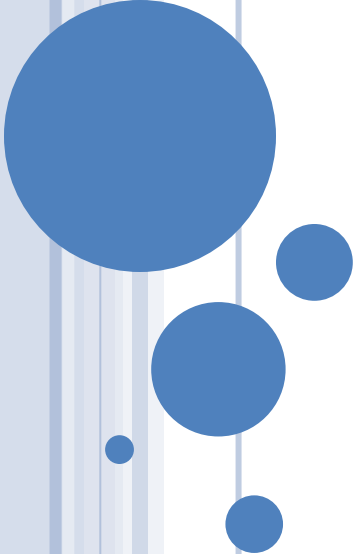




POCZUCIE WŁASNEJ SKUTECZNOŚCI OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI A ICH POZYCJA NA RYNKU PRACY

**Kamilla Karłowicz
Fundacja Avalon**

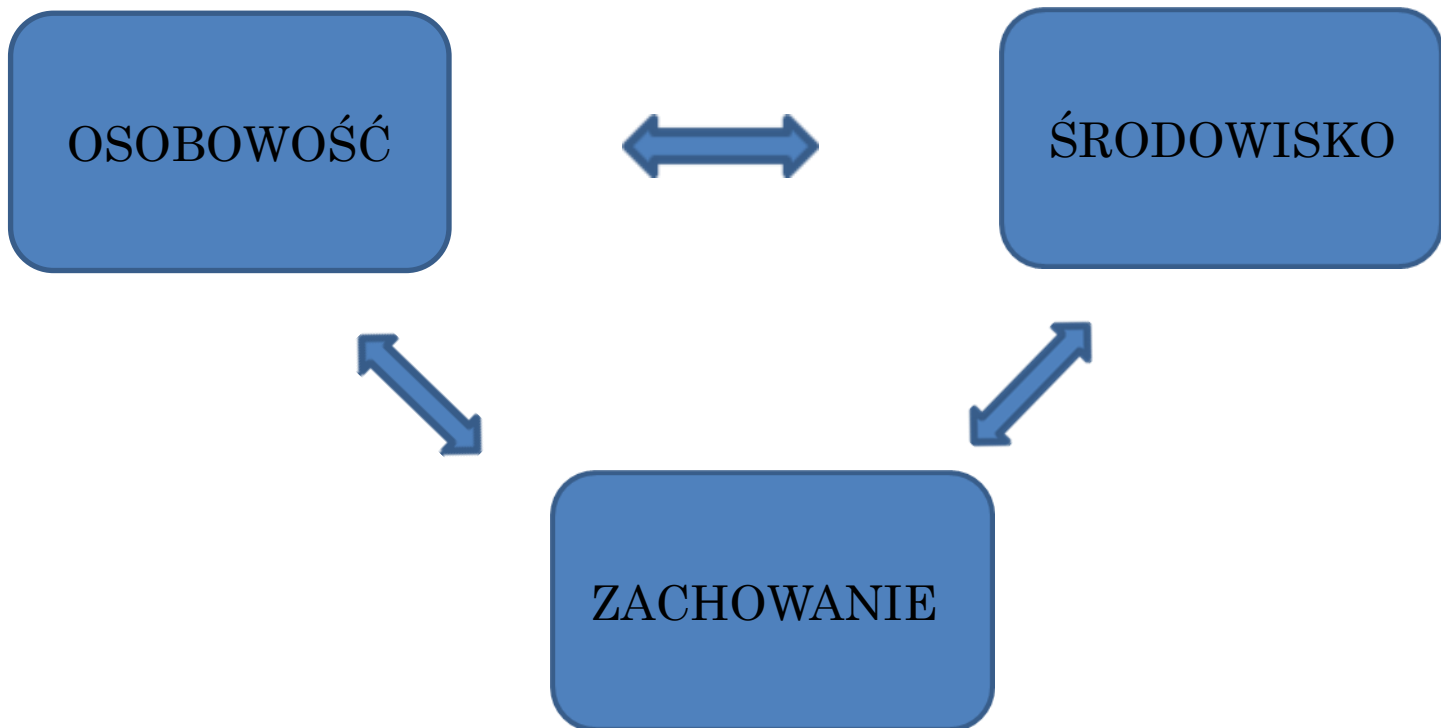


CZYM JEST POCZUCIE WŁASNEJ SKUTECZNOŚCI?

- Wiara, poczucie, że osoba posiada zdolności, zasoby, żeby poradzić sobie w nowych, nieprzewidywalnych sytuacjach.
- Przekonanie o własnej skuteczności jest warunkiem efektywnego działania i decyduje o tym, czy jednostka podejmie działanie, wytrwa w nim a także o tym, jaki wysiłek jest w stanie włożyć w to działanie.



TEORIA SPOŁECZNO-POZNAWCZA BANDURY



WYZWANIA, Z KTÓRYMI MIERZĄ SIĘ RODZINY OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI

Medyczne	Architektoniczne	Zawodowe
Relacje	Edukacyjne	Finansowe
Relaks	Osobiste	...



JAK BUDOWAĆ ODPORNOŚĆ PSYCHICZNĄ I POCZUCIE WŁASNEJ SKUTECZNOŚCI U OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI?

- Odporność psychiczna to zdolność człowieka do radzenia sobie z wyzwaniami, presją i trudnościami, która determinuje jego odporność na stres (Dr Peter Clough)
 - ✓ W domu/rodzinie
 - ✓ W szkole
 - ✓ W pracy
 - ✓ Na warsztatach/ z psychologiem



ROLA WSPARCIA PSYCHOLOGICZNEGO OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI I ICH RODZIN

- Po co psycholog?
 - Potrafi spojrzeć z dystansem na sytuację rodziny
 - Zna metody radzenia sobie w trudnych sytuacjach
 - Może zapobiec wyuczonej bezradności
 - Może wspierać każdego członka rodziny jako indywidualną jednostkę
 - ...



OSOBA Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ W PRZESTRZENI SPOŁECZNEJ I ZAWODOWEJ

Osoba, która:

- Wierzy w siebie
- Zna swoje mocne i słabe strony
- Podejmuje wyzwania
- Podnosi się z porażek
- Prosi o wsparcie i oferuje wsparcie
- Jest otwarta na doświadczenia
- Docenia siebie i innych
- Sprawnie się komunikuje

jest najlepszym rzecznikiem siebie samej i innych osób z niepełnosprawnościami w przestrzeni publicznej



Droga Do Aktywności



- Projekt Fundacji Avalon
 - ✓ 5 miesięcy pracy
 - ✓ Warsztaty coachingowe
 - ✓ Warsztaty psychoedukacyjne
 - ✓ Warsztat dla bliskich
 - ✓ Spotkania indywidualne z psychologiem
 - ✓ Spotkania indywidualne z doradcą zawodowym
 - ✓ Wyjścia integracyjne (kino, teatr, muzeum, filharmonia, gra miejska, restauracja)



KORZYŚCI Z AKTYWIZACJI SPOŁECZNEJ I ZAWODOWEJ

- Indywidualne
- Rodzinne
- Społeczne
- Ekonomiczne
- Polityczne
- ...



DZIĘKUJĘ

