

Pomysł zanim

Często zdarza się tak, że gdy w pobliżu pojawi się osoba niepełnosprawna nie wiemy jak się zachować, więc by jej nie urazić, nie reagujemy na jej obecność wcale. Ten poradnik podpowie, jak zachować się w towarzystwie ludzi niepełnosprawnych.

Przede wszystkim należy pamiętać, że sam fakt bycia niepełnosprawnym nie oznacza, że osoba ta zawsze potrzebuje pomocy. Jeżeli znajduje się w przyjaznym dla siebie otoczeniu, zazwyczaj jest w stanie

sama sobie poradzić. Swoją pomoc należy deklarować tylko wtedy, gdy wydaje nam się, że dana osoba sobie nie poradzi, ale przedtem należy ją zapytać, czy tej pomocy sobie życzy. Nie rób żadnych założeń. Każda osoba niepełnosprawna jest świadoma na ile ją stać i jak wiele może zrobić sama, a kiedy musi poprosić o pomoc. Dlatego nigdy

nie zakładaj, że ona sama czegoś nie zrobi, nie wykluczaj jej z działań. Jeżeli nie będzie mogła sobie poradzić, sama o tym powie.



Jak pomagać osobom niepełnosprawnym - *rad kilka* pomogiesz



Pomyśl zanim coś powiesz. Zawsze zwracaj się bezpośrednio do osoby mniej sprawnej, nie do jej towarzysza, pomocnika, czy też tłumacza języka migowego.

Prowadź z nią normalną rozmowę, bo oprócz odmienności fizycznej, psychicznie niczym się nie różni od zdrowej osoby. Pamiętaj też o tym, że nie każdy jest zdolny udzielać odpowiedzi na temat swojej

choroby. Może to stworzyć barierę psychiczną, bo postrzega się tylko przypadkiem z jakąś niepełnosprawnością, nie człowiekiem. Bądź taktowny inicjując kontakty fizyczne. Wiele osób niepełnosprawnych utrzymuje równowagę dzięki swoim rękom, dlatego też nie należy ich za nie chwytać, bo

może to spowodować utratę równowagi, a w konsekwencji przewrócenie. Osoby niepełnosprawne traktują swoją łaskę, wózek czy też skuter jako część swojej przestrzeni osobistej, dlatego nie powinno się ich bez zgody właściciela dotykać. Z podobnych przyczyn nie należy głaskać po głowie takiej osoby. Ważne jest też używanie określonej terminologii w stosunku do osób niepełnosprawnych. Nigdy nie mów: niepełnosprawny, niepełnosprawni, niepełnosprawne; lepiej dodać: osoba, osoby. Dobrze jest też mówić osoba z taką i taką chorobą. Unikaj też wszelkich przestarzałych określeń osób niepełnosprawnych. Natomiast nie jest gafą żegnanie się z osobą niewidomą słowami „dobrze

było cię widzieć” albo „do zobaczenia”; osoby niewidome często używają tego typu zwrotów.

Osoby poruszające się na wózku

Pamiętaj o tym, że osoby poruszające się na wózku są osobami nie sprzętami, dlatego nigdy nie traktuj ich jak wieszaki do płaszcza, prosząc o potrzymanie, nie pochylaj się nad nimi przy podawaniu ręki. Podczas rozmowy z osobą na wózku najlepiej jest usiąść na krześle, aby być na jej poziomie, co pozwala na swobodny kontakt interpersonalny i wzrokowy.

Osoby niewidome lub słabowidzące

Osoby niewidome lub słabowidzące są w stanie same poruszać się po ulicy, choć czasem korzystają z pomocy

łaski lub psa przewodnika. Bądź przygotowany na pomoc takiej osobie np. przeczytanie czegoś, ale tylko wtedy, gdy cię o to poprosi. Zanim nawiążesz kontakt fizyczny z osobą niewidzącą uprzedź ją o tym, bo może się ciebie przestraszyć. Podaj swoje imię, a jeśli to możliwe, także pełnioną funkcję. Jeśli kontakt jest grupowy, to należy osobę niewidomą przedstawić wszystkim. Jeśli chcesz poprowadzić taką osobę, zaproponuj jej swoje ramię, zamiast chwytać ją za rękę. Jeśli jesteś zmuszony zakończyć rozmowę, powiedz o tym osobie niewidomej. Jeżeli kiedykolwiek będziesz miał wątpliwości, co do tego, jak się zachować, czy też co powiedzieć osobie niepełnosprawnej – po prostu ją o to zapytaj!

Źródło: wiadomosci24.pl

Oprac. J. W.

