

# ПАМЯТКА ВОЛОНТЕРА

О чем стоит помнить, помогая окружающим



## ОБЩИЕ ПРАВИЛА:

- ✓ Волонтер – это человек, который совершает благое дело **БЕЗВОЗМЕЗДНО!**
- ✓ Не ждите благодарностей. Если вы что – то делаете, то это не одолжение. То, что вы делаете, вы делаете для себя, помните об этом.
- ✓ Уважайте правила жизни учреждения, в которое вы приходите. Помните, что вы на чужой территории.
- ✓ Помните, что ваша помощь способна изменить мир лишь совсем чуть-чуть, а не окончательно, поэтому будьте готовы заранее к разочарованиям, они в этой работе неизбежны.
- ✓ Если у вас возникают проблемы, не пытайтесь решить их самостоятельно: вы всегда можете обратиться за советом к более опытным товарищам, координаторам волонтерской группы или психологам. Чем спокойнее и гармоничнее вы будете, тем больше вы сможете сделать.
- ✓ Не превращайтесь в рыцаря-одиночку, это трудно, но это позволяет избежать крупных ошибок и действовать эффективно.
- ✓ Волонтер должен всегда помнить, что важно не только помочь, но и не навредить. Не спешите делать добро, иначе оно может превратиться в зло. Сначала полностью изучите ситуацию, проанализируйте ее, определите для себя, сможете ли вы помочь этому ребёнку, чем, в каком порядке и как быстро.
- ✓ Помните, помочь можно только тому, кто сам хочет помочь себе, иначе вы просто посадите его себе на шею.
- ✓ Никого из опекаемых не пускайте в свою личную жизнь, дом, не давайте домашний телефон, иначе вы лишитесь части авторитета и крепости, которая даёт вам силы.
- ✓ Стоит иметь в виду, что вас ждут неудачи и разочарования, не надо ждать 100% результата. Его от вас никто и требует. Если вы поможете 1 из 20 детей, с которыми вы работали, это уже хороший результат. Если вам удастся оказать положительное влияние или вы сможете помочь устроиться в жизни хоть одному ребёнку, ваша жизнь уже прожита не зря.
- ✓ Если вы совершили ошибку, не тратьте время впустую, сожалея о ней. Постарайтесь лучше понять, как вы ее можете исправить. Не ошибается только тот, кто ничего не делает.
- ✓ Научитесь расслабляться, не берите на себя ответственности больше, чем сможете.