# Załącznik nr 7

Scenariusze zajęć realizowanych podczas warsztatów wyjazdowych

## OBSŁUGA SYMULATORA NIEMOWLĘCIA – PRZYGOTOWANIE DO OPIEKI

*Autorka: Marta Wilamowska*

**Cele warsztatu:**

– nauczenie uczestników obsługiwania symulatora niemowlęcia

– przygotowanie uczestników do samodzielnego zajmowania się symulatorem

– zapoznanie uczestników z zasadami dotyczącymi symulacji opieki nad niemowlęciem

**Charakterystyka grupy:** grupa mieszana (8 osób, od 16 lat wzwyż, osoby z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim i umiarkowanym)

**Czas trwania:** 2 godziny

## OPIS ĆWICZEŃ

**1. Rodzicielstwo**

Prowadzący zwraca się do uczestników słowami: „Dziś porozmawiamy o tym, czy łatwo być rodzicem”.
W zależności od odpowiedzi, można zadać pytania, np.: „Co takiego jest trudnego w rodzicielstwie?”

Prowadzący zadaje też pytania: „Jakie potrzeby ma małe dziecko?”, „Jakie czynności trzeba wykonywać przy niemowlaku?”. Uczestnicy z prowadzącym omawiają kolejno czynności, takie jak: kołysanie, karmienie, zmiana pieluszki, podawanie smoczka. Pomocniczo prowadzący pokazuje symulator niemowlęcia
i uczestnicy mogą zaprezentować takie czynności, jak uspokajanie dziecka poprzez kołysanie lub podanie butelki.

Pomoce dydaktyczne:

symulator niemowlęcia

**2. Co to jest symulator?**

Prowadzący prezentuje symulator i zadaje pytanie: „Co to jest?” Po wypowiedziach uczestników nazywa prawidłowo urządzenie: „To jest symulator niemowlęcia, nie jest to prawdziwe dziecko. Symulator udaje, naśladuje prawdziwe dziecko”. Wyjaśnia, że nie jest to też lalka do zabawy, lecz ważna pomoc do nauki. Uczestnicy biorą symulator na ręce, a prowadzący zwraca uwagę na prawidłowe podtrzymanie główki. Ważne jest w tym miejscu, aby wyjaśnić, dlaczego tak istotne jest podpieranie główki prawdziwego niemowlęcia.

Podczas tego ćwiczenia podawane są również informacje na temat samego symulatora:

– ma wygląd i wagę trzymiesięcznego niemowlęcia

– ma płeć męską/żeńską (w zależności jaki symulator mamy)

– jest urządzeniem elektronicznym i trzeba bezpiecznie go użytkować

– nie można go moczyć, kąpać, smarować kremem

Pomoce dydaktyczne:

symulator niemowlęcia

**3. Wyprawka symulatora niemowlęcia**

Prowadzący prezentuje wyposażenie symulatora – butelka, pieluszka (pampers), body, śpioszki, dresik (ubranko dzienne), ciepły pajacyk (ubranko zewnętrzne, na wyjście), kocyk, nosidełko, torba na akcesoria. Podaje uczestnikom elementy wyprawki i pyta o ich przeznaczenie. Prowadzący wskazuje na wszyty czujnik w ubranku i mówi do czego on służy. Uczestnicy dowiadują się o czujkach, które w połączeniu z komputerem przesyłają informacje, czy pieluszka była zmieniana i czy ubranka były dobierane stosownie do temperatury.

Pomoce dydaktyczne:

symulator niemowlęcia, butelka, pieluszka (pampers), body, śpioszki, dresik (ubranko dzienne), ciepły pajacyk (ubranko zewnętrzne, na wyjście), kocyk, nosidełko, torba na akcesoria

**4. Dźwięki symulatora**

Prowadzący zwraca się do uczestników: „Symulator wydaje dźwięki jak niemowlę, posłuchajcie”. Prowadzący prezentuje dźwięki symulatora:

– płacz

– kaszel

– odbicie po jedzeniu

– krztuszenie

– gaworzenie

Po prezentacji odgłosów symulatora prowadzący pyta, co może oznaczać każdy z nich. Pyta również:
„W jakich sytuacjach prawdziwe dziecko może płakać?”, „Czym dziecko może się zakrztusić?”. Zaznacza, że dźwięki wydawane przez symulator są komunikatami dotyczącymi jego potrzeb.

Pomoce dydaktyczne:

symulator, laptop z oprogramowaniem

**5. Symulator i opiekun**

Prowadzący wskazując na symulator zadaje uczestnikom pytanie sprawdzające: „Czy to jest dziecko?”
i czeka na odpowiedź. Jeśli odpowiedź jest twierdząca, to ją koryguje mówiąc: „Nie, to nie jest dziecko,
to jest symulator”. Następnie zadaje pytanie: „Czy ja jestem rodzicem symulatora?”. Po wysłuchaniu wypowiedzi, mówi: „Osoba, która opiekuje się symulatorem jest opiekunem symulatora”. Kontynuuje mówiąc: „Aby odpowiadać na potrzeby symulatora i dobrze się nim opiekować, potrzebujemy takiego IDENTYFIKATORA”. Prowadzący wskazuje na swój nadgarstek, na którym ma identyfikator. Następnie prezentuje dźwięk symulatora i demonstruje użycie identyfikatora na symulatorze. Wyjaśnia: „Zawsze, gdy symulator zapłacze, musimy najpierw przyłożyć identyfikator do dolnej części jego brzucha i po usłyszeniu charakterystycznego dźwięku możemy zacząć wykonywać dalsze czynności. Nie zawsze na początku wiemy, jakiej czynności domaga się symulator. Trzeba próbować różnych. Przypomina to opiekę nad prawdziwym dzieckiem”.

Pomoce dydaktyczne:

symulator niemowlęcia, identyfikatory

**6. Opieka nad symulatorem**

Prowadzący pyta, kto chce zająć się symulatorem, np. nakarmić go. Symulator płacze, ochotnik przed rozpoczęciem czynności przykłada identyfikator do brzuszka symulatora i po usłyszeniu dźwięku wykonuje czynność karmienia. Kolejno wszyscy uczestnicy próbują wykonać czynności na symulatorze, np. „odbicie”, kołysanie, zmianę pieluszki.

Prowadzący zwraca się do uczestników: „Gdy prawdziwe dziecko płacze, to nie wiemy tak naprawdę czego może ono chcieć, nie wiemy czego potrzebuje”. Prezentuje fragment filmu „Symulacja opieki nad niemowlęciem w warunkach domowych”, gdzie uczestnicy mogą zobaczyć jak opiekunowie reagują na płacz symulatora i jak próbują odpowiedzieć na jego potrzeby. Prowadzący proponuje, aby teraz uczestnicy spróbowali odgadnąć, dlaczego symulator płacze. Chętni kolejno podchodzą do symulatora, przykładają identyfikator i wykonują czynności opiekuńcze próbując właściwie odpowiedzieć na potrzebę symulatora.

Pomoce dydaktyczne:

symulator, dodatkowy identyfikator, rzutnik, laptop, film „Symulacja opieki nad niemowlęciem
w warunkach domowych”

**7. Czujniki i raport**

Prowadzący omawia funkcję czujników w symulatorze i prezentuje oprogramowanie w komputerze, które rejestruje wszystkie czynności wykonywane na symulatorze. Przedstawia przykładowy raport i omawia go.

Podsumowując prowadzący mówi uczestnikom, że na symulatorze nie można nauczyć się wszystkich czynności związanych z opieką. Symulator nie ma kolek, nie ulewa, nie choruje. Symulatora nie kąpiemy,
bo jest urządzeniem elektronicznym.

Pomoce dydaktyczne:

symulator, komputer

**8. Kontrakt dotyczący opieki nad symulatorem niemowlęcia**

Prowadzący mówi uczestnikom o odpowiedzialności jaką jest nie tylko sama opieka nad symulatorem (odpowiadanie na potrzeby), ale także prawidłowe użytkowanie tego urządzenia (ochrona przed zamoczeniem czy upadkiem). Prowadzący czyta kontrakt dotyczący opieki nad symulatorem i omawia szczegółowo jego treść.

Pomoce dydaktyczne:

wzór kontraktu z opiekunem dotyczący opieki nad symulatorem niemowlęcia (ZAŁĄCZNIK 5).

**9. Dzienniczek opiekuna**

Prowadzący zwraca się do uczestników: „Opieka nad symulatorem niemowlęcia polega na odpowiadaniu na jego potrzeby, trzeba go karmić butelką, kołysać czy zmieniać pieluszkę. Wszystkie czynności, jakie będziecie wykonywać na symulatorze, zapisujcie w Dzienniczku opiekuna”. Prowadzący prezentuje dzienniczek i omawia jego zastosowanie. Informuje o zadaniach osoby opiekującej się symulatorem. Opiekun symulatora najpierw nadaje imię symulatorowi, wpisuje je do dzienniczka i zaznacza jakiej jest płci. Pod koniec każdego dnia zaznacza w dzienniczku, jak radził sobie z obowiązkami. Na przykład przy czynności „zmiana pieluszki” zaznacza czy poradził sobie „super”, „dobrze” czy „źle”. Zaznacza również jakie emocje towarzyszyły mu podczas opieki nad symulatorem: radość, smutek, strach, duma, zdenerwowanie, złość.

Pomoce dydaktyczne:

Dzienniczek opiekuna

## WARSZTAT: ZAKOCHANIE, MIŁOŚĆ, MAŁŻEŃSTWO

*Autorka: Izabela Fornalik*

**Cele warsztatu:**

– omówienie objawów zakochania

– omówienie, w jaki sposób można wyznać miłość

– wyjaśnienie, czym jest nieodwzajemniona miłość

– omówienie cech dobrego i złego związku

– wyjaśnienie zasad zawarcia małżeństwa

**Charakterystyka grupy:** grupa mieszana (8 osób, od 16 lat wzwyż, osoby z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim i umiarkowanym)

**Czas trwania:** 2 godziny

## OPIS ĆWICZEŃ

**1. Zakochanie – jak poznać, że się jest zakochanym**

Prowadzący rozmawia z uczestnikami o tym, jak czuje się człowiek, gdy jest zakochany. (Zazwyczaj słyszy się odpowiedź: „Myślę o tej osobie, chcę tylko z nią być, gdy jest blisko, czerwienię się, denerwuję, wstydzę, bije mi serce, chcę ją całować, trzymać ją za rękę” itp.)

Prowadzący wyjaśnia, że człowiek, gdy jest zakochany zapomina czasem o całym świecie, najważniejsza jest osoba, w której jest zakochany. Nie widzi jej wad, jedynie same zalety. Prowadzący zachęca uczestników do wypowiadania się i odnoszenia do własnych doświadczeń.

Pomoce dydaktyczne:

prezentacja multimedialna przedstawiająca np. romantyczne zdjęcia

**2. Jak wyznać miłość?**

Prowadzący rozmawia z uczestnikami o tym, jak można komuś wyznać, że jest się w nim zakochanym. Uczestnicy podają propozycje dotyczące miejsca i okoliczności.

Prowadzący i uczestnicy odgrywają scenki wyznawania miłości (w wersji, gdy osoba odwzajemnia uczucia
i w wersji, gdy ktoś nie odwzajemnia zakochania). Uczestnicy mogą je odgrywać na lalkach lub w przebraniu.

Prowadzący wyjaśnia też, jaka jest różnica między zakochaniem i miłością: „Miłość to coś głębszego, co rodzi się po pewnym czasie, gdy kogoś już lepiej znasz, znasz jego/jej wady i zalety, spędziłeś z nim/nią więcej czasu, chcesz spędzać czas razem, ale też musisz robić inne rzeczy (uczyć się, pracować). Miłość to też odpowiedzialność za drugą osobę, gdy kogoś kochamy, chcemy, by ta osoba była szczęśliwa”.

Pomoce dydaktyczne:

prezentacja multimedialna, stroje, lalki do odgrywania scenek

**3. Miłość nieodwzajemniona**

Prowadzący pokazuje fragment filmu (serialu), w którym ktoś wyznaje drugiej osobie miłość i chęć bycia
w związku, ale ona nie chce takiej relacji. Prowadzący prosi uczestników, by opisali, jakie uczucia mogą towarzyszyć komuś, kto został odrzucony.

Prowadzący wyjaśnia: „Czasem można zakochać się w kimś bez wzajemności. To, że wyznasz miłość drugiej osobie, nie musi oznaczać, że i ona powie, że cię kocha. To normalne, że czujesz wtedy smutek, żal, a może złość, tak czuje się każdy w takiej sytuacji. Musi upłynąć trochę czasu, żebyś poczuł się lepiej. Gdy jest ci smutno, porozmawiaj z kolegami, spędź z nimi czas, obejrzyj coś, co lubisz, wypłacz się” itp. Warto, żeby prowadzący porozmawiał z podopiecznymi o różnych sposobach przeżywania trudnych uczuć. Może ich nauczyć wybranej techniki radzenia sobie z trudnymi uczuciami (technika oddechowa, prosta wizualizacja).

Uczestnicy opowiadają o swoich doświadczeniach związanych z odrzuceniem oraz sposobach radzenia sobie z trudnymi uczuciami.

Pomoce dydaktyczne:

fragment filmu lub serialu ilustrujący scenę odrzucenia, prezentacja multimedialna

**4. O dobrym i złym związku**

Prowadzący prowadzi rozmowę dotyczącą tego, co oznacza dobry, a co zły związek. Podkreśla, że w związku trzeba dbać o siebie, pomagać sobie, okazywać sobie miłość, czułość, ale także być wiernym i uczciwym, lubić siebie i lubić spędzać ze sobą czas. Trzeba także być odpowiedzialnym za partnera, uwzględniać jego zdanie, szanować go. W dobrym związku para umie rozwiązywać swoje problemy bez krzyczenia na siebie, obrażania wzajemnego, bez przemocy. Zły związek to taki, w którym para ciągle kłóci się, wyzywa, a nawet bije, w którym jedna osoba do czegoś partnera zmusza: do seksu, do alkoholu lub czegokolwiek innego.
Zły związek to bardzo zaborczy związek: jedna osoba traktuje drugą jak własność, nie pozwala mieć koleżanek czy kolegów.

Przykładowe pytania do rozmów:

– czy jeśli masz dziewczynę, możesz całować się z innymi dziewczynami?

– jeśli masz chłopaka, powinnaś uprawiać seks z innymi?

– czy można okłamywać swojego chłopaka, dziewczynę?

– co zrobiłabyś, gdyby twój chłopak cię uderzył?

– jak okażesz to, że jesteś zła/zły na swojego partnera/partnerkę?

– czy to dobra para, która się wyzywa brzydkimi słowami, a za chwilę godzi się?

Prowadzący zwraca uwagę na to, że czasem partner stara się podporządkować sobie bardziej naiwną, łatwowierną i bardziej zależną osobę. Mówi o tym, że czasem trzeba odejść od partnera, nawet pomimo tego, że się go kocha. Prowadzący i uczestnicy odgrywają scenki ilustrujące różne sytuacje z życia związku i dokonują oceny, czy jest to dobry czy zły związek.

Pomoce dydaktyczne:

lalki, stroje, ilustracje przedstawiające różne sytuacje z życia związku, fragmenty seriali pokazujące kłótnie lub inne problemy

**5. Małżeństwo – czy mogę wziąć ślub?**

Prowadzący zadaje pytanie, czy uczestnicy chcą wziąć ślub i czy ich zdaniem jest to możliwe.

Na podstawie fragmentów serialu „Klan” (sprawa w sądzie) prowadzący wyjaśnia przepis – Art. 12, § 1 Kodeksu rodzinnego i opiekuńczego: „Nie może zawrzeć małżeństwa osoba dotknięta chorobą psychiczną albo niedorozwojem umysłowym. Jeżeli jednak stan zdrowia lub umysłu takiej osoby nie zagraża małżeństwu ani zdrowiu przyszłego potomstwa i jeżeli osoba ta nie została ubezwłasnowolniona całkowicie, sąd może jej zezwolić na zawarcie małżeństwa”.

Prowadzący objaśnia, co przepis oznacza w praktyce: kierownik Urzędu Stanu Cywilnego w rozmowie ustala, czy para rozumie, na czym polega zawarcie małżeństwa.

Zazwyczaj więc z zawarciem związku małżeńskiego nie mają problemu osoby niepełnosprawne intelektualnie w stopniu lekkim. Jeśli kierownik USC ma wątpliwości co do stanu świadomości przyszłych małżonków i jeśli osoba nie jest ubezwłasnowolniona całkowicie, może sprawę skierować do sądu.

Uzupełnieniem ćwiczenia może być odegranie scenki w sądzie.

Pomoce dydaktyczne:

fragmenty serialu „Klan” pokazujące scenki z sądu, lalki i przebrania

## WARSZTAT: SKĄD SIĘ BIORĄ DZIECI

*Autorka: Anna Pułjan-Laudańska*

**Cele warsztatu:**

– zapoznanie uczestników z zagadnieniami związanymi z seksualnością i płciowością w tym: anatomią i fizjologią narządów płciowych zewnętrznych i wewnętrznych kobiety i mężczyzny

– wprowadzenie/przypomnienie pojęcia „części intymne”

– zapoznanie z przebiegiem cyklu menstruacyjnego

– zapoznanie/przypomnienie zagadnienia stosunku płciowego i zapłodnienia

– przybliżenie tematyki ciąży i porodu

**Charakterystyka grupy:** grupa mieszana (8 osób, od 16 lat wzwyż, osoby z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim i umiarkowanym, kobiety i mężczyźni)

**Czas trwania:** 2 godziny

## OPIS ĆWICZEŃ

**I. BUDOWA NARZĄDÓW PŁCIOWYCH**

**1. Narządy płciowe zewnętrzne**

Uczestnicy otrzymują przygotowane wcześniej szablony ciała człowieka. Ich zadaniem jest dorysowanie takich elementów/części ciała, po których rozpoznaje się kobietę i mężczyznę. Jeśli uczestnicy spontanicznie nie narysują/nie wskażą narządów płciowych, prowadzący zachęca, aby na szablonie się pojawiły. Pyta uczestników, jakie znają nazwy określające narządy płciowe.

**2. Narządy płciowe wewnętrzne**

W jajowodzie kobiety jajeczko czeka 1 dobę, czyli 24 godziny (bardzo krótko) na plemniki od mężczyzny. Jeśli nie dojdzie do spotkania, czyli zapłodnienia, to komórka ta zniknie i za 14 dni nastąpi miesiączka.
W czasie miesiączki złuszcza się błona śluzowa, która wcześniej stawała się coraz bardziej miękka
(jak poduszeczka), aby w razie potrzeby przyjąć zapłodnioną komórkę jajową. Po miesiączce cały cykl zaczyna się od nowa.

Prowadzący pokazuje to na ilustracji, gdzie komórka jajowa to mała piłeczka, która będzie opuszczała jajnik.

Uzupełnienie:

– animacja „Pewny start. Materiały interaktywne”

– animacja „Cykl miesiączkowy”

Animacje: https://www.youtube.com/watch?v=ZvPVyas68jE

Pomoce dydaktyczne:

– szablony ciała kobiety i mężczyzny z wewnętrznymi narządami płciowymi

– model jajeczka – np. piłeczka pingpongowa

– animacje (jw.)

**II. ZAPŁODNIENIE**

**1. Skąd się biorą dzieci?**

Pytanie do uczestników: „Jak sądzicie, co lub kto jest potrzebny, aby powstało dziecko?”

(Oczekiwana odpowiedź to: „kobieta i mężczyzna” i/lub „komórka jajowa i plemnik”).

Powrót do plansz z wewnętrznymi narządami płciowymi. Pytania do uczestników:

– „Jak plemnik dostaje się do pochwy, a potem macicy?”

(Wyjaśnienie: „Stosunek seksualny to taka czynność, kiedy mężczyzna wprowadza swojego penisa (w stanie wzwodu – czyli kiedy jest twardy i powiększony) do pochwy kobiety”. Uzupełnieniem animacja stosunku seksualnego).

– „Jak przebiega zapłodnienie?”

(Uzupełnienie: „Podczas stosunku płciowego z penisa wydostaje się płyn – sperma, który zawiera plemniki. Plemniki pokonują drogę do macicy i spotykają się z komórką jajową. Wtedy dochodzi do zapłodnienia. Połączone komórka jajowa i plemnik już razem wędrują do ścianki macicy. Zaczyna się ciąża”).

Pomoce dydaktyczne:

plansze z wewnętrznym narządami płciowymi

**2. Układanka**

Uczestnicy układają obrazki według kolejności etapów zapłodnienia. Polecenie prowadzącego: „Ułóżcie po kolei obrazki ilustrujące to, jak dochodzi do zapłodnienia”.

Pomoce dydaktyczne:

obrazki, wycinki z gazet przedstawiające: kobietę, mężczyznę, miłość, parę w trakcie stosunku seksualnego, wewnętrzne narządy płciowe kobiety z komórką jajową w owulacji, plemnik, zagnieżdżenie, ciało kobiety będącej w ciąży

**III. CIĄŻA**

**1. Co to jest ciąża?**

Burza mózgów: „Z czym się wam kojarzy słowo „ciąża”? Co to znaczy, że kobieta jest w ciąży?”

Krótka dyskusja: „Czy ktoś kiedyś widział kobietę w ciąży? Jak wygląda? Co jest w brzuchu? Jak długo trwa ciąża? Czym się kończy ciąża (w tym poronienie)? Skąd wiadomo, że kobieta jest w ciąży?” (test ciążowy do pokazania)

Animacja „Jak przebiega ciąża?”

Przykładowe animacje:

– https://www.youtube.com/watch?v=suYpNtzft1s (animacja anglojęzyczna, prowadzący komentuje w sposób dostosowany do grupy)

– https://www.youtube.com/watch?v=12iadjwyELs

**Pomoce dydaktyczne:**

– animacja nt. zapłodnienia i ciąży (jw.)

– test ciążowy

**2. Jak zadbać o siebie w ciąży?**

Burza mózgów: „Jak powinna dbać o siebie kobieta w ciąży?” (dieta, odpoczynek, spacery, odstawienie używek, wizyty u lekarza ginekologa).

Uczestnicy otrzymują obrazki, wycinki z gazet prezentujące właściwe i niewłaściwe sposoby dbania o zdrowie kobiety ciężarnej. Ich zadanie polega na zakwalifikowaniu ich do odpowiedniej grupy.

**IV. PORÓD**

Burza mózgów i dyskusja: „Co to jest poród? Kiedy jest poród? Gdzie zazwyczaj kobieta rodzi? Kto może być przy porodzie?” Poród naturalny i cesarskie cięcie.

„Poród – czyli moment, kiedy dziecko wychodzi z brzucha mamy. Odbywa się to zazwyczaj poprzez pochwę, ale może także być poprzez cięcie cesarskie, które wykonuje lekarz rozcinając brzuch mamy. Po urodzeniu dziecka lekarz kładzie je mamie na klatce piersiowej, a potem bada je i sprawdza czy jest zdrowe”.

Dla zobrazowania można pokazać film ukazujący poród (właściwie dobrany do grupy) lub zdjęcia.

Pomoce dydaktyczne:

– fragment filmu ilustrującego poród

– zdjęcia ilustrujące poród (różne rodzaje porodu)

**V. QUIZ**

Podsumowanie wiedzy z zajęć. Uczestnicy dzielą się na 2 zespoły. Przy każdym pytaniu najpierw naradzają się w zespole, a potem podają odpowiedź.

Pytania:

1. Co to jest komórka jajowa i kto ją ma?

2. Co to jest plemnik i kto go ma?

3. Co i kto jest potrzebny do tego, aby powstało dziecko?

4. Co to jest zapłodnienie?

5. Co to jest stosunek seksualny?

6. W jaki sposób plemnik dostaje się do ciała kobiety?

7. Ile czasu trwa ciąża?

8. Co to jest poród?

Pomoce dydaktyczne:

pytania do quizu

## WARSZTAT: PIELĘGNACJA I OPIEKA NAD NIEMOWLĘCIEM

*Autorka: Paulina Nowogrodzka*

**Cele warsztatu:**

– zapoznanie uczestników z prawidłową opieką nad niemowlęciem

– zdobycie kompetencji potrzebnych do prawidłowego wykonywania czynności pielęgnacyjnych

– nauka bezpiecznego chwytania dziecka

**Charakterystyka grupy:** grupa mieszana (8 osób, od 16 lat wzwyż, osoby z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim i umiarkowanym)

**Czas trwania:** ok. 2 godziny

Pomoce dydaktyczne:

– lalka wielkości niemowlęcia

– butelka

– podgrzewacz do mleka

– mleko w proszku

– pielucha tetrowa

– pampers

– mokre chusteczki

– smoczek

– wanienka

– grzechotka

– termometr

– krem

– ręcznik frotte

– przewijak

## OPIS ĆWICZEŃ

**1. Co to jest opieka i pielęgnacja?**

Na wstępie prowadzący wyjaśnia terminy, tworzy razem z uczestnikami definicje do słów: „opieka”, „pielęgnacja” (zajmować się kimś, opiekować, być odpowiedzialnym za kogoś).

Opieka – zaspokajanie potrzeb, których ktoś (dziecko) nie może sam wykonać

Pielęgnacja – wykonywanie konkretnych czynności, np. kremowanie, kąpanie

Pomoce dydaktyczne:

tablica, marker

**2. Sposoby obchodzenia się z niemowlęciem**

Prowadzący zwraca uwagę na konieczną delikatność w obchodzeniu się z dzieckiem, brak agresji, komunikację, w tym mimikę, unikanie hałasu. Wspólnie z uczestnikami ogląda film „Nigdy nie potrząsaj dzieckiem” (https://www.youtube.com/watch?v=ppupDNxwtJs). Po obejrzeniu filmu podsumowuje go, zwracając uwagę na odpowiednie obchodzenie się z symulatorem w odniesieniu do prawdziwego dziecka.

Pyta: „Czemu z niemowlęciem trzeba obchodzić się delikatnie? Co może się stać, jeśli nieodpowiednio będziemy zajmować się dzieckiem?”

Pomoce dydaktyczne:

laptop z filmem

**3. Sposoby chwytania niemowlęcia**

Ćwiczenia na lalce wielkości niemowlęcia (kładzenie na brzuchu z trzymaniem pod buzią dziecka, przekręcanie na bok z chwytem pod biodro i palcami na brzuchu dziecka, podnoszenie pupy do góry przy przewijaniu, prawidłowe chwytanie i odkładanie dziecka z uwagą zwróconą na główkę). Każdy z uczestników podchodzi i ćwiczy odpowiednie chwyty.

Pomoce dydaktyczne:

lalka wielkości niemowlęcia

**4. Jak trzeba zajmować się niemowlęciem? Jakie czynności wykonywać?**

Burza mózgów – uczestnicy wymieniają czynności wykonywane podczas zajmowania się niemowlęciem: karmienie, „odbijanie”, przewijanie, smarowanie kremem, kąpanie, przebieranie zgodnie z warunkami atmosferycznymi, usypianie, zabawa, sprawdzanie temperatury, wsadzanie do nosidełka czy wózka.

Prowadzący nawiązuje do symulatora, zaznacza, że symulator to nie dziecko i pewne czynności (np. kąpanie) są zarezerwowane jedynie dla prawdziwego dziecka.

Pomoce dydaktyczne:

lalka wielkości niemowlęcia

**5. Wykonywanie przez uczestników czynności pielęgnacyjnych na rekwizycie lalki przy pomocy dodatkowych akcesoriów**

Najpierw uczestnicy oglądają film wprowadzający, następnie prowadzący omawia z nimi sprawy, na które trzeba zwrócić uwagę.

Prowadzący angażuje uczestników w działania pomocnicze lub główne, np. przy kąpieli jedna osoba przygotowuje wodę do kąpieli, inna wlewa płyn, inna myje lalkę, a inne wycierają ją etc. Wykonują po kolei ćwiczenia praktyczne:

– Spanie

„Dziecko i Ty: Pierwsza noc w domu” – film wprowadzający w tematykę opieki nad niemowlęciem (https://www.youtube.com/watch?v=q8M4l0O0wko). Prowadzący zaznacza, że w domu dzieckiem zwykle opiekuje się jedna osoba. Może wyjaśnić termin śmierci łóżeczkowej występujący w filmie: „Śmierć łóżeczkowa najczęściej występuje między 2. a 3. miesiącem życia dziecka. Ryzyko wystąpienia śmierci łóżeczkowej jest większe, gdy matka była chora w trakcie ciąży albo dziecko urodziło się za wcześnie lub
z małą masą urodzeniową.”

(źródło: https://pediatria.mp.pl/prawidlowyrozwoj/rozwojfizyczny/57412,smierc-lozeczkowa-jak-zminimalizowac-ryzyko-jej-wystapienia).

Pomoce dydaktyczne:

laptop z filmem

– Spacer

„Dziecko i Ty: Pierwszy spacer” – film o spacerze z dzieckiem, pokazujący jak ubierać dziecko, przewijać, co zabrać ze sobą do torby na spacer, a także zwracający uwagę na spokój, jaki powinien towarzyszyć wszystkim tym czynnościom (https://www.youtube.com/watch?v=5e6k4eQoLEI).

Po obejrzeniu filmu uczestnicy ćwiczą pakowanie torby na wyjście z niemowlęciem – rozkładają różne akcesoria, które należy zabrać ze sobą na spacer oraz te, które są zbędne, jak np. termometr do kąpieli.

Pomoce dydaktyczne:

laptop z filmem, torba dla niemowlęcia, termometr do kąpieli, pielucha tetrowa, pampersy, smoczek, grzechotka, butelka, krem, mokre chusteczki

– Przewijanie

„Dziecko i Ty: Pierwsza zmiana pieluszki” – film o przewijaniu dziecka (https://www.youtube.com/watch?v=HIZi2\_oKaFY).

Później uczestnicy ćwiczą zmianę pieluszki na lalce.

Pomoce dydaktyczne:

laptop z filmem, lalka wielkości niemowlęcia, przewijak, mokre chusteczki, pampers, krem

– Kąpiel

„Kąpiel – pierwsza kąpiel noworodka” – film zawierający wskazówki na temat kąpieli noworodka (https://www.youtube.com/watch?v=Jip5WNGsH8I). Po filmie uczestnicy uczą się prawidłowego chwytu dziecka do kąpieli, razem z prowadzącym zastanawiają się, czego niemowlęta potrzebują do kąpieli, jaka powinna być temperatura wody. Przygotowują akcesoria, a następnie krok po kroku przygotowują
i przeprowadzają kąpiel lalki aż do końcowego etapu – ubrania lalki (można zatrzymywać film po poszczególnych czynnościach i wykonywać je na bieżąco).

Pomoce dydaktyczne:

laptop z filmem, lalka wielkości niemowlęcia, wanienka, termometr do wody, płyn do kąpieli pielęgnacyjny dla niemowląt, ręcznik frotte dla niemowląt, krem, pampers, ubranko

– Karmienie butelką

„Karmienie butelką” – film uczący jak prawidłowo karmić butelką: uczestnikom może być trudno ułożyć lalkę tak jak na filmie (https://www.youtube.com/watch?v=vzihu-rwczE), ale można tę pozycję zmienić zwracając uwagę na to, żeby zarówno osobie karmiącej, jak i dziecku było wygodnie.

Uczestnicy przygotowują mleko w proszku: sprawdzają na opakowaniu jak przygotować mleko, a następnie wykonują tę czynność.

Ćwiczą w praktyce karmienie lalki przygotowanym uprzednio mlekiem zwracając uwagę na: wygodną pozycję opiekuna, odpowiednie ułożenie lalki z główką wyżej niż reszta ciała, przykładanie jej prostopadle butelki.

Pomoce dydaktyczne:

lalka wielkości niemowlęcia, laptop z filmem, ciepła przegotowana woda, butelka, mleko w proszku

– Karmienie piersią

„Karmienie noworodka metoda tradycyjna” – filmik o karmieniu piersią. Prowadzący zwraca uwagę, że film jest tylko poglądowy i ta umiejętność nie będzie ćwiczona, bo jedynie matki karmią piersią.

Pomoce dydaktyczne:

laptop z filmem

– Zabawa z dzieckiem

Prowadzący pokazuje uczestnikom rekwizyty do zabawy z niemowlęciem, prosi, aby je nazwali i wyjaśnili do czego służą. Można wprowadzić naukę kołysanki, aby uczestnicy wiedzieli, jak uspokoić/uśpić niemowlę.

*Idzie niebo ciemną nocą,*

*ma w fartuszku pełno gwiazd.*

*Gwiazdki błyszczą i migocą,*

*aż wyjrzały ptaszki z gniazd.*

*Jak wyjrzały, zobaczyły,*

*to nie chciały dłużej spać.*

*Kaprysiły, grymasiły,*

*żeby im po jednej dać.*

*Gwiazdki nie są do zabawy,*

*bo by nocka była zła.*

*Jak usłyszy kot kulawy,*

*śpijcie ptaszki, aaa…*

https://www.youtube.com/watch?v=4ODckQXOmhA – link do wersji z podkładem muzycznym

Pomoce dydaktyczne:

laptop z filmami, grzechotka, mata sensoryczna, przytulanka, karuzela

**6. Poruszenie tematyki dziecka niepełnosprawnego/ chorego a dziecka zdrowego**

Prowadzący puszcza uczestnikom filmy i pyta, czy dzieci na filmach są zdrowe.

– Dzieci z zespołem Downa

https://www.youtube.com/watch?v=XDlWtJKn7Ls – 6-miesięczne dziecko (gaworzenie). Prowadzący pyta, czy dziecko na filmie robi to, co robią też dzieci zdrowe

https://www.youtube.com/watch?v=yGJg1CBpeog – 8-miesięczne dziecko. Prowadzący pyta co dziecko umie, czy potrafi to, co zdrowe dzieci? (uśmiech, patrzenie, machanie rączkami)

Podsumowuje: dzieci z zespołem Downa (oraz dzieci z innymi chorobami w zależności od choroby) potrafią robić niektóre rzeczy tak dobrze, jak dzieci zdrowe. Mogą jednak wykonywać te rzeczy trochę później albo z dodatkową pomocą.

Pyta: „Jak sądzicie, czego dodatkowego, jakiej dodatkowej pomocy może potrzebować np. takie dziecko
z zespołem Downa?” (rehabilitacja, ćwiczenia, leki, wizyty lekarskie, nauka mowy – logopeda). „Czy to jest drogie/za darmo? Czy jest łatwe?”

Pomoce dydaktyczne:

laptop z filmami

– Porównanie nauki siadania u dziecka zdrowego oraz z zespołem Downa

Prowadzący puszcza uczestnikom film (https://www.youtube.com/watch?v=l0AKX58q5z4) i pyta, co dziecko robi, czy to jest łatwe, czy trzeba je tego uczyć (na filmie pokazane jest, jak dziecko zdrowe siada samodzielnie). Zdrowe niemowlęta same uczą się siadać. Ale czy dzieci chore również same uczą się wszystkich czynności? Puszcza film z rehabilitacji dziecka z zespołem Downa – nauka siadania (https://www.youtube.com/watch?v=tWpyGROO7Rc). Pyta, czy to jest dla tego dziecka proste? Co ono robi? Czy się śmieje/płacze? Czemu tak reaguje – czy je coś boli? Czy to jest proste mieć dziecko chore?

Pomoce dydaktyczne:

laptop z filmami

– Dzieci z mózgowym porażeniem dziecięcym

Prowadzący pokazuje blog prowadzony przez rodziców dziecka z mózgowym porażeniem dziecięcym (http://sypianska.pl/siedzisko-dla-dziecka-z-mpd/).

Pyta uczestników: „Czy dziecko z MPD potrzebuje czegoś innego niż dziecko zdrowe? A może czegoś innego niż dziecko z zespołem Downa? Czy każde dziecko potrzebuje tego samego? A czy dzieci z MPD bawią się podobnymi rzeczami?” Podsumowuje: „Potrafiąc opiekować się dzieckiem zdrowym będzie nam łatwiej zająć się dzieckiem chorym. Pewne akcesoria/osiągnięcia/zabawy są takie same lub podobne u wszystkich dzieci, jednak dzieci chore potrzebują dodatkowych pieniędzy, zajęć, czasu, akcesoriów.

Prowadzący pyta uczestników, czy potrafią zająć się zdrowym dzieckiem i czy potrafiliby zająć się chorym.

Pomoce dydaktyczne:

laptop z filmami

**7. Podsumowanie bloku tematycznego – filmik o osiągnięciach zdrowego rocznego dziecka**

 https://www.youtube.com/watch?v=6EH24CtytLY

Pomoce dydaktyczne:

laptop z filmem

## WARSZTAT: ASERTYWNOŚĆ

*Autorka: Izabela Fornalik*

**Cele warsztatu:**

– nauka szukania pomocy w sytuacjach nagabywania

– wyjaśnienie, w jakich sytuacjach należy mówić nie

– nauka odmawiania i schematu „nie, ucieknę, powiem komuś”

– wyjaśnienie, co to jest zły dotyk

**Charakterystyka grupy:** grupa mieszana (8 osób, od 16 lat wzwyż, osoby z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim i umiarkowanym)

**Czas trwania:** 1 godzina

## OPIS ĆWICZEŃ

**1. Asertywność – co oznacza?**

Prowadzący zadaje pytanie uczestnikom: „Co to znaczy być asertywnym?” W zależności od odpowiedzi wyjaśnia, że „być asertywnym oznacza umieć powiedzieć nie w sytuacjach, gdy ktoś namawia nas do czegoś, czego nie chcemy, gdy coś jest dla nas nieprzyjemne i niekomfortowe”. Uczestnicy podają przykłady takich sytuacji: gdy ktoś częstuje nas alkoholem, a nie chcemy pić; gdy chce nas dotykać w intymnych miejscach lub uprawiać seks, a my tego nie chcemy; gdy osoba obca proponuje nam wyjście w ustronne miejsce;
gdy ktoś poznany przez internet namawia nas na spotkanie lub prosi o przesłanie intymnego zdjęcia i in. Istotne jest, by podawać sytuacje bliskie osobom biorącym udział w zajęciach.

Prowadzący prezentuje różne sposoby odmawiania: słowami, gestami, przy użyciu symboli.

Pomoce dydaktyczne:

prezentacja multimedialna

**2. Dobry i zły dotyk**

Rozmowa na temat tego, czym jest dobry a czym zły dotyk: „Ludzie okazują sobie czułość i to, że się kochają, poprzez dotyk. Przytulają swoje dziecko, obdarzają je pocałunkami, biorą je na kolana. To jest dobry dotyk. Kiedy dwoje dorosłych ludzi się kocha, również okazuje sobie uczucia całując się, przytulając, śpiąc razem, uprawiając seks. To też jest dobry dotyk, jeśli dwie osoby wyrażają na niego zgodę. Zły dotyk jest wtedy, gdy dorosły dotyka dziecko w miejsca intymne, całuje je tam, wkłada różne przedmioty w pochwę, odbyt, dotyka dziecko swoimi genitaliami” (można opisać wszystkie możliwe sytuacje).

„Zły dotyk jest wówczas, gdy dorosły dotyka w miejsca intymne innego dorosłego, który czuje się z tym źle, nie wyraża na ten dotyk zgody.”

Uczestnicy podają różne sposoby reagowania, gdy ktoś zachowuje się w opisany powyżej sposób.

Pomoce dydaktyczne:

brak

**3. Jak powiedzieć „nie”?**

Prowadzący odgrywa wraz z uczestnikami scenki, w których namawia uczestników do różnych zachowań naruszających ich intymność i testuje ich reakcje (czy mówią „nie”, czy dają się namówić na dane zachowanie). Przykładowe scenki:

– namawianie do umówienia się z osobą obcą poznaną na przystanku, w parku, na ulicy

– namawianie na rozebranie się za pieniądze

– namawianie na zrobienie zdjęcia bez ubrania i przesłanie do swojej partnerki/partnera

– namawianie na przesłanie zdjęcia intymnych części ciała przez internet

– namawianie do seksu

Podczas odgrywania scenek prowadzący uczy uczestników schematu postępowania:

– NIE! Nie chcę! (Nie dotykaj mnie!) itp.

– UCIEKNĘ! (w zależności od sytuacji: ucieknę do pokoju, gdzie śpi mama, na korytarz itp.)

– POWIEM KOMUŚ! (mamie, tacie, pani w szkole, terapeucie… – w zależności od indywidualnej sytuacji podopiecznego)

Tłumacząc dany schemat postępowania można wykorzystać pytania sprawdzające. Można zmieniać ich treść: co byś zrobił, gdyby wujek się przy tobie rozebrał? Co byś zrobił, gdyby znajomy kazał ci się rozebrać i dotykał twojego penisa? Co byś zrobił, gdyby ciocia położyła się z tobą spać i zaczęła wkładać ci rękę pod pidżamę? Co byś zrobiła, gdyby tata kolegi kazał ci dotykać jego penisa? Co byś zrobiła, gdyby sąsiad wszedł do łazienki i chciał ci robić zdjęcia podczas kąpieli?

Pomoce dydaktyczne:

stroje do odgrywania ról, lalki, prezentacja multimedialna

## WARSZTAT: ODPOWIEDZIALNE DECYZJE

*Autorka: Anna Janowska*

**Cele warsztatu:**

– zapoznanie uczestników z tematyką bezpiecznego seksu

– zapoznanie uczestników z tematyką chorób przenoszonych drogą płciową

– zapoznanie uczestników z przebiegiem wizyty u ginekologa

– zapoznanie uczestników ze sposobami zapobiegania nieplanowanej ciąży

– zapoznanie uczestników z tematyką konsekwencji i odpowiedzialności

– nauka podejmowania odpowiedzialnych decyzji – trening ekonomiczny

– zapoznanie uczestników z tematyką odpowiedzialnego rodzicielstwa

**Charakterystyka grupy:** grupa mieszana (8 osób, od 16 lat wzwyż, osoby z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim i umiarkowanym)

**Czas trwania:** 2,5 godziny

## OPIS ĆWICZEŃ

**1. Odpowiedzialne zachowania seksualne**

Prowadzący prosi uczestników o trzykrotne wylosowanie z worka karteczki i przeczytanie na głos tego, co jest na niej napisane (lub sam odczytuje na głos). Prosi o zostawienie sobie tylko tych kartek, których opisy kojarzą im się z seksem. Następnie odkrywa tablicę, na której jest podział na odpowiedzialne zachowania seksualne i ryzykowne zachowania seksualne. Prosi, aby uczestnicy przykleili swoje kartki na tę stronę tabeli, która wydaje się dla nich właściwa.

|  |  |
| --- | --- |
| Odpowiedzialne zachowania seksualne | Ryzykowne zachowania seksualne |
| PREZERWATYWAPIGUŁKI ANTYKONCEPCYJNEWIZYTA U GINEKOLOGAMAŁŻEŃSTWOCZUŁOŚĆZAUFANIESPIRALA DOMACICZNA | KŁÓTNIEZDRADANIEPLANOWANA CIĄŻACHOROBA MIEJSC INTYMNYCHPRZEMOCSPOTKANIE Z NIEZNAJOMYM/ NIEZNAJOMĄ |

Po umieszczeniu haseł w odpowiednich miejscach prowadzący zadaje pytania:

– „Kiedy seks można nazwać ryzykownym?” Prowadzący prosi uczestników o wymienienie punktów z tabeli, po czym wraz z uczestnikami za pomocą scenek korygują zachowania dla uzyskania odpowiedzialnych zachowań

– „Kiedy seks można nazwać bezpiecznym?” Prowadzący prosi uczestników o odczytanie haseł z tabeli i prosi ich o odegranie scenek przedstawiających odpowiedzialne zachowania seksualne

Pomoce dydaktyczne:

– worek nieprzeźroczysty,

– kartoniki z hasłami (3 razy więcej niż uczestników)

– przygotowana tabela z podziałem na bezpieczne i ryzykowne zachowania seksualne

– stroje i lalki do przeprowadzenia scenek

**2. Antykoncepcja**

Prowadzący pokazuje uczestnikom slajdy o antykoncepcji. Mówi o tym, że antykoncepcja to sposób zapobiegania nieplanowanej ciąży. Przy każdym ze slajdów krótko opowiada o danej metodzie.

Prowadzący informuje uczestników, że tylko jedna z tych metod pełni dodatkową funkcję – zapobiega przenoszeniu chorób drogą płciową. Pyta uczestników czy wiedzą, która to metoda. Po uzyskaniu odpowiedzi prowadzący jeszcze raz powtarza nazwę ,,PREZERWATYWA” pokazując zamknięte opakowanie prezerwatyw.

Prowadzący zadaje pytania:

– Czy wiecie jak prawidłowo się jej używa?

– Na co należy zwrócić uwagę, kiedy chce się użyć prezerwatywy?

Prowadzący prezentuje film pokazujący jak prawidłowo używać prezerwatyw. Po obejrzeniu filmu prowadzący prosi chętnych uczestników, by spróbowali w prawidłowy sposób nałożyć prezerwatywę na fantom penisa, sam wykonuje zadanie jako pierwszy.

Pomoce dydaktyczne:

– pokaz slajdów

– zapakowane prezerwatywy oraz w miarę możliwości inne środki antykoncepcyjne

– film dot. nakładania prezerwatywy (https://www.youtube.com/watch?v=3QO\_XKtEDW0)

– fantom penisa

**3. Choroby przenoszone drogą płciową**

Prowadzący pyta grupę: „Po czym można poznać, że miejsca intymne są chore?” Prowadzący rozkłada przed uczestnikami wydrukowane slajdy i prosi, by rozdzielili te, które dotyczą kobiet od tych dotyczących mężczyzn. Kolejno wyświetla obrazki na rzutniku omawiając poszczególne objawy. Informuje, że lekarzem, który leczy kobiety jest ginekolog, a mężczyzn – urolog. Prezentuje krótki film o wizycie u ginekologa.
Po prezentacji zadaje uczestnikom pytanie „Kiedy jeszcze możemy zwrócić się do ginekologa?” Odpowiedzi:

– brak miesiączki

– gdy planujemy pierwszy stosunek płciowy

– gdy mamy pytania o nasze miejsca intymne

– gdy mamy objawy chorobowe miejsc intymnych

– gdy podejrzewamy, że jesteśmy w ciąży

– gdy planujemy zajść w ciążę

Pomoce dydaktyczne:

– pokaz slajdów – choroby przenoszone drogą płciową

– film wizyta u ginekologa (https://www.youtube.com/watch?v=kC47amQEsmo)

**4. Odpowiedzialne decyzje**

Prowadzący informuje, że czasami może się zdarzyć, że ktoś podejmie niewłaściwą decyzję uprawiając ryzykowny seks. Może się wtedy zdarzyć, że kobieta zajdzie w ciążę. Co można wtedy zrobić?

Wspólnie z uczestnikami odgrywa scenki z wykorzystaniem lalek.

Uczestnicy nadają lalce imię, np. Ewa, przyjmując, że jest to kobieta. Imię powinno być różne od imion uczestniczek. Prowadzący prosi, by uczestnicy określili rodzaj ryzykownego zachowania, które podjęła Ewa, korzystając np. z listy ryzykownych zachowań seksualnych. Sam z pomocą dwóch lalek odgrywa tę scenę, po czym prosi kolejne osoby o odegranie roli Ewy. Prowadzący informuje, że Ewa jest w ciąży i pyta z kim Ewa może o tym porozmawiać.

Grupa podaje możliwe osoby (przyjaciółka, chłopak, rodzic, terapeuta), a prowadzący wchodzi w rolę wskazanej osoby zadając Ewie pytania:

– czy zrobiła test ciążowy?

– czy była u lekarza?

– czy potrafi opiekować się dzieckiem?

– czy chce wychowywać dziecko?

Prowadzący wcielając się w rolę wskazanej postaci zadaje Ewie kolejne pytanie: „Jeśli chcesz wychowywać dziecko z partnerem, rodzicami lub sama, czy wiesz o co musisz zadbać?”

Grupa wcielając się w postać Ewy stara się odpowiedzieć na pytanie. Prowadzący w razie konieczności uzupełnia odpowiedzi o zagadnienia:

– pieniądze na utrzymanie

– nauczenie się opieki nad niemowlęciem

– miejsce do zamieszkania

– poszukanie osoby, która pomoże jej w sytuacjach trudnych

Pytanie dodatkowe: „Gdzie taką osobę znaleźć?” (odpowiedź: w Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej). Odkładając lalki prowadzący pyta uczestników: „Czy wiecie, gdzie taki ośrodek jest w waszym mieście?”

Prowadzący zwraca się do uczestników: „Jeśli Ewa stwierdzi, że nie chce wychowywać dziecka, to co może zrobić?”

Po wysłuchaniu odpowiedzi uczestników ewentualnie uzupełnia je o możliwość oddania dziecka do adopcji, informując, że dziecko, które trafia do adopcji będzie miało nowych rodziców, którzy otoczą je troską i będą wychowywali jak swoje własne.

Pomoce dydaktyczne:

– lalki różnych płci

**5. Trening ekonomiczny**

Każdy z uczestników dostaje plik gazetek reklamowych z artykułami z różnych grup towarowych. Prowadzący nawiązując do ćwiczenia z lalkami mówi, że by założyć rodzinę trzeba zadbać o pieniądze na jej utrzymanie. Prosi uczestników, by wycięli z gazetek wszystkie produkty, których potrzebowaliby na jeden dzień życia, a jeśli chcieliby mieć w przyszłości dziecko powinni wyciąć również artykuły potrzebne dla dziecka.

Po wykonaniu zadania prowadzący pomaga wyliczyć wartość wszystkich wyciętych artykułów zapisując je na kartce. Wręcza każdemu z uczestników kartę treningu ekonomicznego i omawia każdy z elementów. Wspólnie wypełniają indywidualne karty prowadząc rozmowę na temat:

– przychodów – renta, praca, zasiłki

– stałych wydatków – opłaty

– planowanych zakupów

– zakupów przyjemnościowych

Po wypełnieniu kart treningu prowadzący dokonuje wraz z grupą podsumowania, po czym zwraca się z uczestników: „Czy wy mielibyście wystarczająco dużo pieniędzy by żyć samodzielnie/wychowywać dziecko?” – dyskusja.

Pomoce dydaktyczne:

– gazetki reklamowe

– nożyczki

– karta treningu ekonomicznego

– długopisy

– kalkulatory

– czyste kartki

**6. Quiz wiedzy o rodzicielstwie**

Prowadzący zwraca się do grupy: „Czy potrafilibyście być odpowiedzialnymi rodzicami?”. Proponuje wykonanie testu wiedzy o rodzicielstwie.

Prowadzący wyświetla na rzutniku kolejne pytania, odczytując je głośno. Prosi uczestników o zapisanie na kartce prawidłowej odpowiedzi. Za każdą prawidłową odpowiedź daje uczestnikowi zielony kartonik, a za złą – czerwony. Po rozdaniu kartoników za konkretne pytanie, podaje prawidłową odpowiedź krótko ją omawiając. Po odczytaniu wszystkich pytań prowadzący dokonuje podsumowania.

Pomoce dydaktyczne:

– kartoniki czerwone i zielone po 10 w każdym kolorze dla każdego uczestnika

– quiz wiedzy o rodzicielstwie pokaz slajdów