale już sposób spędzania wolnego czasu, otaczanie się bliskimi ludźmi czy rozwijanie swoich kompetencji społecznych jest jak najbardziej w naszym zasięgu.

Artykuł opracowano na podstawie książki „Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i cnotach człowieka” pod redakcją naukową Janusza Czapińskiego, wydaną w 2004 r. przez Wydawnictwo Naukowe PWN SA.

Jaką pomoc materialną mogą uzyskać osoby z niepełnosprawnościami studiujące na PŁ?

6



Alicja Czyżniak
Samodzielny referent, konsultant studencki
w Biurze ds. Osób Niepełnosprawnych PŁ

Zapraszamy studentów Politechniki Łódzkiej do Biura ds. Osób Niepełnosprawnych, również z podaniem o stypendium dla osób niepełnosprawnych.

Jeśli jesteś studentem lub doktorantem, możesz ubiegać się o pomoc materialną, niezależnie czy są to studia stacjonarne czy niestacjonarne.

Aby otrzymać stypendium dla osób niepełnosprawnych, należy złożyć wniosek w BON PŁ (budynek A30) w terminie:

- studenci / doktoranci pierwszego roku (w r. ak. 2020/21) – składają wnioski od 1 do 31 października 2020 r.,
- studenci / doktoranci pozostałych lat – do 17 października 2020 r. (złożenie wniosku do 31 października uprawnia do otrzymania stypendium od października).

Wszelkie dokumenty potwierdzające niepełnosprawność studentów przechowywane są w Biurze ds. Osób Niepełnosprawnych PŁ.

Stypendium to przysługuje wyłącznie osobom z orzeczoną niepełnosprawnością. Wysokość stypendium dla osób niepełnosprawnych zależy od stopnia niepełnosprawności studenta / doktoranta i wynosi odpowiednio:

- znaczny stopień niepełnosprawności – 450 zł miesięcznie,
 - umiarkowany stopień niepełnosprawności – 400 zł miesięcznie,
 - lekki stopień niepełnosprawności – 350 zł miesięcznie.
- Świadczenie jest wypłacane od miesiąca, w którym wpłynął wnio-

sek i w równych miesięcznych ratach.

Stypendium dla osób niepełnosprawnych jest przyznawane od pierwszego roku studiów na dany rok akademicki. Kontynuacja wypłaty na kolejny semestr roku akademickiego następuje





automatycznie, jeżeli oczywiście będzie utrzymany status studenta oraz orzeczenie będzie miało ważność.

Należy pamiętać, że jeśli studiujesz na kilku kierunkach studiów, możesz otrzymać stypendium tylko na jednym wskazanym przez Ciebie kierunku.

Stypendium przysługuje na studiach pierwszego i drugiego stopnia, ale może być wypłacane nie dłużej niż przez 6 lat.

Niestety stypendium dla osób niepełnosprawnych nie przysługuje, jeśli posiadasz tytuł zawodowy np. magistra / inżyniera / licencjata i ponownie rozpoczynasz studia.

W przypadku gdy niepełnosprawność powstanie w trakcie studiów lub po uzyskaniu tytułu zawodowego, możesz otrzymać stypendium, jednak tylko na jednym kierunku studiów i nie dłużej niż przez okres 6 lat.

Jeżeli w trakcie roku akademickiego skończy się ważność orzeczenia o stopniu niepełnosprawności, to stypendium nie będzie wypłacane od następnego miesiąca. Świadczenie będzie wypłacane ponownie od miesiąca uzyskania kontynuacji ważności orzeczenia oraz złożenia ponownie wniosku o stypendium.

Mimo pobierania stypendium dla osób niepełnosprawnych możesz ubiegać się m.in. o:

► **zapomogę**, którą możesz otrzymać, gdy znajdziesz się przejściowo w trudnej sytuacji. Podanie o zapomogę należy udokumentować oraz dokładnie opisać zaistniałą sytuację. Jeśli poniosłeś koszty związane z zdarzeniem losowym należy dołączyć imienne faktury.

Wysokość zapomogi może wynieść od 50 zł do 1200 zł.

Każde zdarzenie rozpatrywane jest indywidualnie, a wysokość zapomogi uzależniona jest od Twojej sytuacji finansowej oraz m.in. od wskazanych we wniosku poniesionych oraz potwierdzonych kosztów.

Pamiętaj, że o zapomogę możesz ubiegać się w terminie nie dłuższym niż 3 miesiące od wystąpienia zdarzenia.

► **stypendium socjalne:**

Wszyscy studenci/doktoranci mogą wnioskować o przyznanie stypendium socjalnego, jeśli znajdują się w trudnej sytuacji materialnej. O stypendium możesz się starać, jeśli udokumentowany miesięczny dochód na 1 osobę w rodzinie w 2019 r. nie przekroczył 1 043,00 zł netto.

Wysokość stypendium socjalnego stanowi różnicę ww. kwoty i wysokości miesięcznego dochodu netto na jedną osobę w rodzinie studenta / doktoranta w 2019 r., przy czym kwota przyznanego stypendium wynosi:

- maksymalnie – 1 043 zł
- minimalnie – 150 zł miesięcznie.

► **stypendium rektora:**

Stypendium możesz otrzymać jeśli uzyskujesz wyróżnienie w nauce, posiadasz osiągnięcia naukowe, artystyczne lub sportowe we współzawodnictwie co najmniej na poziomie krajowym.

Warunkiem koniecznym, żeby otrzymać stypendium na dany rok akademicki jest uzyskanie pełnej rejestracji na ten rok studiów. Stypendium nie zostanie przyznane, jeśli w poprzednim roku akademickim był powtarzany rok studiów.

Stypendium rektora przyznaje się na podstawie wyrażonej w tzw. punktach rankingowych oceny osiągnięć naukowych, artystycznych lub sportowych oraz na podstawie średniej stypendialnej ocen.

Minimalna liczba punktów rankingowych upoważniająca do otrzymania stypendium to 75.

Pamiętaj, że Twoje osiągnięcia muszą być udokumentowane.

Stypendium rektora wynosi:

- dla studentów – podstawowa 600 zł miesięcznie
- dla doktorantów – 1050 zł miesięcznie

Szczegóły znaleźć można w regulaminie świadczeń dla studentów Politechniki Łódzkiej.

Stypendium rektora dla studentów ma charakter konkursowy i jest przyznawane na rok akademicki. Wnioski należy składać:

- studenci studiów 1 semestru studiów II stopnia, przyjęci na studia od semestru zimowego, dla których rok studiów pokrywa się z rokiem akademickim wnioski muszą złożyć w dniach 17-23 października 2020 r.
- studenci lat wyższych, przyjęci na studia od semestru zimowego, dla których rok studiów pokrywa się z rokiem akademickim wnioski muszą złożyć w dniach 7-14 października 2020 r.

AKTYWNY SAMORZĄD MODUŁ II

Studenci / doktoranci, którzy posiadają orzeczenie o znacznym i umiarkowanym stopniu niepełnosprawności (rodzaj dysfunkcji jest bez znaczenia), mogą skorzystać ze wsparcia finansowego z projektu PFRON „Aktywny Samorząd” Moduł II. Jest on dedykowany osobom z niepełnosprawnościami, aby pomóc w uzyskaniu wykształcenia na poziomie wyższym. Projekt ten jest realizowany przez np.: MOPS, RCPS i tam należy pobrać stosowne formularze. Wnioski należy składać w oddziale właściwym dla miejsca zamieszkania.

W Łodzi możecie to zrobić w Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej, ul Kilińskiego 102/102 A, 90-023 Łódź (II piętro).

Dokumenty będą przyjmowane w terminach od 01.09.2020 do 10.10.2020 r. (dla wniosków dotyczących roku akademickiego 2020/2021).

Więcej na stronie :

<https://mops.uml.lodz.pl/pomoc/aktywny-samorzad/>

Pamiętaj że załącznik: „moduł_II_zaświadczenie uczelnia”, należy uzupełnić w swoim Dziekanacie.

W ramach Modułu II kwota dofinansowania kosztów nauki, dotyczących semestru/półroczna objętego dofinansowaniem, wynosi w:

1. dodatek na pokrycie kosztów kształcenia:
 - a) do 1.000 zł dla wnioskodawców pobierających naukę w szkole policealnej lub w kolegium;
 - b) do 1 500 zł dla pozostałych wnioskodawców.
2. dodatek na uiszczenie opłaty za przeprowadzenie przewodu doktorskiego – do 4.000 zł;
3. opłaty za naukę (czesne) – równowartość kosztów czesnego w ramach jednej, aktualnie re-



alizowanej formy kształcenia na poziomie wyższym (na jednym kierunku), niezależnie od daty poniesienia kosztów do 4.000 zł (dofinansowanie powyżej kwoty 4.000 zł jest możliwe w przypadku przeciętnego dochodu miesięcznego nieprzekraczającego 764 zł) Dodatek na pokrycie innych kosztów kształcenia ma charakter progresywny i motywacyjny.

Wysokość dodatku jest uzależniona od poziomu nauki i postępów w nauce. W stosunku do wyliczonej dla Wnioskodawcy maksymalnej kwoty dodatku, wysokość dodatku możliwego do wypłaty wynosi:

- do 50% wyliczonej dla wnioskodawcy maksymalnej kwoty dodatku – w przypadku pobierania nauki na pierwszym roku nauki w ramach wszystkich form edukacji na poziomie wyższym, w przypadku form kształcenia trwających jeden rok – do 75% wyliczonej dla wnioskodawcy maksymalnej kwoty dodatku;

- do 75% wyliczonej dla wnioskodawcy maksymalnej kwoty dodatku – w przypadku pobierania nauki na kolejnym, drugim roku edukacji w ramach wszystkich form edukacji na poziomie wyższym;
- do 100% wyliczonej dla wnioskodawcy maksymalnej kwoty dodatku – w przypadku pobierania nauki w kolejnych latach (od trzeciego roku) danej formy edukacji na poziomie wyższym, przy czym studenci studiów II stopnia i uczestnicy studiów doktoranckich mogą otrzymać dodatek w kwocie maksymalnej na każdym etapie nauki.

Wnioski o dofinansowanie w ramach programu są rejestrowane i obsługiwane w Systemie Obsługi Wsparcia zwanym SOW.

Przypominam, że dofinansowanie w ramach Modułu II nie przysługuje w trakcie przerwy w nauce (np. urlop dziekański, urlop zdrowotny).

**Zapraszamy do BON PŁ (A30) –
nie tylko z wnioskiem o stypendium
dla osób niepełnosprawnych.
Czekamy na Ciebie 😊**

Powrót do normalności? – jak radzić sobie w kolejnym semestrze z ograniczeniami spowodowanymi rozprzestrzenianiem się COVID-19?



Patryk Stecz

Psycholog BON PŁ, adiunkt w Zakładzie Psychoprofilaktyki i Psychologii Uzależnień na Wydziale Nauk o Wychowaniu UŁ, członek Polskiego Towarzystwa Suicydologicznego



Czy to, co robimy dzisiaj, przybliży nas do tego, gdzie będziemy jutro? W kontekście trwającej pandemii koronawirusa dość trudno jest mówić o ciągłości doświadczeń, pozwalającej na „przewidywanie” przyszłości i ukierunkowywanie własnych działań zorientowanych na osiągnięcie celów. Z drugiej strony, być może jest to okazja, aby stać się bardziej osadzonym w teraźniejszości. Mimo wspólnego kontekstu, jakim jest coraz bardziej wyraźna recesja w gospodarce, czy też obostrzenia sanitarne, dla każdego bieżące doświadczenia różnią się od siebie. Warto jest skierować uwagę na to, jakie mamy refleksje z samoobserwacji. Być może, pewne rzeczy nie zmieniły się znacząco: mimo niecodziennej sytuacji, zmagamy się wciąż z tymi samymi problemami.

Studia w czasie pandemii

Poukładanie spraw w nowym roku akademickim będzie wymagało od nas elastyczności w radzeniu sobie w nowych sytuacjach, doskonaleniu w posługiwaniu się narzędziami do zdalnej nauki, planowaniu czasu, czy też dbaniu o dobre relacje z otoczeniem. Sądzę, że każdy z nas, przywołując w pamięci własne doświadczenia

z ubiegłego semestru, może z nadzieją i ostrożnością formułować realistyczne cele na najbliższy czas. Szczególnie dużym wyzwaniem może być podjęcie studiów w bieżącym roku akademickim, ponieważ w warunkach hybrydowego nauczania znacznie trudniej jest zbudować poczucie przynależności studentów do społeczności akademickiej. Z tego powodu zachęcam gorąco studentów I roku do wzięcia

udziału w zdalnej inauguracji roku akademickiego, aby już od początku studiów mogli obcować z kulturą organizacyjną uczelni w duchu kanonu uniwersyteckiego. Warto dziś przypomnieć jego elementy, na które składają się tolerancja, rzetelność, życzliwość, wolność, samodzielność, uczciwość itp.

Większość uczelni w Europie i na świecie wprowadziła w letnim semestrze 2019/20 roku szereg

zmian, które miały na celu m.in. „zapewnienie jak najlepszych możliwych warunków studiowania” (por. komunikaty na stronach internetowych łódzkich uczelni). Jednocześnie, wraz z rozwojem pandemii zamknięto biblioteki, ograniczono dostęp do budynków, zlikwidowano dyżury wykładowców, odwołano spotkania kół naukowych, kontakt z administracją był możliwy w ograniczonym stopniu, najczęściej drogą mailową. Życie akademickie wstrzymało oddech – trudności te w pewnym stopniu sparaliżowały warunki pracy i studiowania.

Pomimo niepokojących, najnowszych doniesień (przełom września i października 2020 r.) o fali zachorowań, w percepcji społecznej sytuacja wydaje się być przynajmniej częściowo opanowana, niektóre ograniczenia zdjęto. Życie w pandemii wydaje się przechodzić w fazę chroniczną, do której część społeczeństwa zdążyła się przyzwyczaić. Chociaż trudno jest stwierdzić, w jakim stopniu kryzys został już pokonany, psycholodzy zaczynają powoli przyglądać się, jakie zmiany wewnętrzne w nas spowodowało doświadczenie pandemii (optymizm, traktowanie innych ludzi, pewność siebie, poczucie związku z innymi ludźmi, akceptacja własnych ograniczeń itp.). Na podstawie wniosków płynących z tych badań budzi się nadzieja, że doświadczenie pandemii przyniesie ostatecznie wzrost, pozytywną zmianę.

Zarówno oddolne, jak i odgórne działania na Politechnice Łódzkiej wskazują, że mimo braku dostępu do wiedzy, jakie zmiany przyniesie jutro, dołożono pewnych starań, aby usprawnić funkcjonowanie uczelni oraz adaptację społeczności akademickiej do nowych warunków. Początkowo, znacznym wyzwaniem natury psychologicznej była konieczność własnej mobilizacji studentów i wykładowców, zupełnie nieprzygotowanych do no-



wej rzeczywistości, aby w krótkim czasie stworzyli przestrzeń umożliwiającą kontynuację nauczania i kształcenia się. Likwidacja barier sprzętowych, wypracowanie nowego harmonogramu dnia, sposobów zarządzania czasem, komunikowania się z innymi, przy jednoczesnym rozwijaniu nowych umiejętności teleinformatycznych w błyskawicznym tempie było stresującym wyzwaniem. Wyzwaniem pozostaje wciąż podnoszenie jakości kształcenia zdalnego, jednakże bez wątplenia osiągnięto milowy kamień w rozwoju edukacji mieszanej (*blended learning*). Odpowiedź na pytanie, czy eksperyment zdalnej nauki powiódł się, jest trudna do rozstrzygnięcia i rozłożona w czasie. Okazuje się, że w dużym stopniu zależy także od zaangażowania studenta w udział na zajęciach oraz wypracowania samodyscypliny w uczeniu się. Z tego punktu widzenia, studenci i wykładowcy stają się współodpowiedzialni za jakość kształcenia.

Naturalną potrzebę, ważną dla dobrego funkcjonowania w rolach, stanowi także utrzymanie zdrowego dystansu społecznego oraz możliwość stworzenia warunków komfortowej pracy. W przypadku wielu studentów trudno mówić o optymalnych warunkach w sytuacji,

gdy zmuszeni są przebywać w środowisku domowym, co wiąże się ze współdzieleniem przestrzeni oraz zasobów materialnych z bliskimi. W związku z przedłużającą się sytuacją epidemiologiczną powoduje to, iż część społeczności zmuszona jest zmagać się z wieloma wyzwaniami natury psychologicznej.

Formy pomocy

Politechnika Łódzka oferuje pakiet rozwiązań, wśród których warto wymienić m.in. wsparcie psychologiczne prowadzone w Akademickim Centrum Zaufania Politechniki Łódzkiej. Studenci mieszkający daleko od Łodzi oraz znajdujący się w trudnej sytuacji zdrowotnej mogą skorzystać także z pomocy psychologicznej w warunkach zdalnych.

Przy współpracy z Biurem Promocji Politechniki Łódzkiej powstała także interesująca broszura pod redakcją dr Joanny Sztobryn-Giercuskiewicz „Koronawirus, jak sobie radzić?”. Zawarto w niej informacje, które pozwalają lepiej zrozumieć różne negatywne reakcje w obliczu radzenia sobie z następstwami pandemii, a także wskazówki dla studentów i pracowników uczelni, które mają ułatwić zdrowe przystosowanie się do nowej codzienności.

Kilka porad

Jeśli obserwujesz u siebie przedłużające się objawy stresu i odczuwasz w ciągu ostatnich miesięcy zwiększone napięcie i lęk, nie bagatelizuj objawów. Prawdopodobnie oznacza to, że Twój organizm jest przeciążony i należy podjąć profilaktyczne działania, zanim stany te przerodzą się w depresję, obniżenie samooceny, agresywność lub nadmierną utratę kontroli nad obowiązkami. Poniżej znajdziesz kilka wybranych, prostych sposobów, jak sobie z tym radzić:

- Obniżenie nastroju nie musi prowadzić do depresji, ale może spowodować, że zaczniemy wykorzystywać wolny czas w sposób mniej efektywny;
- Jeśli masz poczucie, że czas „ucieka Ci przez palce”, poświęć codziennie chwilę na to, co sprawia Ci przyjemność i jest dla Ciebie ważne (np. odkładany telefon do rodziny, sport, zaległa praca, czas z bliską osobą, spacer, zakupy, pomoc innej osobie);
- Wypróbuj techniki relaksacyjne (warto przeszukać zasoby w internecie lub umówić się na sesję relaksacji u psychologa; masaż ciała u profesjonalisty);
- Monitoruj sen, pory zasypiania;
- Wyeliminuj lub zmniejsz ilość używek, włączając ruch (może pomóc Ci w tym terapeuta uzależnień dyżurujący w BON PŁ);
- Kontroluj masę ciała, jedz zdrową żywność, mniej potraw typu fast-food (czasem wskazana konsultacja u dietetyka);
- Poszukaj czynnika stresogennego (czasami wskazana jest rozmowa psychologiczna, pomagająca ustalić źródło stresu, np. nieracjonalne oczekiwania wobec siebie), aby ocenić, czy można go wyeliminować;
- Pracuj nad akceptacją tego, czego nie możesz zmienić, bądź dla siebie cierpliwy.



Fot. Pixabay/ptksgc

Zasady odpowiedzialnego wsparcia studentów z niepełnosprawnościami



dr Joanna Sztobryn-Giercuszkiewicz
Pełnomocnik Rektora PŁ ds. Osób Niepełnosprawnych,
psycholog, coach, trener umiejętności interpersonalnych

8

Ustawa Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (Dz. U. 2018 poz. 1668) nakłada na uczelnie obowiązek „stwarzania osobom niepełnosprawnym warunków do równego udziału w procesie kształcenia i badaniach naukowych”. Co oznacza jednak pojęcie „równego udziału”? Pracownicy uczelni, kierując się chęcią pomocy, nie posiadając jednak specjalistycznej wiedzy na ten temat, często rozumieją mylnie ten zapis i w konsekwencji obniżają wymagania wobec studenta z niepełnosprawnością lub stosują inne rozwiązania, noszące znamiona „dyskryminacji pozytywnej”. By dostarczyć uczelniom podstawowej wiedzy na temat odpowiedzialnego wyrównywania szans edukacyjnych i przyjętego modelu w zakresie wsparcia edukacyjnego studentów z niepełnosprawnościami, Komisja ds. Wyrównywania Szans Edukacyjnych przy KRASP opracowała 7 zasad tego wsparcia.

Czym jest wsparcie edukacyjne?

Wsparcie edukacyjne to działania ukierunkowane na dostosowanie sposobu organizacji i właściwej realizacji procesu dydaktycznego studentów ze względu na ich stan zdrowia, przy jednoczesnym utrzymaniu obowiązujących standardów kształcenia. Wsparcie to, bezpośrednio w procesie dydaktycznym, najczęściej angażuje na uczelni trzy podmioty:

- studenta, który ponosi odpowiedzialność za decyzje dotyczące studiów, w tym za udział w procesie wsparcia edukacyjnego,
- biuro ds. osób niepełnosprawnych lub inną analogiczną jednostkę – uczelnianą instytucję doradczą w zakresie dostosowania procesu edukacyjnego do indywidualnych potrzeb studenta uwarunkowanych jego stanem zdrowia,
- nauczyciela akademickiego posiadającego kompetencje merytoryczne z danej dziedziny wiedzy, które

w połączeniu ze znajomością standardów kształcenia umożliwiają wspólne opracowanie racjonalnych adaptacji studiów i ich praktyczną realizację.

Należy pamiętać, że zakres wsparcia edukacyjnego powinien być zawsze dobrany do indywidualnej sytuacji zdrowotnej i psychologicznej danego studenta oraz bezpośrednio z niej wynikać. Każda



„nadmiarowa” forma pomocy może być zarówno źle odebrana przez studenta (właśnie jako przejaw nierównego traktowania), jak i mieć dla niego szereg negatywnych konsekwencji (np. wyuczona bezradność). Może również być odebrana jako forma dyskryminacji przez pozostałych studentów (stosowanie różnego rodzaju taryf ulgowych itp.). Dlatego bardzo ważne jest, by tworząc rozwiązania adaptacyjne sprawdzać, czy na pewno nie są przywilejami, a służą zapewnieniu równego dostępu do edukacji.

7 zasad wsparcia edukacyjnego

Zakres niezbędnych adaptacji procesu dydaktycznego jest ustalany przez specjalistów z uczelnianej jednostki wspierającej studentów z niepełnosprawnościami (konsultantów studenckich, doradców edukacyjnych itp.) i opiera się na poniższych podstawowych zasadach:

Zasada 1. Indywidualizacja: adaptacje procesu studiowania osoby niepełnosprawnej zawsze przygotowywane są w odpowiedzi na jej indywidualne potrzeby edukacyjne wynikające ze specyfiki stanu zdrowia w danym momencie oraz specyfiki danego kursu, w tym warunków, w jakich się on odbywa.

Zasada 2. Podmiotowość, czyli uwzględnianie autonomii osoby niepełnosprawnej i jej prawa do decydowania o sobie.

Zasada 3. Rozwijanie potencjału osoby niepełnosprawnej w związku ze studiowanym przez nią kierunkiem studiów. Oznacza ono dobór takich adaptacji, które pozwalałyby studentowi/studentce nabywać wiedzę i rozwijać praktyczne umiejętności.

Zasada 4. Racjonalność dostosowania to znaczy proponowanie adaptacji racjonalnych ekonomicznie, skutecznie wyrównujących szanse osoby niepełnosprawnej oraz gwarantujących zachowanie standardu akademickiego.

Zasada 5. Utrzymanie standardu akademickiego, czyli przygotowanie adaptacji studiów przy jednoczesnym utrzymaniu kryteriów merytorycznych obowiązujących wszystkich studentów danego kierunku/specjalności.

Zasada 6. Adaptacje najbliższe standardowemu przebiegowi zajęć, to znaczy takie, które nie mają charakteru przywilejów dla osoby niepełnosprawnej, ale w sposób racjonalny wyrównują jej szanse w dostępie do oferty kształcenia uznanej za optymalną na danym kierunku.

Zasada 7. Równe prawa i obowiązki, czyli dbałość nie tylko o realizowanie równych praw dla osób niepełnosprawnych, ale również (dzięki zapewnieniu tych praw) egzekwowanie wypełniania obowiązków studenckich na takim samym poziomie jak w przypadku studentów bez niepełnosprawności.

Przyjęcie przez uczelnie opisanych powyżej zasad wsparcia edukacyjnego osób z niepełnosprawnościami (a także specjalnymi potrzebami edukacyjnymi) to nie tylko wypełnienie ustawowego obowiązku dostępności. Poprzez niwelację barier (komunikacyjnych, technologicznych, formalnych itp.) jest to przede wszystkim danie osobie z niepełnosprawnością możliwości rozwinięcia swojego osobistego potencjału i zdobycia wyższego wykształcenia, a poprzez to – szansy na niezależne i satysfakcjonujące życie.

Dyskryminacja pozytywna – jest to sztuczny mechanizm obniżania kryteriów dla jednej grupy, będącej niedoreprezentowaną, kosztem drugiej grupy, która jest nadreprezentowana. Mechanizm ten ma na celu przywrócenie balansu między jedną a drugą grupą. Przykładem mogą tu być dodatkowe punkty przy rekrutacji kobiet do pracy na stanowisku informatyka czy – jak w czasach PRL – „punkty za pochodzenie” przy rekrutacji na uczelnie. Dyskryminacja pozytywna jest uznawana za ideologię, nie ma bowiem żadnych naukowych wyników badań, potwierdzających jej skuteczność w likwidacji nierówności i walce ze stereotypami. Wykazano natomiast jej wartość jako czynnika dodatkowo antagonizującego różne grupy społeczne, umacniającego stereotypy i w konsekwencji pogłębiającego wykluczenie grup o mniejszych szansach (www.czerwonapigulka.pl).

Opracowano na podstawie:

<https://don.uj.edu.pl/dla-pracownikow/wsparcie-edukacyjne>

Uchwała Prezydium KRASP z dnia 2 czerwca 2016 r. w sprawie wyrównywania szans edukacyjnych studentów z niepełnosprawnościami w dostępie do kształcenia w szkołach wyższych

Nie tylko studia

Ergonomia w projektowaniu zorientowanym na użytkownika

9

Część I cyklu: Kilka słów o ergonomii i Laboratorium EQUAL



dr inż. Aleksandra Polak-Sopińska

Kierownik Laboratorium EQUAL, adiunkt w Katedrze Zarządzania Produkcją i Logistyki na Wydziale Zarządzania i Inżynierii Produkcji,
Wydziałowy Koordynator ds. Osób z Niepełnosprawnościami

dr inż. Magdalena Wróbel-Lachowska

Członek zespołu EQUAL, adiunkt w Katedrze Zarządzania Produkcją i Logistyki na Wydziale Zarządzania i Inżynierii Produkcji

mgr inż. Anna Mączewska

Członek zespołu EQUAL, asystent w Katedrze Zarządzania Produkcją i Logistyki na Wydziale Zarządzania i Inżynierii Produkcji

W ostatnich latach na całym świecie nastąpiły istotne zmiany w techno- i socjosferze. Wraz z galopującym postępem technologicznym oraz intensywnym procesem starzenia się społeczeństw, zauważalne są narastające podziały między pokoleniami, ale też całymi społecznościami. Przy właściwym podejściu do projektowania, zarówno rozwiązań technicznych, jak i organizacyjnych, można przeciwdziałać wykluczeniu zarówno społecznemu, jak i zawodowemu.

Ergonomia w projektowaniu

Biorąc pod uwagę szerokie zróżnicowanie użytkowników, należy stosować podejście tzw. uniwersalnego projektowania, które odnosi się do „projektowania produktów, środowiska, programów i usług w taki sposób, by były użyteczne dla wszystkich, w możliwie największym stopniu, bez potrzeby adaptacji lub specjalistycznego projektowania. Uniwersalne projektowanie nie wyklucza pomocy technicznych dla szcze-

gólnych grup osób niepełnosprawnych, jeżeli jest to potrzebne” (Konwencja ONZ o prawach osób niepełnosprawnych, Nowy Jork, 2006).

Nieocenione znaczenie w projektowaniu ma wykorzystanie zasad i wymagań ergonomii.

Proces projektowy z wykorzystaniem zasad i wytycznych ergonomicznych realizowany jest w Laboratorium EQUAL (Ergonomic Quality, Usability & Accessibility Laboratory).

Czym właściwie jest ergonomia?

Ergonomia (inaczej czynnik ludzki – human factors) – wg International Ergonomics Association (IEA, 2000) jest dyscypliną naukową, koncentrującą się na zrozumieniu interakcji między ludźmi i innymi elementami systemu, oraz profesją, która stosuje zasady teoretyczne, dane i metody projektowania w celu optymalizacji ludzkiego dobrostanu i systemów działania w całości.

Laboratorium EQUAL (Ergonomic Quality, Usability & Accessibility Laboratory)

Laboratorium EQUAL mieści się na Wydziale Zarządzania i Inżynierii Produkcji (WZiIP) Politechniki Łódzkiej. Powstało w 2015 roku z funduszy: Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego przyznanych dla Kierunku Inżyniera Bezpieczeństwa Pracy, Wydziału ZiIP, Katedry Zarządzania Produkcją i Logistyki oraz studiów podyplomowych „Ergonomia i BHP”. Jest efektem pracy zespołu w składzie: dr inż. Aleksandry Polak-Sopińskiej, prof. Joanny Lecewicz-Bartoszewskiej, dr inż. Magdaleny Wróbel-Lachowskiej, dr inż. Katarzyny Boczkowskiej, prof. Jerzego Lewandowskiego, dr inż. Konrada Niziołka, mgr inż. Anny Mączewskiej i mgr inż. Agnieszki Dziewanowskiej-Sobczak.

EQUAL jest laboratorium dydaktyczno-naukowym, które koncentruje się na zrozumieniu interakcji między człowiekiem i innymi elementami systemów. Studenci i badacze uczestniczą w planowaniu, projektowaniu i ocenie systemów, organizacji, środowisk, procesów pracy, produktów itp. Celem tych działań jest dostosowanie wymienionych elementów do potrzeb, możliwości i ograniczeń ludzkich ze szczególną wrażliwością na osoby z różnymi niepełnosprawnościami, osoby starsze oraz z innych grup wykluczonych społecznie i zawodowo zarówno trwale, jak i czasowo.

W laboratorium realizowany jest proces dydaktyczny i naukowy w trzech obszarach ergonomii zgodnie z podziałem IEA:

- poznawczej (kognitywnej) koncentrującej się na procesach umysłowych, takich jak percepcja, pamięć, rozumowanie, przetwarzanie informacji oraz współpraca człowieka z innymi elementami systemu. Prace realizowane w laboratorium dotyczą zagadnień związanych z obciążeniem pracą umysłową, analizą procesów decyzyjnych, kompetencjami pracowników, interakcją człowiek-komputer, stresem w pracy i szkoleniami;

- organizacyjnej skupiającej się na zagadnieniach optymalizacji systemów socjotechnicznych, w tym ich struktur organizacyjnych, polityk, procesów. Realizowane projekty dotyczą komunikacji, kultury organizacji, zarządzania potencjałem ludzkim, projektowania partycypacyjnego, nowych paradygmatów pracy oraz organizowania i projektowania pracy, w tym, np.: czasu pracy, pracy zespołowej itp.;
- fizycznej obejmującej wyznaczanie anatomicznych, antropometrycznych, fizjologicznych i biomechanicznych charakterystyk człowieka. Realizowane prace dotyczą między innymi takich zagadnień jak: pozycja ciała podczas pracy, kształtowanie przestrzeni pracy, transport ładunków, monotypowość ruchów roboczych, obciążenie fizyczne pracą, dolegliwości układu mięśniowo-szkieletowego (MSD) spowodowane wykonywaną pracą, bezpieczeństwo pracy i zdrowie. W Laboratorium EQUAL stosowane jest podejście socjotechniczne we wdrażaniu rozwiązań tak, aby innowacje techniczne, modele organizacji pracy oraz rozwoju zawodowego były ściśle połączone z otoczeniem gospodarczym i społecznym uwzględniając potrzeby wszystkich ludzi.

Do realizacji projektów wykorzystywana jest specjalistyczna aparatura, która pozwala studentom spojrzeć na świat oczami różnych osób, ukazując różnicowanie ich potrzeb, możliwości i ograniczeń (fot.).



Fot. Urządzenia do monitorowania i pomiaru siły, aktywności fizycznej i umysłowej pozwalające analizować m.in. obciążenie fizyczne, w tym wydatek energetyczny, a także identyfikować sytuacje stresogenne Wykonawca: Jacek Szabela

Streetworking - praca z osobami w kryzysie bezdomności

10



Antoni Naglik

Pedagog, konsultant w Punkcie Informacyjno-Konsultacyjnym

(profilaktyka, poradnictwo z zakresu uzależnień) dla studentów i pracowników PŁ

Asystent w Zakładzie Rehabilitacji Psychospołecznej Uniwersytetu Medycznego w Łodzi

Moje artykuły w poprzednich numerach głównie dotyczyły problematyki uzależnień – zarówno od substancji, jak i tych behawioralnych (od czynności). Pisaliśmy także o dialogu motywującym, czy zaburzeniach nerwicowych. W tym numerze chciałbym przybliżyć trochę tematykę pracy z osobami w kryzysie bezdomności. Myślę, że ważnym elementem jest też to, w jaki sposób rozmawiać z takimi osobami, jak je motywować, czy dawać przysłowiową „złotówkę”, albo kupować „bułkę”? Na te pytania postaram się odpowiedzieć w poniższym tekście.

Bezdomność – definicje

W literaturze występuje wiele definicji bezdomności – niestety nie ma jednej uniwersalnej.

A. Przymeński (2001, s. 29) bezdomność rozumie jako: „*sytuację osób lub rodzin, które w danym czasie nie mają i własnym staraniem nie mogą zapewnić sobie takiego schronienia, które mogłyby uważać za swoje i które spełniałoby minimalne warunki, pozwalające uznać je za pomieszczenie mieszkalne*”.

Encyklopedia PWN bezdomność definiuje tak: „*zjawisko społeczne polegające na braku domu lub miejsca stałego pobytu gwarantującego jednostce lub rodzinie poczucie bezpieczeństwa, zapewniającego schronienie przed niekorzystnymi warunkami atmosferycznymi i zaspokojenie podstawowych potrzeb na poziomie uznawanym w danym społeczeństwie za wystarczający*”. (encyklopedia.pwn.pl)



Fot. Pixabay/aga2rk

Specyfika pracy streetworkera

Praca uliczna z osobami bezdomnymi jest dość specyficznym zawodem. Wymaga ona:

- dość dużej elastyczności streetworkera – praca w różnych godzinach (czasami w środku nocy), ciągła zmiana miejsca pracy (pustostany, lasy, parki, pola, itp.);
- wiedzy nt. instytucji pomocowych na terenie miasta (warto też mieć pojęcie nt. placówek poza granicami miasta);
- wiedzy nt. uzależnień;
- wiedzy nt. zasad ubiegania się o mieszkania socjalne;
- ciągłej współpracy z pracownikami socjalnymi;
- zachowania bezpieczeństwa pracy (używanie płynów do dezynfekcji, unikanie pracy w pojedynkę itp.).

Wyżej wymieniłem tylko kilka ważnych elementów potrzebnych w pracy z osobami w kryzysie bezdomności. Nasza praca¹ polega na motywowaniu i wspieraniu osób bezdomnych do wyjścia z bezdomności oraz wspomaganie ich w procesie aktywizacji zawodowej i społecznej. Oprócz wyszukiwania naszych klientów w pustostanach, na klatkach schodowych, strychach, dworcach, parkingach, opuszczonych fabrykach, parkach, laskach i w całej przestrzeni miejskiej, mamy również Punkt Wsparcia Dla Osób Bezdomnych. Codziennie 2 godziny dyżurujemy w w/w Punkcie. Jako że streetworkerzy działają w Łodzi od 9 lat, to osoby bezdomne wiedzą o naszym istnieniu i często same wysyłają (albo przyprowadzają) nowych klientów do nas. Na miejscu mogą otrzymać artykuły pierwszej potrzeby (w zależności od tego, jakimi dysponujemy – otrzymujemy je od darczyńców) np. ubrania, środki higieny osobistej. Nasza pomoc nie jest ograniczona tylko do wydawania dóbr materialnych:

- zdarza się, że współpracujemy ze Strażą Miejską oraz policją, nie tylko w prowadzeniu wspólnych działań monitorujących, ale także prosimy czasami Straż Miejską o pomoc w przetransportowaniu klienta do odpowiedniej instytucji (często nasi podopieczni są w bardzo złej kondycji fizycznej bądź psychicznej, co uniemożliwia samodzielne przemieszczanie się);
- współpracujemy ze służbą zdrowia;
- prowadzimy nieformalne grupy wsparcia;
- kierujemy osoby bezdomne, zainteresowane wsparciem w postaci świadczeń pomocy społecznej na przeprowadzenie wywiadu środowiskowego;
- pomagamy w wyrobieniu dowodu osobistego;
- pomagamy w dostaniu się na oddział detoksykacyjny, bądź terapię uzależnień;

¹ Jestem zatrudniony od 2013 r. jako konsultant/streetworker w Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Łodzi.





- bierzemy udział w różnych przedsięwzięciach społecznych związanych z pomocą osobom w kryzysie bezdomności.

Praca w terenie

Jak wspomniałem wyżej, praca streetworkerów polega na „wyszukiwaniu” osób bezdomnych w przestrzeni miejskiej oraz w różnego rodzaju pustostanach. Często spotykamy się z prośbą o przysłowiową „złotówkę” czy „bułkę”. Pewnie niejednen raz zastanawialiście się, czy danie pieniędzy lub jedzenia jest dobre, czy jest to realna pomoc? Aby spróbować wyjaśnić ten dylemat przytoczę poniżej wypowiedź mojego kolegi streetworkera, Macieja, która powinna trochę rozjaśnić sytuację:

„Po pracy około 18-tej chciałem zrobić zakupy, drogę do marketu zastąpił mi, a jakże, bezdomny proszący o *złotówkę albo coś ciepłego z chińczyka obok*. Nie byłem na swoim rejonie, nie znałem człowieka. Zacząłem z nim rozmawiać, zaproponowałem mu pomoc w wyjściu z sytuacji, w której się znalazł, pomoc w znalezieniu pracy, mieszkania itp. Nie dał mi niestety dojść do konkretów i adresów. Odwrócił się i rzucił za sobą *chcę tylko złotówkę* i odszedł na drugi koniec parkingu. Niewiele myśląc, zdjąłem plecak, by dać mu ulotkę z ważnymi miejscami (...) przygotowaną kartkę złożyłem, by mógł ją wygodnie schować do plecaka i podszedłem do niego.

W pierwszej chwili patrzył na mnie i próbował mnie obejść, a gdy się do niego uśmiechnąłem i po-

wiedziałem, że mam coś dla niego, podszedł do mnie. Gdy dowiedział się, że nie dostanie jednak ode mnie „złotówki lub chińczyka”, odszedł ode mnie czym prędzej, zaniósł się złością wymieszaną z płaczem i żalem, zdołałem usłyszeć:

Ja chcę tylko złotówkę, czy to jest (...) tak dużo? Ja chcę tylko złotówkę!

Odprowadziłem go wzrokiem, gdy szedł przez parking do kolejnego marketu w poszukiwaniu osób, które będą chciały go wspomóc. (...) Nie wiem czy go jeszcze kiedyś spotkam (lub któryś z moich kolegów) i będę miał okazję przekonać do wzięcia tej ulotki, czy uda mi się wzbudzić jego zaufanie, czy też pozostanie jedną z osób snujących się po ulicach Łodzi, walczących codziennie o przetrwanie, którzy wolą wybrać rybę zamiast wędki. (...) Pamiętajcie! **Dając złotówkę wspieracie bezdomność, nie bezdomnego**”.

Praca z osobami w kryzysie bezdomności, które często są uzależnione od alkoholu, czy narkotyków jest pracą wymagającą dużo cierpliwości i zrozumienia. Trzeba znaleźć „złoty środek” w relacjach z tą grupą społeczną. Nie można od razu skreślać tych osób, należy dawać im szanse, ale nie można też być zbyt uległym w relacji.

Wykaz literatury

- Przemieński A. (2001). *Bezdomność jako kwestia społeczna w Polsce współczesnej*. Poznań: Wydawnictwo Akademii Ekonomicznej; Wykaz stron internetowych
- <https://encyklopedia.pwn.pl/szukaj/bezdomno%C5%9B%C4%87.html> (dostęp 11.09.2020 r.)

Ideologia post-disability czyli na co komu Konwencja

11



dr Zbigniew Głęb

Stowarzyszenie Instytut Niezależnego Życia, Uniwersytet Łódzki,
Katedra Socjologii Stosowanej i Pracy Socjalnej

Walka o prawa osób z niepełnosprawnościami przekłada się na „produkowanie” kolejnych dokumentów mówiących o nie-dyskryminacji, niezależnym życiu, dostępności. Każdy przyjęty dokument to satysfakcja niektórych i niezadowolenie innych, a jednocześnie pułapka ideologii post-disability. A im ważniejszy dokument, tym pułapka potencjalnie większa – jak w przypadku Konwencji o prawach osób niepełnosprawnych.

Konwencja – znana i nieznana

Konwencja ONZ o prawach osób niepełnosprawnych (KPON) towarzyszy nam w Polsce od ośmiu lat. Z tym zastrzeżeniem, że wyraz „towarzyszy” ma tutaj kilka konotacji. Należy zauważyć, że Konwencję nadal znają tylko nieliczni z tych, którzy wiedzą o jej istnieniu (a wbrew pozorom niewielu wie). Jednym Konwencja towarzyszy w walce o prawa osób z niepełnosprawnościami. Dla drugich jest tylko kolejnym dokumentem w długim szeregu obietnic lepszego życia. Wreszcie dla znakomitej większości KPON jest towarzyszem nieznanym, choć potencjalnie wpływającym na ich życie.

No właśnie: potencjalnie. Bo lektura kolejnych artykułów KPON pokazuje jej olbrzymi potencjał – od praw człowieka po niezależne życie – prowadzi nas do świata bez dyskryminacji, równego, dostępnego, szanującego wolność jednostki. Gdyby chcieć streścić KPON laikowi, można by sięgnąć do Karty Praw Osób Niepełnosprawnych uchwalonej przez Sejm RP w 1997 roku. Dokument to krótki, podkreślający prawo do dostępności (m. in. nauki, pracy, informacji) i wolności od barier i dyskryminacji. Podobne deklaracje znajdziemy też rozsiane po różnego rodzaju polskim ustawodawstwie.

A może już wystarczy?

Wszystko brzmi podobnie? Po co zatem „produkować” (lub ratyfikować) kolejne dokumenty? Otóż pomimo wspaniałych treści programowych tam zawartych, zmiany w traktowaniu osób z niepełnosprawnościami następują bardzo powoli, a praca nad nimi, podejmowana przez grupy aktywistów naciskających na polityków, prowadzi do ciągłego formułowania wniosków i postulatów na nowo. Wynika to zarówno z potrzeby precyzowania postulatów, jak i ciągłego dostosowywania się do zmiennych okoliczności.





Warto jednak zwrócić uwagę na inne zjawisko, którego możemy doświadczyć po publikacji kolejnych dokumentów, a tym samym podkreśleniu (a czasem dopiero przyznaniu) konkretnych praw osobom z niepełnosprawnościami. Tym zjawiskiem jest ideologia „post-disability”. Jak inne tego typu ideologie (np. post-rasistowska) opiera się ona na założeniu, że skoro dana grupa ma zagwarantowane prawa to sprawa jest zakończona i można odłożyć ją *ad acta*.

A może kręcimy się w kółko?

Przyznaliśmy prawa kobietom? Przyznaliśmy czarnoskórym? Przyznaliśmy niepełnosprawnym? To czego te grupy jeszcze chcą? Powinny się cieszyć swoimi prawami i z nich korzystać. Z takim postawieniem sprawy, nie zawsze wyrażonym wprost, można spotkać się w wielu przypadkach. Nietrudno tutaj zauważyć lukę w rozumowaniu: samo przyznanie praw nie oznacza jeszcze ich wykonania. Widać to doskonale na przykładzie niedawnej przygody, którą przeżył pewien niewidomy klient chcący kupić telefon na raty w jednym z warszawskich sklepów. W trakcie zawierania umowy okazało się, że owszem – ma prawo do informacji – jednak ze względu na to, że nikt w sklepie nie chce mu przeczytać treści umowy kredytowej ani też jej poświadczyc, nie może on sfinalizować transakcji. Pewnej pikanterii dodaje fakt, że osobą tą był człowiek pełniący funkcję sekretarza stanu w Ministerstwie Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej oraz Pełnomocnika Rządu do spraw Osób Niepełnosprawnych. Inny przykład: w pewnej gminie osoby z niepełnosprawnościami wywalczyły zakup autobusu przystosowanego dla pasażerów na wózkach, żeby móc dojechać do miasta

powiatowego, a tym samym realizować swoje prawa związane z dostępnością i niezależnym życiem. Szybko jednak okazało się, że kurs autobusu nie jest oznaczany w rozkładach jazdy jako dostępny dla osób z niepełnosprawnością ruchową. Zatem, aby z niego skorzystać, należało wyjść rano na przystanek i czekać, aż nadjedzie „ten właściwy” autobus. Rozpoczęła się zatem kolejna batalia o uzupełnienie rozkładu jazdy... I jeszcze: pewne miasto wojewódzkie planując duży, kilkuletni remont, nie wzięło pod uwagę, że w jego centrum mieszkają (a także przyjeżdżają do niego) osoby z niepełnosprawnościami. Rozkopane ulice, prowizoryczne kładki i okrężne ścieżki wydeptane przez przechodniów czy wyłączana sygnalizacja świetlna – to krajobraz dobrze znany z każdej budowy. Problem tylko taki, że przepisy budowlane nie nakładają obowiązku zapewnienia dostępności osobom z niepełnosprawnościami na czas remontów. A skoro nie nakładają, to się ich nie robi.

I co dalej?

Powyższe przykłady pokazują, że praktyki dyskryminacyjne nadal „trzymają się mocno” i uderzają „równo” we wszystkie osoby z niepełnosprawnościami – niezależnie od ich statusu materialnego, wykształcenia czy miejsca zamieszkania. Nieprzypadkowo powyżej pojawiły się odniesienia do „walki” i „batalii”, które jak widać nie kończą się wraz z uzyskaniem praw, a właściwie dopiero wtedy powinny nabierać rozpędu na bazie nowego – prawnego – oręża. I tutaj okazuje się, że ideologii post-disability ulegają obie strony. Ta pierwsza – świat osób bez niepełnosprawności – ulega, bo jest z siebie zadowolony: że już spokój, że już jest taka „fajny i tolerancyjny”. Ta druga strona – osób z niepełnosprawnościami – bo mamy prawa, bo się nam należy. I obie tkwią w błędzie: mamy tylko pewne narzędzia, dzięki którym możemy coś zrobić. A kiedy przyjrzeć się różnym scenom – lokalnym czy ogólnopolskiej, gdzie rozgrywa się batalia o egzekwowanie przyznanych praw, to okaże się, że liczba aktywnych osób po obu stronach – faktycznie chcących coś zmienić – jest niewielka. Pozostałym bliższa jest tzw. „mentalność oporu” czyli przetrwania, prostego „pływania” w systemie.

Jaki morał z tego wszystkiego? Mamy coraz więcej prawnych narzędzi, które mogą służyć poprawie jakości życia osób z niepełnosprawnościami. I ciągle powstają nowe, które mają powodować dodatkowy nacisk na decydentów (mówi się np. o ustawie wdrażającej KPN). Trzeba teraz te narzędzia wziąć do ręki i drążyć nimi w betonie dyskryminacji. A wcześniej trzeba się tych narzędzi nauczyć, żeby kompetentnie stanąć przed przysłowiowym „urzędnikiem” i udowodnić mu, że jednak powinien coś zrobić.

No ale z ręką na sercu: kto z nas przeczytał KPN...?

Wybrane aspekty funkcjonowania osób z niepełnosprawnością oraz percepcji społecznej niepełnosprawności

Sandra Scheibel

12

Proces budowania oraz nawiązywania relacji odgrywa istotną rolę w życiu każdego człowieka. Wchodzenie w różnorodnego rodzaju interakcje z innymi członkami społeczeństwa stanowi bowiem ważny aspekt naszego życia oraz jego nieodderwalną część.

Wiele osób na swej drodze napotyka bariery (np. psychiczne, społeczne, ekonomiczne), które przyczyniają się do utrudnienia czynnego udziału w życiu społecznym, między innymi w kontekście nawiązywania oraz budowania relacji. W tym zakresie niepełnosprawność

stanowi czynnik charakteryzujący osoby bardziej zagrożone i narażone na wykluczenie społeczne.

Problem percepcji osób z niepełnosprawnością oraz jej zmiany

Już w czasach starożytnych grecki filozof Arystoteles zauważył ludzką potrzebę kontaktu z drugim człowiekiem. Wtedy też narodziła się słynna myśl Arystotelesa, iż „człowiek jest istotą społeczną, ten zaś, kto nie żyje w społeczeństwie jest bestią albo Bogiem”.





Na przestrzeni stuleci możemy zaobserwować różne podejścia do problematyki niepełnosprawności. Początkowo dominowała wrogość oraz niechęć, które wynikały głównie z panujących ówczesnie norm i ideałów w życiu społecznym np. w starożytnej Sparcie. Wzrost znaczenia chrześcijaństwa spowodował narodzenie się idei niesienia pomocy przez filantropijne działania Kościoła oraz innych instytucji pomocowych. Mimo to niepełnosprawność była nadal traktowana jako kara i piętno.

Wraz z rozwojem społecznym i coraz to nowymi badaniami, zakres wiedzy oraz świadomości społecznej uległy znacznemu poszerzeniu. Dostrzeżono problemy związane z szeroko rozumianą niepełnosprawnością. Rozpoczęto proces integracji społecznej tej grupy osób, co w konsekwencji doprowadziło do powstawania licznych organizacji, programów oraz przedsięwzięć, wspierających wszelkie inicjatywy i działania na rzecz osób z niepełnosprawnością.

Niestety do chwili obecnej, pomimo podejmowanych działań i zdawałoby się stale rosnącej świadomości społecznej, nadal w opinii publicznej panują liczne przesady i stereotypy, które są krzywdzące dla osób z niepełnosprawnością. Te stereotypy prowadzą do zawężania możliwości działania oraz ograniczenia realizacji podstawowych praw obywatelskich. Skutkiem tego jest ciągle niski współczynnik partycypacji osób z niepełnosprawnością w sferze ekonomicznej, społecznej, kulturowej. Sprawia to, że ciągle aktualny jest problem wykluczenia społecznego oraz zaburzeń w sferze relacji interpersonalnych tej grupy społecznej.

Znaczenie mediów w kreowaniu wizerunku osoby z niepełnosprawnością

Faktem jest, że od dłuższego czasu możemy obserwować wzrost świadomości społecznej dotyczącej niepełnosprawności. Jednak, kiedy dochodzi do bezpośredniej konfrontacji z takimi osobami, doznajemy strachu oraz wpadamy w zakłopotanie, co wpływa na odczuwany dyskomfort w takich relacjach. Wynika to często z tego, w jaki sposób media oraz inne środki masowego przekazu kreują i przedstawiają funkcjonowanie osoby z niepełnosprawnością. Bardzo często skupiają się one na ukazywaniu ograniczeń, a nie promocji pozytywnych aspektów wchodzenia w relacje z takimi osobami. Na przykład w filmach bardzo często osoby z niepełnosprawnością zostają ukazane na dwa skrajne sposoby. Kreowany jest ich wizerunek jako osób nieporadnych życiowo, wymagających pomocy innych. Stosunkowo rzadko osoba taka jest przedstawiana jako silna jednostka, posiadająca wręcz cechy super bohatera. Doprowadza to do silnego zakorzenienia negatywnych i skrajnych wzorców społecznych, w których osoby z niepełnosprawnością otrzymują „etykiety” osób mniej produktywnych, nieudolnych życiowo i niesamodzielnymi. Ludzie często boją się, że podczas rozmowy zranią swojego rozmówcę, dlatego unikają wszelkich kontaktów, czy też stają się przesadnie zdystansowani do takich osób. W konsekwencji osoba z niepełnosprawnością bardzo często odczuwa litość drugiego człowieka w stosunku do siebie.

Niestety wciąż widoczny jest wyraźny niedostatek należytej oraz ogólnodostępnej informacji w mediach

o osobach z niepełnosprawnością, które byłyby w formie przystępnej dla większej grupy odbiorców.

Większa świadomość w praktyce

W ostatecznym rozrachunku, pomimo większej świadomości społecznej, osoby z niepełnosprawnością nadal postrzegane są przez pryzmat ich niepełnosprawności. W następstwie tego dochodzi do nasilania się zjawisk dyskryminacji oraz marginalizacji osób dotkniętych niepełnosprawnością. Walka ze stereotypami przypomina walkę z „wiatrakami”, gdyż dominującym w wizerunku niepełnosprawności jest wymiar pejoratywny. Od osób z niepełnosprawnością zazwyczaj oczekuje się zachowań odbiegających od ogólnie przyjętych norm społecznych. Negatywne reakcje ze strony społeczeństwa sprzyjają umocnieniu się poczucia wyizolowania oraz wykluczenia społecznego. W przyszłości wskazane powyżej czynniki mogą stwarzać ryzyko doprowadzenia do obniżenia samooceny, poczucia osamotnienia oraz spowolnienia procesów socjalizacji osób z niepełnosprawnością.

Korzyści budowania relacji dla osób z niepełnosprawnością

Nawiązywanie relacji społecznych przez osoby z niepełnosprawnością sprzyja budowaniu ich własnej pewności siebie, poczucia wartości, co ułatwia im



codzienne funkcjonowanie oraz skuteczne rozwiązywanie codziennych problemów i trudności. Pozwala także wzmacniać doświadczenia w relacjach z osobami pełnosprawnymi. Osiągnięcie korzyści z relacji społecznych jest ważną determinantą zmiany postaw i sposobu myślenia oraz świadomości społecznej dotyczącej niepełnosprawności.

Przebieg budowania relacji zależy od wszystkich stron. Pomocne na tej drodze są bez wątpienia wszelkie adaptacje w zakresie dostosowania infrastruktury oraz organizacja wydarzeń społecznych dla osób z niepełnosprawnością, promujących integrację społeczną oraz sprzyjających zawieraniu kontaktów z osobami z niepełnosprawnością w życiu codziennym. Te zabiegi mogą doprowadzić do poprawienia poziomu integracji tej grupy społecznej.

Nie jest więc truizmem stwierdzenie, że nawiązywanie relacji z osobami z niepełnosprawnością posiada wiele pozytywnych aspektów. Mimo że proces ten nie jest prosty, wskutek wielu przeszkód i utrudnień, z którymi należy się zmierzyć, a które zmniejszają szanse osób z niepełnosprawnością na aktywne uczestnictwo w życiu społecznym, możliwe jest zwiększenie skali aktywizacji oraz integracji społecznej tych osób. W konsekwencji budowanie relacji może stać się prostsze, a funkcjonowanie społeczne osób z niepełnosprawnością może zyskać nową lepszą jakość i stać się efektywniejsze społecznie.

Sandra Scheibel

Studentka II roku Pracy Socjalnej na UJD w Częstochowie. Pasjonatka nauk społecznych i psychologicznych.



PRAKTYCZNY PORADNIK SAVOIR-VIVRE WOBEC OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH (c.d.)

Zawsze zapytaj, zanim udzielisz pomocy.



Materiały pochodzą ze strony <http://niepełnosprawni.sggw.pl/>

Co – Gdzie – Którędy

Administracja Osiedla Akademickiego PŁ

al. Politechniki 3a
tel.: 42 631 20 19, 42 631 20 27

Stołówka Studencka

Budynek Osiedla Akademickiego
al. Politechniki 3a




Biblioteka PŁ

ul. Wólczańska 223
tel.: 42 631 20 59

Sekcja Rekrutacji PŁ

ul. Radwańska 29 (budynek A13)
tel.: 42 631 29 74, 42 631 20 92

Jak do nas trafić

-  Wydział Technologii Materiałowych i Wzornictwa Tekstyliów (budynek A33)
-  Wydział Mechaniczny (budynek A22)
-  B&N (budynek A30)

Czynne:

**pon-pt
8.00-15.00**

oraz w wybrane soboty zjazdowe

**Żeromskiego 116
tel.: (42) 631 28 87**

Pozycja GPS

51° 45' 9,36" N
19° 27' 5,04" E





Biuro ds. Osób Niepełnosprawnych Politechniki Łódzkiej

bezpłatnie oferuje szereg możliwości studentom PŁ posiadającym orzeczenie o niepełnosprawności oraz zmagającym się z różnorodnymi problemami zdrowotnymi utrudniającymi funkcjonowanie na uczelni, m.in.:

- dostosowanie kształcenia do indywidualnych potrzeb,
- pomoc asystentów dla osób mających problem z poruszaniem się,
- pomoc tłumaczy języka migowego podczas zajęć i laboratoriów,
- wsparcie dla osób niewidomych i niedowidzących,
- stypendium dla osób niepełnosprawnych, zapomogi,
- Wypożyczalnia Sprzętu Specjalistycznego,
- pomoc psychologiczna,
- i wiele innych...



Dowiedz się więcej u naszego konsultanta studenckiego!

**ul. Żeromskiego 116 (budynek A30)
90-924 Łódź
tel. (42) 631 38 87
<http://bon.p.lodz.pl>**



Akademickie Centrum Zaufania Politechniki Łódzkiej

to przede wszystkim bezpłatne formy wsparcia dla studentów,
doktorantów oraz pracowników PŁ:

- indywidualne poradnictwo psychologiczne,
- pomoc w nagłych i kryzysowych sytuacjach,
- psychologiczne wsparcie krótkoterminowe,
- testy psychologiczne,
- tutoring edukacyjny,
- warsztaty umiejętności psychospołecznych.



**ul. Żeromskiego 116 (budynek A30)
90-924 Łódź
tel. (42) 631 38 87
<http://bon.p.lodz.pl>**

