

Priročnik k izkustvenim delavnicam

IZKUŠNJA SPREMINJA



Strah pred srečanjem z invalidno osebo? Brez potrebe, tudi mi smo le ljudje.

Najlažje boste pristopili do osebe z invalidnostjo tako, da boste do nje spoštljivi in da jo boste upoštevali kot enakopravnega sogovornika.

POMEMBNO!

Če se vam zdi, da oseba z invalidnostjo potrebuje pomoč, jo, preden storite karkoli, najprej vprašajte, ali je to res.



GIBALNO OVIRANE OSEBE

Obstajajo **različne oblike gibalne oviranosti**, razlikujejo pa se večinoma glede na vzrok, ki je oviranost povzročil:

- mišično-živčna obolenja,
- poškodbe lokomotornega aparata,
- degenerativne starostne spremembe in bolezni ...

Glede na vrsto in stopnjo prizadetosti potrebujejo osebe z gibalno oviranostjo različne pripomočke za gibanje oz. podporo pri izpolnjevanju osnovnih življenjskih potreb.

Tehnični pripomočki:

- bergle, hodulje,
- ortopedski čevlji,
- navadni invalidski voziček,
- električni invalidski voziček,
- invalidski skuter,
- toaletni stol,
- dvigalo (stopniščno, sobno),
- dihalni aparat (mehanski ventilator – slabo razvita pljuča, atrofija dihalnih mišic),
- umetna vzravnavna hrbtenice z vsaditvijo kovinske opore (skolioza, težave z dihanjem).

Osebna podpora:

- osebna asistenca (spremstvo, pomoč pri hranjenju, toaleta, pisanje, asistenca na delovnem mestu ...),
- fizioterapija.

Napotki za komunikacijo:

- Če je oseba na invalidskem vozičku, se usedite zraven nje, tako da vzpostavite očesni stik in so oči na isti višini.
- Gibalno ovirana oseba naj sama pove, ali potrebuje pomoč.
- Med pogovorom se ne naslanjajte na invalidski voziček.



SLEPE/SLABOVIDNE OSEBE

Slabovidnost pomeni takšno okvaro vida, kjer očala ali kontaktne leče ne zadostujejo za normalno branje ali opravljanje vsakodnevnih opravil.

Med **slepe osebe** štejemo tiste, ki imajo lahko določen ostanek vida (do 5 %), vendar je ta tako majhen in necelovit, da človeku v neznanem okolju ne omogoča samostojne orientacije.

Vzroki okvar vida so lahko poškodbe ali različne bolezni oči, kot so starostna degeneracija rumene pege, glavkom ali diabetična retinopatija. Nekateri ljudje pa se z okvaro vida že rodijo.

Slabovidni, zlasti slepi, se morajo zaradi okvare vida v življenju znajti na podlagi **izostritve drugih** čutov, ki jim odsotnost vida lahko delno nadomestijo (tip, sluh, voh in okus).

Braillova pisava je posebna pisava, ki omogoča slepim, da berejo in pišejo. Razvil jo je Louis Braille leta 1821. Sistem Braillove pisave temelji na različnih razporeditvah pik. Slepim jo uporabljajo s pomočjo čutila za tip na blazinicah prstov rok.

Zaradi odsotnosti vida je **orientacija** slabovidnih, zlasti slepih, močno otežena. Samostojno so se sposobni gibati po znanem okolju, gibanja po neznanem okolju pa se lahko priučijo. Pri tem so jim v pomoč spremljevalci, bela palica in psi vodiči.

Spremljevalec je oseba, ki slepo osebo vodi po zunanem oz. neznanem okolju. Slepa oseba se spremljevalca običajno drži za komolec, spremljevalec pa s svojim gibanjem in besednimi opisi slepo osebo opozarja na posebnosti in nevarnosti na poti.

Bela palica slepim omogoča samostojno hojo po znanih, vnaprej naučenih poteh. Zaznava ovire na tleh, približno do višine 60 cm, ne zazna pa višinskih ovir. Poznamo več vrst palic. Najbolj pogoste so tiste, ki se uporabljajo kot pripomoček pri hoji. Obstaja pa tudi samo signalna bela palica, ki je namenjena opozarjanju okolice, da se srečujejo s slabovidno osebo.

Psi vodiči so naučeni, da hodijo v ravni liniji in da se pri umikanju oviram na poti ponovno držijo prvotne ravne linije. Prepoznajo višinske ovire in morebitne ovire glede na širino, da se slepa oseba ne udari v glavo, roko ali ramo. Pes vodič se morda nauči eno ali dve poznani poti, drugače pa psa usmerja slepa oseba, ki mora poznati pot do tja, kamor se je namenila. Pes ji le pomaga, da to pot varno in samostojno prehodi.

Kadar pes dela, ga ne smete božati ali motiti. Če želite slepi osebi, ki ima psa vodiča, ponuditi pomoč, pristopite s strani, kjer ne drži psa vodiča. Najprej se predstavite, vprašajte, ali pomoč potrebuje, in kako ji lahko pomagate.

Napotki za komunikacijo:

- Osebi ponudimo roko za vodenje in jo opozorimo na morebitne prepreke in stopnice, vendar jo najprej vprašamo, ali potrebuje našo pomoč.
- Slepí ali slabovidni osebi opišemo prostor in povemo, ko prideta na cilj.
- Kadar govorimo s slepo osebo, vedno predstavimo sebe in tudi vse prisotne ter povemo, kadar gremo stran ali se premaknemo.



GLUHE/NAGLUŠNE OSEBE

Gluhota je **nevidna invalidnost** s psihosocialnimi posledicami, ki pogosteje kot druge invalidnosti povzroča socialno izoliranost ter hkratio odvisnost in nezaupanje do slišee okolice.

Ljudje smo socialna bitja in zmožnost komunikacije je eno osnovnih vodil našega razvoja, socialnega vkljuèevanja in samorealizacije.

Osebe z okvaro sluha v grobem delimo glede na èas pojava in jakost okvare.

Najveèja skupina je skupina **naglušnih oseb**. Naglušni se s težavami s sluhom različno sooèajo, pogosto pa za pomoè pri sporazumevanju uporabljajo slušne aparate.

Osebe s **prelingvalno okvaro**, ki se s pomanjkanjem sluha sooèajo od rojstva oz. so sluh izgubile pred razvojem jezikovnih sposobnosti, so najpogosteje neme, njihova komunikacija pa temelji na znakovnem jeziku in je osredotoèena na zaznavanje z vidom.

Osebe s **postlingvalno okvaro** so oglušele v letih življenja, torej po usvojitvi vešèin jezikovnega sporazumevanja, zato se veliko učinkoviteje kot prva skupina nauèijo branja z ustnic, hkrati pa kljub odsotnosti sluha ohranijo sposobnost verbalnega sporazumevanja.

Polžev vsadek je elektronska naprava, ki nadomesti funkcijo okvarjenega dela slušnega aparata, ki je v notranjem ušesu ali polžu. Deluje tako, da prestreza zvoèno valovanje iz okolice, ga pretvarja v elektriène impulze in prenese neposredno v slušni živec.

Slovenski znakovni jezik je sredstvo za sporazumevanje gluhih oseb, ki pa se ga morajo gluhi priučiti, tako kot se slišечи priučimo govora. Temelji na gibanju telesa, predvsem rok in prstov rok, s spremljajočo mimiko obraza. Vsaka država ima praviloma svoj znakovni jezik, celo znotraj posameznih regij države oz. skupin gluhih so odstopanja in posebnosti v rabi znakovnega jezika.



Napotki za komunikacijo:

- Če je ob pogovoru z gluho osebo prisotna tolmačka ali tolmač, glejte gluho osebo in ne tolmača ali tolmačke.
- Če želimo pridobiti pozornost gluhe ali naglušne osebe, jo potrepeljamo po rami ali pomahamo.
- Ko govorimo, smo z obrazom obrnjeni proti gluhi ali naglušni osebi.
- Govorimo jasno in počasi, ker nekatere gluhe ali naglušne osebe lahko berejo z ustnic.
- Prostor mora biti osvetljen in ne smemo si zakrivati ust.
- Če nastanejo težave v komunikaciji in ni prisotnega tolmača za znakovni jezik, zapišemo na list papirja vse, kar želimo povedati.
- Kadar se pogovarjamo z naglušno osebo, ni treba glasno govoriti, dovolj je, da govorimo razločno in počasi.

OSEBE Z MOTNJAMI V DUŠEVNEM RAZVOJU

Motnje v duševnem razvoju se kažejo v omejeni intelektualni sposobnosti, socialni neprilagojenosti in vedenjskih odstopanjih od pričakovanega.

Osebe s težavami v duševnem razvoju ne spadajo v skupino duševno bolnih, temveč za svoje delovanje in vključevanje v družbo potrebujejo dodatno usposabljanje in njihovemu razumevanju prilagojeno podajanje informacij.

Primeri vzrokov za nastanek težav v duševnem razvoju:

- avtistične motnje,
- epilepsija,
- cerebralna paraliza,
- Downov sindrom,
- sindrom ADHD (hiperaktivnost).

Napotki za komunikacijo:

- Bodite strpni.
- Pozorno poslušajte.
- Ne bodite pokroviteljski.
- Govorite jasno.
- Prepričajte se, da so podane informacije pravilno razumljene.
- Pustite, da oseba sama sprejme odločitev.





DRUŽBA
B R E Z
DISKRIMI
NACIJE

Knjižica je oblikovana za potrebe projekta ZaVse/4ALL, ki je namenjen zmanjševanju diskriminacije ranljivih skupin.

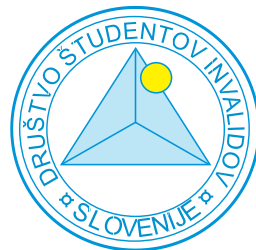
Nastala je kot nadgradnja zgibanke Prava stvar, ki jo je Društvo študentov invalidov Slovenije ustvarilo v okviru projekta ZMOREMO – spodbujanje enakosti in preprečevanje diskriminacije invalidov.

ZaVse/4ALL – projektni partnerji in sodelavci:

ZIZRS

Združenje izvajalcev zaposlitvene
rehabilitacije v Republiki Sloveniji

**ZAVD
VOZIM**



Izdajatelj:

Društvo študentov invalidov Slovenije,
Združenje izvajalcev zaposlitvene rehabilitacije v Republiki Sloveniji

Vir vsebine:

Društvo študentov invalidov Slovenije in informacije, dostopne na spletnih straneh Centra za sluh in govor MIZŠ, Zveze društev gluhih in naglušnih RS ter Zveze Sožitje

Priprava besedila:

Nina Knaus, Alenka Gajšt in Nataša Mauko Zimšek

Vir ilustracij:

United Spinal Association, Disability Etiquette, Adobe Stock

Tisk in vezava:

ABO grafika, d. o. o.

Naklada:

200 izvodov

Ljubljana, maj 2019

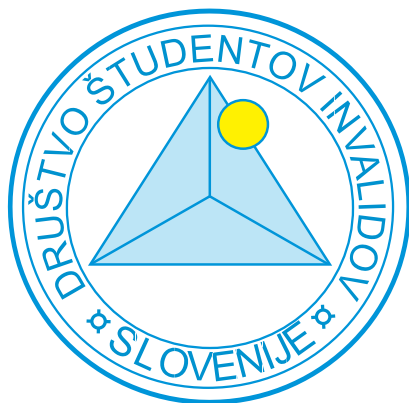
Projekt ZaVse/4ALL sofinancirata Republika Slovenija in Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada.



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA DELO, DRUŽINO,
SOCIALNE ZADEVE IN ENAKE MOŽNOSTI



EVROPSKA UNIJA
EVROPSKI
SOCIALNI SKLAD
NALOŽBA V VAŠO PRIHODNOST



Društvo študentov invalidov Slovenije

Pisarna v Ljubljana:

Kardeljeva ploščad 5, 1000 Ljubljana

Tel.: + 386 565 33 51/52

Pisarna v Mariboru:

Koroška cesta 53d, 2000 Maribor

T: + 386 590 432 45

E-pošta: info@dsis-drustvo.si

Spletna stran: www.dsis-drustvo.si

