



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda

„Sadržaj publikacije isključiva je odgovornost Udruge slijepih Međimurske županije“

SAMOSTALNOŠĆU DO ZAPOŠLJAVANJA

Priručnik za slijepe osobe koje traže posao

SADRŽAJ

[1. Uvod u ESF projekt "Korak Prema Uspjehu" i svrha ovog dokumenta](#)

[2. ZAŠTO SLIJEPE OSOBE TREBAJU RADITI?](#)

[3. KOMUNIKACIJSKE VJEŠTINE](#)

[4. SAMOSTALNOST](#)

[5. POSTAVLJANJE CILJEVA](#)

[6. ZAKLJUČAK](#)

1. Uvod u ESF projekt "Korak Prema Uspjehu" i svrha ovog dokumenta

Projektom "Korak Prema Uspjehu" (Kodni broj: UP.02.1.1.06.0042) **Udruga slijepih Međimurske županije (USMŽ)** u partnerstvu sa Udrugom slijepih Zagreb (USZG) i Udrugom slijepih SMŽ Sisak (US SMŽ) ima dugoročni cilj pridonijeti socijalnoj uključenosti slijepih i slabovidnih osoba na tržištu rada u Hrvatskoj. Vrijednost projekta je 1.389.434,08 HRK. Trajanje projekta je 24 mjeseca.

Glavni elementi projekta su:

1. Element 1: Provedba verificiranih programa obrazovanja,
2. Element 2: Razvoj i provedba programa za osnaživanje
3. Element 3: Jačanje kapaciteta stručnjaka iz socijalnog sektora.

Kroz projekt, nezaposlene slijepe i slabovidne osobe će završavati verificirane programe te soft/transverzalne radionice prilagođene individualnim potrebama ciljne skupine te stječu stručna znanja, vještine i kvalifikacije koje će doprinijeti zapošljavanju na tržištu rada. Osobe iz ove ciljne skupine su završile samo srednju školu i manjka im specijaliziranog zvanja ili karijernog fokusa. Nadalje, nedostaje im mekih i transverzalnih vještina kao što su poslovne komunikacije, neverbalna komunikacija,



UDRUGA SLIJEPIH
MEĐIMURSKE ŽUPANIJE



UDRUGA SLIJEPIH SISAČKO-
MOSLAVAČKE ŽUPANIJE-SISAK
The association of the blind



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda

„Sadržaj publikacije isključiva je odgovornost Udruge slijepih Međimurske županije“
vještine potrebne za traženje zaposlenja, rada na računalu te upravljanje vlastitim vještinama (upravljanje stresom i vremenom) kako bi mogli biti konkurentni za zapošljavanje na otvorenom tržištu.

Stručnjaci iz socijalnog sektora koji će kroz projektne aktivnosti poboljšati svoje metode rada s nezaposlenim slijepim i slabovidnim osobama će biti bolja potpora pri zapošljavanju.

Ovaj je dokument dio materijala za obuku pripremljen u okviru elementa 2 ovog projekta i pripremljen je za slijepe i slabovidne osobe na tržištu rada koje traže mogućnosti karijere, u skladu s 22 korisnika uključenih u projekt.

2. ZAŠTO SLIJEPE OSOBE TREBAJU RADITI?

Integracija slijepih osoba u društvo većinom ovisi o njihovom zapošljavanju, a upravo to je velik izazov za slijepe osobe.

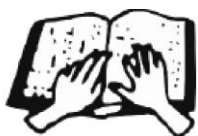
Naravno, slijepe osobe imaju specifične načine svakodnevnog funkcioniranja, no s naglim razvojem tehnologija i povremenom podrškom im je dostupan velik broj zanimanja.

Tako se slijepe osobe mogu kretati uz pomoć GPS-a, a dostupna im je asertivna tehnologija kao što su čitač ekrana, govorna jedinica, brajev redak, brajeva elektronska bilježnica, elektronička povećala.
Ipak, velik broj slijepih je nezaposleno.

Posljedice dugotrajne nezaposlenosti iste su kao i kod svih drugih nezaposlenih osoba, no za slijepe osobe nezaposlenost ima i dublje posljedice. Kao i kod osoba koje vide, nezaposlenost dovodi do zastarjelosti vještina i kompetencija, gubitak socijalnih vještina, nemotiviranost. Kod slijepih osoba naglašenija je društvena izolacija i ekonomska ovisnost. Uz smanjene prihode nedostaju i društveni kontakti i odnosi s većim brojem ljudi, što pak vodi k lošijim socijalnim i komunikacijskim vještinama što zatvara krug otežanog pronalaska posla.

Brojni primjeri slijepih osoba koje rade ukazuju na bolju kvalitetu života, bolju integraciju u društvo, bolji opći osjećaj samopouzdanja i samopoštovanja. Društveni doprinos i osjećaj neovisnosti sigurno tu imaju veliku ulogu, pa se može reći da kvaliteta života mladih uvelike ovisi o njihovom zapošljavanju. Rijetke su mlade osobe koje su zadovoljne ostankom kod kuće s roditeljima gdje imaju vrlo malo obaveza, još manje odgovornosti, a najmanje samostalnosti.

Dobri efekti integracije djece s teškoćama u redovne osnovne škole se gube ako slijepe mlade osobe nakon školovanja ostaju kod kuće ekonomski ovisni o državnoj skrbi i



UDRUGA SLIJEPIH
MEĐIMURSKE ŽUPANIJE



UDRUGA SLIJEPIH SISAČKO-
MOSLAVAČKE ŽUPANIJE-SISAK
The association of the blind



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda

„Sadržaj publikacije isključiva je odgovornost Udruge slijepih Međimurske županije“
roditeljima. Bez zaposlenja nema uspješne integracije osoba s invaliditetom u društvo, stoga teško možemo govoriti o ravnopravnosti s ostalim članovima društva ako tu ravnopravnost ne ostvarujemo na svim područjima, kao što je (ekonomska i financijska) briga o sebi, neovisnost, korisnost. Rad doprinosi zadovoljenju osnovnih potreba svakog čovjeka, a kod slijepih osoba je naročito važno zadovoljenje društvenih potreba, budući da se socijalni kontakti kod slijepih teže ostvaruju. Nadalje, radom se podiže društveni status osobe, samopoštovanje i osjećaj vrijednosti, ispunjenje kreativnih i radnih potencijala, a što je kod slijepih osoba kao i drugih osoba s invaliditetom i marginaliziranih osoba najvažnije - uspjesi na radnom mjestu suzbijaju predrasude.

Posljedica nezaposlenosti može dakle biti ne samo financijsko siromaštvo, nego i socijalno. Slijepa mlada osoba teže spontano ostvaruju kontakt s drugim mladim ljudima iako kao i svi drugi imaju za to potrebu, a socijalna isključenost vodi k nezadovoljstvu i nesigurnosti. Rad doprinosi razvijanje pozitivne slike o sebi, što pak sprječava psihičke teškoće i nepoželjna ponašanja, a fizička aktivnost doprinosi fizičkom zdravlju i sprječavanju prekomjerne težine s čime mnogi slijepi imaju problema zbog neaktivnosti i sjedilačkog načina života.

Mlade osobe se počinju navikavati na način života ekonomski ovisan o drugima, socijalne vještine se gube, kompetencije koje su stekli su sve manje tražene na tržištu rada kako vrijeme prolazi, prilike za uspješno zapošljavanje postaju sve manje.

Život s prihodima iz socijalne skrbi nikako nije nešto čemu bi mlada osoba trebala težiti, takav način života je stigmatizirajući zbog svih gore navedenih razloga, a često čujemo iz okoline upravo suprotna stajališta. Stajalište koje često čujemo upravo iz obitelji slijepih osoba: "ne trebaš raditi ako od države možeš dobiti novac" je diskriminirajući i ponižavajući, jer rad je temeljno ljudsko pravo. Za većinu slijepih osoba društvena zajednica i država ne trebaju brinuti, oni su sposobni brinuti se sami za sebe uz povremenu i manju podršku. Ne zbog ostvarenja svojih prava na socijalnu skrb, financijsku podršku i obveze društvene zajednice da se brine o "slabijima", nego zbog samoostvarenja, ravnopravnosti i svrsishodnog načina života.

Gotovo sve slijepa osoba su prošle neki oblik rehabilitacije, bilo institucionalne bilo neformalne u sklopu projekata udruga. Europska unija već godinama izdašno financira projekte poticaja zapošljavanja osoba s invaliditetom, no bez obzira na velika financijska i stručna ulaganja Europske unije u zapošljavanje osoba s invaliditetom, velik dio slijepih osoba, pogotovo mladih, nije zaposleno.

Naravno da predrasuda još uvijek ima više nego dovoljno u društvu, ali dio problema leži i u kompetencijama slijepih osoba i njihovoj spremnosti za tržište rada. Profesionalno usmjeravanje i/ili rehabilitacija mladih osoba nisu uvijek usmjerene lakšem zapošljavanju, a ako k tome dodamo i druge prepreke s kojima se slijepa osoba susreće, kao što su logistički problemi (na primjer prijevoz do posla) i predrasude, ne čudi što je uspješna zaposlenost slijepih osoba niska.



UDRUGA SLIJEPIH
MEĐIMURSKE ŽUPANIJE



UDRUGA
SLIJEPIH
ZAGREB

UDRUGA SLIJEPIH SISAČKO-
MOSLAVAČKE ŽUPANIJE-SISAK
The association of the blind



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda

„Sadržaj publikacije isključiva je odgovornost Udruge slijepih Međimurske županije“

U Udruzi slijepih Međimurske županije se sustavno radi na provedbi brojnih projekata koji bi mladima pomogli u uključivanju na tržište rada, mladi su sudjelovali na brojnim radionicama, pa čak i prekvalifikacijama za zanimanja primjerena slijepim osobama, no za sad s malim brojem uspjeha na području zapošljavanja. Postavlja se pitanje zašto tolika sredstva uložena u rehabilitaciju i podršku u zapošljavanju nemaju značajniji rezultat.

Analizom velikog broja publikacija o zapošljavanju slijepih osoba, a i direktnim kontaktom sa članovima Udruge slijepih Međimurske županije, uočljive su dvije glavne vještine (uz stručnost na pojedinom području) koje su ključne da bi mlada osoba bila našla posao. To su komunikacijske vještine i samostalnost.

3. KOMUNIKACIJSKE VJEŠTINE

Zašto slijepe osobe trebaju vježbati svoje komunikacijske vještine iako nemaju objektivnih prepreka u verbalnoj komunikaciji?

Zašto je dobra komunikacija teška za slijepe osobe iako na prvi pogled nema problema?

Zato što postoje dvije vrste komunikacijskih vještina: verbalna i neverbalna. Uz pažljivo birane riječi i rečenice, važno je savladati i izraze lica, geste, položaj tijela.

Verbalnom komunikacijom dobivamo vrlo malo informacija - prema nekim istraživanjima 7 - 20%, a ostatak dobivamo neverbalnom komunikacijom:

- izrazom lica
- položajem tijela
- pogledom, kontaktom očiju, osmijehom
- načinom disanja
- tonom govora.

Jasno je da su slijepe osobe u velikom dijelu zakinite za ono što je sugovornik zapravo htio reći i do njih dopire uvelike "suha" informacija, dok je neverbalna informacija mnogo bitnija u prenošenju poruke.

Osim toga, komunikacija obuhvaća i općenito razumijevanje naše okoline i slojevit je proces.

Slijepa osoba čak i ako je svladala i verbalnu i neverbalnu komunikaciju, teško dolazi do informacija o sugovorniku ili publici - jesu li stari ili mladi, više muškaraca ili žena i brojne druge karakteristike koje osobe koje vide mogu upotrijebiti u komunikaciji. Lakše je započeti razgovor ako znate da vas netko gleda i smiješi vam se, ako vidite neku značajku na drugoj osobi koja može biti poticaj za razgovor, ako vidite nešto u okolini o čemu možete povesti komunikaciju.



UDRUGA SLIJEPIH
MEĐIMURSKE ŽUPANIJE



UDRUGA SLIJEPIH SISAČKO-
MOSLAVAČKE ŽUPANIJE-SISAK
The association of the blind



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda

„Sadržaj publikacije isključiva je odgovornost Udruge slijepih Međimurske županije“

Društveno prihvatljivo ponašanje koje je osobama koje vide samo po sebi razumljivo, slijepe osobe trebaju učiti i vježbati jer mnoge situacije se ne mogu učiti oponašanjem. Na primjer, okrenuti i dignuti glavu prema onome koji govori, ustati kad se pruža ruka prilikom upoznavanja i slično. Obilježje slijepih osoba je i siromaštvo izraza lica i neverbalne komunikacije, pa se često kod osoba koje nemaju iskustva s komunikacijom sa slijepim osobama to tumači kao nepristojnost i nezainteresiranost. Samo nepostojanje kontakta očima je jedna od najvažnijih stvari zašto je osobama koje vide neugodno razgovarati sa slijepim osobama.

Svaka osoba ima svoj način komunikacije, nekima je dobra komunikacija "urođena", neki ne vole komunicirati, kao i kod svi ostali i slijepi su neki introverti, neki ekstroverti. Mlade slijepe osobe su naravno različite kao i sve druge mlade osobe, no zbog specifičnosti činjenice da im je neverbalna komunikacija otežana, potrebno je vježbati niz vještina koje olakšavaju dobru percepciju slijepih osoba. Neke od tih vještina su sposobnost vođenja malih razgovora, pristojnost u razgovoru, empatija, zanimanje za druge osobe, postavljanje pitanja, aktivno slušanje.

Dobra komunikacija je vještina koja se može vježbati i usavršavati, a temelji se stvaraju u djetinjstvu. Koliko će ta vještina biti zastupljena kod osobe ovisi o tome koliko brzo se djeca sprijateljuju, kako se lako i prirodno pridružuju novim osobama. Dijete koje je imalo manje prilike vježbati tu vještinu, imat će veći izazov u uspješnoj komunikaciji kasnije. Slijepe djeca obično imaju manji krug vršnjaka s kojima komuniciraju u slobodno vrijeme, onemogućeni su u velikom broju aktivnosti kojima se djeca bez oštećenja bave, pa je stoga potrebno veću pažnju posvetiti vježbi komunikacijskih vještina.

Komunikacija na poslu

Upravo slijepe osobe često rade na poslovima koje uključuju mnogo komunikacije. Uz smanjen izbor zanimanja koja ne uključuju vid, smatra se da činjenica da su slijepe osobe verbalne osigurava uspjeh na takvim poslovima. Zbog teškoća u neverbalnoj komunikaciji to nije samo po sebi razumljivo.

Slijepe osobe koje su samostalne i koje imaju dobre komunikacijske vještine su i uspješne na poslu i susreću se s mnogo manje predrasuda. Kao i kod ostalih zaposlenika i kod slijepih osoba postoji različitost u kvaliteti obavljanja posla, u znanju i vještinama, no zbog malog broja slijepih osoba koje poslodavci i kolege susreću, svako obilježje rada slijepe osobe se često pretvara u bilo pozitivnu ili negativnu generalizaciju.

Bez obzira na stručnost prilikom traženja posla, loše komunikacijske vještine su velika prepreka za uspješan razgovor za zapošljavanje, te za uspješnost obavljanja posla. Poslodavci navode komunikacijske vještine kao jednu od najvažnijih tema na razgovoru za posao. Većina poslodavaca kao jedan od zahtjeva za zaposlenika ima "dobro razvijene komunikacijske vještine". Mogućnost rada u timu i suradnja s kolegama je potrebna u svakom poslu. Ako uspješno komunicirate na poslu i



UDRUGA SLIJEPIH
MEĐIMURSKE ŽUPANIJE



UDRUGA
SLIJEPIH
ZAGREB

UDRUGA SLIJEPIH SISAČKO-
MOSLAVAČKE ŽUPANIJE-SISAK
The association of the blind



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda

„Sadržaj publikacije isključiva je odgovornost Udruge slijepih Međimurske županije“
suradujete s drugim zaposlenicima, poslodavac dobiva dodatnu vrijednost i zaposlenici s tim vještinama su vrlo traženi.

A slijepim osobama je dobra komunikacija još važnija. Naime, dobra komunikacija i dobre socijalne vještine osiguravaju društveno prihvatljivo ponašanje, što pak dovodi do prihvaćanja od strane kolega čija je pomoć i podrška potrebna svakoj osobi koja je na novom radnom mjestu, a podrška je potrebna pogotovo slijepoj osobi koja, ma koliko samostalna bila. U svakom poslu koji će slijepa osoba obavljati je potrebna pomoć i podrška kolega koje vide.

Slijepa osoba s dobrim komunikacijskim vještinama je svjesna svojih mogućnosti i ograničenja i može o tome razgovarati s poslodavcem i kolegama. Isto tako tražit će informacije o poslovima koje treba obaviti, potrebnoj podršci i načinima rješavanja problema.

Osobe, poslodavci i kolege koje se nikad prije nisu susrele sa slijepom osobom teško mogu pretpostaviti što slijepoj osobi treba, koji svakodnevne vještine ima, koliko je samostalna, koja pomagala su joj na raspolaganju. Zato slijepa osoba treba dobro komunicirati i objasniti kako se nosi sa različitim poslovnim i privatnim situacijama. Isto tako treba izraziti očekivanja od poslodavca i kolega ne samo o potrebnoj podršci u profesionalnom smislu, nego i što se tiče odijevanja, neverbalne komunikacije, kvalitete svog rada. Ako slijepa osoba ima potrebne komunikacijske vještine i ako zna izraziti svoje potrebe i očekivanja, spriječit će mnoge predrasude i druge probleme na radnom mjestu jer suočavanje s predrasudama često dovodi do sukoba, iako on nije uvijek izražen.

4. SAMOSTALNOST

Što je samostalnost?

Rehabilitacija slijepa osobe uključuje velik dio savladavanja svakodnevnih vještina. U pripremi za radno iskustvo, svaka slijepa osoba bi trebala savladati niz svakodnevnih vještina koje su usko povezane s radnom aktivnošću. U svakoj radnoj okolini, bez obzira na stručnost, ove osnovne vještine su neophodne. Velika podrška očekuje se od članova obitelji, s obzirom da se ove vještine uče kod kuće kako bi se mogle primijeniti u drugim situacijama, pa tako i u radnom okruženju.

Tijekom rehabilitacije slijepa osobe nauče niz vještina koje im omogućuju samostalan život i povezane su sa uspješnim zapošljavanjem. Najvažnije su samostalno kretanje i program svakodnevnih vještina. Osim toga uči se upotreba različitih pomagala, upotreba računala i drugih računalnih pomagala.

Orijentacija i kretanje slijepih osoba je jedna od najvažnijih vještina. Iako se slijepa osoba samostalno kreću samo po naučenim trasama, samostalno kretanje im omogućava slobodu i neovisnost o drugima.



UDRUGA SLIJEPIH
MEĐIMURSKE ŽUPANIJE



UDRUGA
SLIJEPIH
ZAGREB

UDRUGA SLIJEPIH SISAČKO-
MOSLAVAČKE ŽUPANIJE-SISAK
The association of the blind



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda

„Sadržaj publikacije isključiva je odgovornost Udruge slijepih Međimurske županije“

Svakodnevne vještine su povezane sa zapošljavanjem jer na svakom radnom mjestu osim obavljanja poslova je potrebno i brinuti o svojim stvarima, skuhati kavu ili čaj, naručiti ili servirati ručak za pauzu. Neovisnost o drugima u ovim vještinama doprinosi percepciji drugih o slijepim osobama, suzbija predrasude i podiže samopouzdanje slijepih osoba. Samostalna slijepa osoba se lakše uključuje u društvo i lakše postiže svoje profesionalne ciljeve.

Koliko sŽo samostalni?

Na radionicama o primjerenom ponašanju u društvu u uvodnom dijelu smo povelili razgovor o samostalnosti sudionika. Mladi od 20 - 30 godina su svi naveli da bi Źeljeli biti što samostalniji i da ih roditelji često u tome koče, sprječavanju, onemogućavaju. Zaista, kako će mladi naći posao ako nisu samostalni u kući, u društvu, u odlučivanju? Koji poslodavac će zaposliti mladu slijepu osobu koja se za svaku odluku mora savjetovati s roditeljima?

Samostalnost je temelj zapošljavanja, pritom se ne misli samo na samostalno kretanje, brigu o sebi i svojim potrebama, nego i samostalnost u donošenju odluka, raspolaganju svojim vremenom i novcem - bez toga nema uspješnog zapošljavanja.

Može li si slijepa osoba organizirati svoje radno mjesto ako kod kuće ne zna gdje što stoji, može li nabavljati potrebna sredstva za rad ako ne zna koja je cijena osnovnih namirnica? Može li planirati svoje poslove ako nikad nije trebala planirati kuhanje, pospremanje, obiteljske obaveze? Može li preuzeti odgovornost za svoj rad ako nikad nije imala odgovornost u obitelji? Može li raspolagati sa svojom plaćom kao odrasla osoba ako ne sudjeluje u obiteljskoj kupovini?

Vrlo su pohvalne inicijative za zapošljavanjem slijepih, u što pogotovo Europska unija ulaže velika sredstva, no ako ne odgovor na gore postavljena pitanja NE, zamislimo se o preduvjetima uspješnog zapošljavanja i o stvarnoj situaciji u kojoj su mlade slijepih osobe u trenutku traženja posla. Samostalnost daje osjećaj sigurnosti i samopouzdanja. Svi volimo biti samostalni, nijedno fizičko ograničenje ne nije razlog uskraćivanju tog prava koje djeci i mladima omogućuju da odrastu i postanu neovisni. A samostalnost se uči od najranije dobi i uzrok premale samostalnosti slijepih mladih je često u odnosu odraslih prema njima.

Prevelika zaštita je jedno od glavnih problema u odgoju djece s teškoćama u razvoju. Posebnost djeteta s oštećenjem, kao i posebnost obitelji u kojoj je takvo dijete, često dovodi po ponašanja koje je neprimjereno dobi djeteta i mladih bez obzira na oštećenje. Na dijete se više pazi nego na drugu djecu, više ih se zaštićuje i ne dovodi u situacije iz kojih bi mogli učiti. Radimo li djetetu i mladima uslugu ako im pomažemo u svemu i radimo umjesto njih ono što bi uz vježbu mogli i sami? Zamislite kako biste se vi, kao odrasla osoba osjećali kad vam ukućani ne bi dopustili da donosite odluke, da obavljate brigu o sebi, da vam govore da znaju što je za vas dobro? Teško je pronaći granicu između prezaštićivanja i pružanja pažnje koja je neophodno potrebna. Uloga majke se često mijenja u obitelji i svodi na pomoć djetetu, međutim djeca rastu, a majke nisu tu da bi bile na usluzi, nego da odgoje zdravo dijete koje je samostalno u skladu



UDRUGA SLIJEPIH
MEĐIMURSKE ŹUPANIJE



UDRUGA SLIJEPIH SISAČKO-
MOSLAVAČKE ŹUPANIJE-SISAK
The association of the blind



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda

„Sadržaj publikacije isključiva je odgovornost Udruge slijepih Međimurske županije“ sa svojim mogućnostima. Uz posebnost slijepog djeteta, potrebno je gledati potrebe djeteta, a kasnije i mlade osobe, a nije vjerojatno da će ikoja mlada osoba reći da joj se sviđa što su ovisni o roditeljima.

Djeca normalnog vida često uče oponašanjem: čak i ako ih nitko nije učio pomagati u kući, obavljati osnovne kućanske poslove, mogu se snaći kad ostanu sami, jer su vidjeli kako odrasli to rade. Međutim slijepa djeca moraju sve učiti radom i vježbom, tu nema oponašanja gledanjem. Kućanski poslovi i sudjelovanje u donošenju kućanskih odluka, te vježbe samostalnosti je stvar povjerenja u svoje dijete i pomaže zdravom i cjelovitom razvoju. Samopoštovanje je veće ako djeca i mladi imaju više obaveza u kući. Kućanski poslovi nisu nešto čega slijepu djecu u mlade treba osloboditi, nego važan dio života koji djeci i mladima uskraćujemo poznatom rečenicom: "Ne moraš ti to, ja ću to za tebe učiniti, tebi je ionako dovoljno teško". Pomoć u kućanskim poslovima nije umarajuće za djecu i mlade, to je relaksacija nakon učenja i škole, često odmara bolje nego ležanje i televizor, računalo ili telefon.

Nedostatak vježbanja samostalnosti od najranije dobi dovodi do pasivnosti slijepih osoba i neuključivanja u kućanske poslove i odluke, pa ne možemo očekivati da će se taj obrazac ponašanja prekinuti u trenutku kad mladi slijepi trebaju tražiti posao. Inicijativa, aktivnost, komunikacijske vještine, radne navike - sve je to neophodno u radnom procesu, a mladi s oštećenjem vida su u obitelji često uskraćeni za vježbanje tih vještina. Ovisnost i nesamostalnost, loša slika o sebi, neprimjerena komunikacija, nizak prag tolerancije i društveno neprihvatljivo ponašanje u odrasloj dobi su direktna posljedica prezaštićivanja djeteta.

Djeca i mladi s oštećenjem vida koja polaze Centar Vinko Bek za vrijeme školovanja imaju vrlo intenzivno vježbanje samostalnosti i vještina svakodnevnog života. Međutim, po povratku u roditeljsku kuću, ostaje na roditeljima i upornosti mladih da to primjenjuju u svakodnevnom životu.

TABLICA SAMOSTALNOSTI

Prije traženja zaposlenja, svaka slijepa osoba bi trebala osim samostalnog kretanja savladati neke vještine kod kuće kako bi samostalno i uspješno mogla funkcionirati na radnom mjestu. Pomoću ove tablice slijepa osoba može osvijestiti područja na kojima treba raditi i sustavno postavljati svoje ciljeve na području samostalnosti:

Područja	Samostalno	Uz podršku	Želi naučiti
Odijevanje i održavanje odjeće			
Organizacija ormara i drugih osobnih stvari			
Usklađivanje odjeće po bojama			
Oblačenje			
Hrana			



UDRUGA SLIJEPIH
MEĐIMURSKE ŽUPANIJE



UDRUGA SLIJEPIH SISAČKO-
MOSLAVAČKE ŽUPANIJE-SISAK
The association of the blind

Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda

„Sadržaj publikacije isključiva je odgovornost Udruge slijepih Međimurske županije“

Znanje o potrebnim namirnicama za kućanstvo			
Pronalazak namirnica u dućanu, poznavanje cijena namirnica			
Spremanje u kuhinjske ormariće			
Snalaženje u kuhinji			
Priprema hrane - guljenje, sjeckanje, kuhanje, pečenje			
Postavljanje stola i pospremanje nakon jela			
Pranje posuđa			
Održavanje prostora za život i rad			
Pospremanje svoje sobe i svojih stvari			
Brisanje prašine i usisavanje, pranje poda			
Poznavanje sredstava za čišćenje i njihovo upotrebljavanje			
Glačanje			
Osobna higijena			
Pranje zubi			
Pranje kose i tuširanje			
Rezanje noktiju			
Komunikacija			
Započinjanje razgovora u društvu i s nepoznatim osobama			
Izražavanje svog mišljenja			
Snalaženje u postovima izvan kuće			
Obavljanje poslova u pošti, banci			
Upravljanje novcima, prepoznavanje novčanica i kovanica			
Plaćanje			
Rad u vrtu i dvorištu			
Hobiji i organiziranje slobodnog vremena			
Poznavanje svojih interesa			
Organizacija slobodnog vremena			
Inicijativa u pozivanju prijatelja u posjet i na izlazak			
Odlazak na društvena događanja			





Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda

„Sadržaj publikacije isključiva je odgovornost Udruge slijepih Međimurske županije“

5. POSTAVLJANJE CILJEVA

U radu s mladim slijepim osobama u Udruzi slijepih Međimurske županije se kontinuirano bavimo njihovom samostalnošću, komunikacijskim vještinama i vježbom situacija iz poslovnog okruženja. Mladi su dobivali zadatak povećati samostalnost kod kuće, primijeniti komunikacijske vještine u malim razgovorima kod izlaska u kafić, osmisliti prvi korak u traženju posla i realizirati ga.

Mladi često napominju da je upravo samostalnost područje koje bi željeli poboljšati i o tome su razgovarali sa svojim roditeljima, i od njih tražili podršku u učenju određene vještine. Zadatak Udruge slijepih je redovito podsjećati roditelje i mlade da nastave vježbati samostalnost.

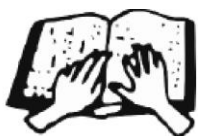
S područja komunikacijskih vještina u Udruzi slijepih se redovito vježba voditi male, lagane, neobvezujuće razgovore u neformalnom okruženju. Vodi se računa o tijeku razgovora, postavljanju pitanja o drugim osobama, nastavljanju razgovora o temi koja je aktualna, slušanju, ne upadanju u riječ, uključivanju u razgovor svih prisutnih. Neformalno druženje u sigurnom okruženju prostora Udruge ili zajedničkom izlasku je dobar način vježbanja ovih vještina.

Svi mladi članovi Udruge slijepih svim srcem žele naći posao. To često navode kao svoj životni cilj. Ipak, gotovo nitko nije poduzeo korake u smjeru aktivnog traženja posla, pa je postavljanje realnih ciljeva i osmišljavanje koraka za postizanje tog cilja važna vještina za pronalaženje posla, a i vrlo korisna vještina u rješavanju većine životnih problema.

Pronalaženje mogućih poslodavaca, slanje motivacijskog pisma i životopisa, telefonski razgovor za informacije, simulacija prvog radnog dana su koraci koje treba poduzeti, a koji se često odgađaju zbog nesigurnosti. Izrada plana i vremenika za postizanje ciljeva pomaže u izbjegavanju opasnosti od vječnog odgađanja poslova.

Čak i kad postavimo jasne i realne ciljeve i utvrdimo korake za njihovo postizanje, najbolja provjera postignutog događa se u grupi. Sami sebi često oprostimo ne pridržavanje plana, za sebe uvijek imamo izgovor. Zato je najbolje svoj plan i vremenik dati grupi na provjeru, redovito se sastajati i javno iznijeti što je obavljeno, a što ne i zašto ne. Mladi koji traže posao trebali bi se redovito sastajati i tako jedni druge motivirati za pridržavanje plana traženja posla.

Poznavanje svojih mogućnosti i ograničenja i uzimanja istih u obzir kod postavljanja ciljeva jedna je od osobina samostalne osobe. Osmišljavanje i provođenje koraka u postizanju ciljeva usko je vezano uz radne navike, samostalnost i proaktivnost, a i to su vještine neophodne u radnom okruženju.



UDRUGA SLIJEPIH
MEĐIMURSKE ŽUPANIJE



UDRUGA
SLIJEPIH
ZAGREB

UDRUGA SLIJEPIH SISAČKO-
MOSLAVAČKE ŽUPANIJE-SISAK
The association of the blind



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda

„Sadržaj publikacije isključiva je odgovornost Udruge slijepih Međimurske županije“

6. ZAKLJUČAK

Ne može se dovoljno naglasiti da su samostalnost i dobre komunikacijske vještine temelj uspješnog zapošljavanja. Svi pozitivni primjeri slijepih osoba koje su uspješne na radnom mjestu imaju zajedničku osobinu da su to osobe koje su samostalne u privatnom životu. Rehabilitacija slijepih koja uključuje samostalno kretanje i svakodnevne socijalne i komunikacijske vještine ima smisla samo ako se te vještine upotrebljavaju i usavršavaju kod kuće i nakon prestanka rehabilitacije. Jasno je da obitelj u kojoj je slijepa osoba ovdje ima veliku ulogu, pa osim usvajanja vještina kod slijepih osoba postoji velika potreba organiziranog rada s njihovim roditeljima, pogotovo u vrijeme kad mlada slijepa osoba završi školovanje i rehabilitaciju kako se naučene komunikacijske vještine i vještine samostalnog života ne bi izgubile, a time i smanjila mogućnost zapošljavanja i osamostaljivanja.

Sadržaj publikacije/emitiranog materijala isključiva je odgovornost Udruge slijepih Međimurske županije (USMŽ).



UDRUGA SLIJEPIH
MEĐIMURSKE ŽUPANIJE



UDRUGA SLIJEPIH SISAČKO-
MOSLAVAČKE ŽUPANIJE-SISAK
The association of the blind