**小组活动**

|  |  |
| --- | --- |
| **活动类型/标题** | 竞走 |
| **总时间** | 1小时 |
| **场地要求** | 宽敞的空间，最好是室外或大厅 |
| **材料要求** | 无需材料 |
| **其它支持** | 无需其它支持 |

**介绍**

本练习是对一个社区或社会及其发展的模拟。人人最初都是平等的，但最后结果却大相径庭。练习后的汇报让学员反馈存在于残疾人与普通人以及不同障碍程度人士之间的差别。特点和问题应该加以改编，以适应练习所在地的环境，增加练习的相关性。

练习时间最好为一小时，以预留足够实践进行讨论和汇报。在电脑幻灯片演示期间，出现的问题将在围绕歧视和平等讨论复杂概念时有所帮助。

将所有人带至户外（如果室内空间不够大），给每个学员一张写有某个具体社区特点的纸。根据参与练习的学员人数调整特点，以便妥善分配性别和障碍程度。

**建议特点**

*特点应该根据培训所在的国家或地区作出调整。*培训师可能希望在活动之前与小组成员简要讨论国家的情况，以便所有学员都对发展水平和一些残疾人面临问题有着类似程度的理解。如果培训课程为国际性会议（学员来自多个地区），培训师应该设定一个具体地区，为小组活动提供背景信息。

一些问题可能必须根据年龄进行调整：例如，“没有人帮助我也可以投票”应改为“没有帮助我也将可以投票”。

1. 男性社区领袖，62岁
2. 拥有独立收入的盲人，65岁
3. 女商人，32岁
4. 接受补贴的男人，坐轮椅，72岁
5. 失聪妇女，没有补贴，没有收入，30岁
6. 男性社会心理障碍患者，住在精神病院，25岁
7. 失业妇女，正在照顾需要坐轮椅的儿子，40岁
8. 失业男人，患有唐氏综合症，HIV携带者，25岁
9. 患有孤独症的女孩，住在贫穷乡村
10. 失业男人，30岁
11. 男性社会事务部部长，45岁
12. 男孩，父母拥有稳定收入，12岁
13. 妇女，国际NGO负责人，40岁
14. 生理和社会心理残疾的乞丐女孩，12岁
15. 男性大学毕业生，25岁
16. 女性大学毕业生，生理残疾，30岁
17. 盲人男议员，45岁
18. 男性，HIV阳性青少年
19. 做小生意的妇女，45岁
20. 社会心理残疾妇女，无独立收入，65岁

**陈述**

如果你认为以下陈述与自己相关，请上前一步。如果你认为以下陈述与自己不相关，请退后一步。

1. 我可以在社区内自由行动
2. 我可以自主购买并出售房产
3. 我可以接受主流教育
4. 我可以在没有帮助的情况下投票
5. 我可以获得微型贷款
6. 我没有生活在暴力或性虐待的恐惧之中
7. 我可以自由选择能够负担得起的医疗服务
8. 我可以在任何满足资格的地方工作
9. 我为社区政策问题提供意见
10. 我可以接受职业和继续培训，包括参加研讨会
11. 我的权利得到法律认可
12. 我不怕言语虐待
13. 我可以自由选择是否要孩子，要几个
14. 我可以独自外出
15. 我拥有自己的生意
16. 我领着最低工资或稍多一些
17. 我可以在失业期间养活自己
18. 我可以在需要的情况下获得或支付得律师费用
19. 我可以获得格式容易阅读和理解的信息
20. 我一般在媒体上呈现积极的形象
21. 我不担心老年时能否获得社会支持