



# Памятка волонтеру

## О чем следует помнить, посещая детей, находящихся в государственных учреждениях.

1. Вы сами приняли решение стать волонтером. Всегда помните, Вас никто не просил и не заставлял. То, что вы делаете, Вы делаете для себя не меньше, чем для детей.
2. Приходите к детям только в том случае, если Вами движет не любопытство, не поиск острых ощущений, не чувство долга, не попытка уйти от своих забот и проблем, а только в том случае, если для Вас это, действительно, ценно и важно.
3. Будьте детям положительным примером. Старайтесь строить с детьми партнерские отношения, но, в то же время, сохранять разумную дистанцию, не стоит давать никаких обещаний, не оставляйте свой телефон и адрес.
4. Жалость опасна! Она либо унижает ребенка, либо провоцирует использовать вас. Ребенку, даже нуждающемуся в помощи, важны принятие и уважение, но не жалость.
5. Умейте говорить «нет». Если ребенок, например, просит Ваш мобильный телефон, чтобы поиграть, не бойтесь обидеть его отказом. Будет гораздо хуже, если ребенок, пользуясь своим положением, начнет Вами манипулировать.
6. Помните, что в сфере волонтерства очень и очень важна регулярность. Лучше делать понемногу, но регулярно, чем совершить грандиозный подвиг, но всего лишь раз.
7. 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 оцените ситуацию, определитесь, сможете ли вы помочь ребёнку, чем, в каком порядке и как быстро.
8. Помните, - помочь можно только тому, кто сам хочет помочь себе.
9. Помните, что Ваша помощь изменит мир только совсем чуть-чуть, а не окончательно, поэтому будьте готовы к разочарованиям, они в работе волонтера неизбежны.
10. Если вы сделали ошибку, не отчаивайтесь. Не ошибается лишь только тот, кто ничего не делает.
11. Если у Вас возникают проблемы, не надо бороться с ними в одиночку: всегда можно посоветоваться с более опытным товарищем, координатором волонтерской группы (благотворительного фонда) или психологом (супервизором).
12. Уважайте правила жизни учреждений, в которые Вы приходите. Будьте выдержанным и вежливым.
13. Не вступайте в конфликты с администрацией, сотрудниками детских учреждений, даже в тех случаях, когда ваши точки зрения принципиально расходятся. Это может испортить мнение о Вас, Вашей организации, и всех волонтерах (в целом).
14. Будьте скромнее. Не стоит заострять внимание на своем служебном положении и финансовых возможностях (не берите с собой на встречу с детьми дорогие и ценные вещи).
15. Если Вы работаете в команде, никогда не спорьте с товарищами в присутствии детей и сотрудников учреждений.
16. Постоянно читайте что-то новое по теме. Многие вопросы снимутся сами собой, и Вам не придется их задавать старшим товарищам или сотрудникам тех учреждений, где Вы помогаете. Берегите свое и чужое время.
17. Научитесь расслабляться, не берите на себя ответственности больше, чем можете. Чем счастливее и гармоничнее Вы будете, тем больше Вы сможете сделать.

**УСПЕХОВ ВАМ!**