

ПАМЯТКА ДЛЯ ВОЛОНТЕРОВ



ПАРАДЕЛЬФИЙСКИЕ ИГРЫ

Инклюзивные состязания людей с
инвалидностью в области высших
достижений в искусстве

Вторые Международные Парадельфийские игры
Ижевск, Удмуртия,
11 – 17 ноября 2018



ОСОБЕННОСТИ ОБЩЕНИЯ С ЛЮДЬМИ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ

Зрение является одной из ведущих функций человека, оно обеспечивает получение более 90% информации о внешнем мире. При частичной или полной утрате зрения человек испытывает большие трудности в самообслуживании, передвижении, ориентации, общении, обучении, трудовой деятельности, т.е. в осуществлении всей полноты жизнедеятельности.

ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ:

1. Сужение круга интересов.
2. Редуцированность способностей к деятельности, требующей визуального контроля.
3. Отсутствие или резкая ограниченность внешнего проявления внутренних состояний.
4. Дефекты зрения могут приводить к развитию негативных черт характера, таких как негативизм, агрессивность, внушаемость.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЛЮДЕЙ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ

1. При встрече с инвалидом по зрению необходимо представится, представить всех присутствующих рядом

людей, сообщая при этом об их местонахождении относительно незрячего, используя слова «справа», «слева», «спереди» и т.д. Ни в коем случае не использовать слова «там», «здесь» и т.д.

2. Незрячий человек ориентируется на походку, голос и жесты. В голосе улавливается настроение человека. На основе голоса он судит о душевном складе и переживаниях собеседника. Пол, возраст, общественное положение, характер человека определяются по голосу, шуму шагов, движений, походки.

3. Из движений, воспринимаемых слепыми от окружающих, для характеристики человека, важно рукопожатие, которое свидетельствует о физических качествах человека. По рукопожатию слепые судят о росте человека. Небрежное мимолетное прикосновение свидетельствует о твердости, чувстве превосходства. Медленное, постепенно усиливающееся рукопожатие свидетельствует о расположении человека к человеку.

4. Слуховое восприятие имеет свои особенности: слепой узнает родных по голосу, отличает их от чужих. Незрячий человек ищет источник и направление звука.

5. Отмечается недостаточность активного внимания, слабая продуктивность памяти (запоминается преимущественно начальный ряд материала), недостаточность логической памяти.

6. Важным элементом межличностного взаимодействия незрячего человека является ощупывание, которое делится на одноручное и двуручное. Одноручное делится на ощупывание одним указательным пальцем, когда ощупываются брови, ресницы, глаза, уши; ощупывание большим и указательным пальцами (щеки, нос); ощупывание пятью пальцами, когда узнается рост человека и его талия (тотальная слепота). Двуручное ощупывание

характеризуется тем, что человек ощупывается полностью, определяется его фигура, длина волос и их характеристики, одежда.

ПРАВИЛА ОБЩЕНИЯ С ЛЮДЬМИ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ

- Всегда обращайтесь непосредственно к человеку, даже если он вас не видит, а не к его зрячему сопровождающему.

- Всегда называйте себя и представляйте других собеседников, а также остальных присутствующих. Если вы хотите пожать руку, скажите об этом.

- Когда вы общаетесь с группой незрячих людей, не забываете каждый раз называть того, к кому вы обращаетесь.

- Не стесняйтесь предложить незрячему помощь. Дотроньтесь до руки и спросите: «Вам помочь?». Возьмите незрячего под руку, идите на полшага впереди и предупреждайте его о препятствиях. Не сжимайте его руку, идите спокойно. Не нужно хватать слепого человека и тащить его за собой.

- Опишите кратко, где вы находитесь. Предупреждайте о препятствиях: ступенях, лужах, ямах, низких потолках, трубах и т. п.

- Используйте (если это требуется) фразы, характеризующие звук, запах, расстояние. Делитесь увиденным.

- Когда вы предлагаете незрячему человеку сесть, не подталкивайте его к сидению. Положите его руку на спинку стула или подлокотник. Не водите по поверхности его руку, а дайте ему возможность свободно потрогать предмет.

- Если вас попросили помочь взять какой-то предмет, не следует тянуть кисть слепого к предмету и брать его рукой этот предмет.

- За обеденным столом надо обеспечить

безопасное место, чтобы незрячий человек ничего не опрокинул. Если вы обедаете вместе, рассказывайте какую приносят пищу и где ее располагают.

- Если вы заметили, что незрячий человек сбился с маршрута, не управляйте его движением на расстоянии, подойдите и помогите выбраться на нужный путь.

- При спуске или подъеме по ступенькам ведите незрячего перпендикулярно к ним. Передвигаясь, не делайте рывков, резких движений. При сопровождении незрячего человека не закладывайте руки назад – это неудобно.

- Если человек передвигается с помощью собаки-проводника, в этом случае нельзя отвлекать собаку своими действиями (не трогайте, не кормите, не давайте команды собаке). Своими некомпетентными действиями вы можете помешать инвалиду по зрению в ориентировке.

- Если вы собираетесь читать незрячему человеку, сначала предупредите об этом. Говорите нормальным голосом. Не пропускайте информацию, если вас об этом не попросят.

- Если это важное письмо или документ, не заменяйте чтение пересказом. Когда незрячий человек должен подписать документ, прочитайте его обязательно.

- Если вы знакомите инвалида по зрению с незнакомым предметом, не водите по поверхности его руку, а дайте ему возможность свободно посмотреть (потрогать) предмет руками. Если Вас попросили взять какой-то предмет, не следует тянуть кисть незрячего человека к предмету и его рукой этот предмет. Необходимо подать предмет незрячему.



ОСОБЕННОСТИ ОБЩЕНИЯ С ЛЮДЬМИ С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА

Глухота как болезнь не заметна. Однако, как писала слепоглая американская писательница Э. Келлер, «слепые оторваны от предметов, глухие от людей»

ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ:

1. Доверчивость.
2. Излишнее любопытство, сопровождающееся высоким уровнем тревожности (беспокойство).
3. Прочное товарищество и истинная дружба.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СЛАБОСЛЫШАЩИХ ЛЮДЕЙ

1. Ограниченность канала получения информации о мире, полное или частичное отсутствие аудиальной составляющей доступной информации.

2. Для людей с нарушением слуха большое значение имеют зрительные раздражители, поэтому основная нагрузка ложится на зрение.

3. Продуктивность внимания в большой степени зависит от изобразительных качеств материала. Чем выразительнее и содержательнее материал, тем легче для слабослышащих выделить информативные признаки предмета, понять их и запомнить.

4. Письменная речь у лиц с нарушениями слуха преобладает над разговорной.

5. Замедленное формирование межличностных отношений между инвалидами по слуху и слышащими людьми.

7. Слабо сформированы оценочные критерии отношений, они часто допускают крайности в оценке окружающих, недостаточно дифференцируют личностные и деловые отношения.

ПРАВИЛА ОБЩЕНИЯ СО СЛАБОСЛЫШАЩИМИ ЛЮДЬМИ

Разговаривая с человеком, у которого плохой слух, смотрите прямо на него. Не затемняйте свое лицо и не загораживайте его руками, волосами или какими-то предметами. Ваш собеседник должен иметь возможность следить за выражением вашего лица.

Существует несколько типов и степеней глухоты. Соответственно, существует много способов общения с людьми, которые плохо слышат. Если вы не знаете, какой предпочесть, спросите у них.

Некоторые люди могут слышать, но воспринимают отдельные звуки неправильно. В этом случае говорите более громко и четко, подбирая подходящий уровень. В другом случае понадобится лишь снизить высоту голоса, так как человек утратил способность воспринимать высокие частоты.

Чтобы привлечь внимание человека, который плохо слышит, назовите его по имени. Если ответа нет, можно слегка тронуть человека или же помахать рукой.

Говорите ясно и ровно. Не нужно излишне подчеркивать что-то. Кричать, особенно в ухо, тоже не надо.

Если вас просят повторить что-то, попробуйте перефразировать свое предложение. Используйте жесты.

Убедитесь, что вас поняли. Не стесняйтесь спросить, понял ли вас собеседник.

Если вы сообщаете информацию, которая включает в себя номер, технический или другой сложный термин, адрес, напишите их на бумаге, но так, чтобы информация была точно понята.

Не забывайте о среде, которая вас окружает. В больших или многолюдных помещениях трудно общаться с людьми, которые плохо слышат. Яркое солнце или тень тоже могут быть барьерами.

Очень часто глухие люди используют язык жестов. Если вы общаетесь через переводчика, не забудьте, что обращаться надо непосредственно к собеседнику, а не к переводчику.

Не все люди, которые плохо слышат, могут читать по губам. Вам лучше всего спросить об этом при первой встрече. Если ваш собеседник обладает этим навыком, нужно соблюдать несколько важных правил. Помните, что только три из десяти слов хорошо прочитываются.

Нужно смотреть в лицо собеседнику и говорить ясно и медленно, использовать простые фразы и избегать несущественных слов.

Нужно использовать выражение лица, жесты, телодвижения, если хотите подчеркнуть или прояснить смысл сказанного.

Ролик о жестах для волонтеров Вы можете посмотреть по следующей ссылке <https://goo.gl/jgSJwv>



ОСОБЕННОСТИ ОБЩЕНИЯ С ЛЮДЬМИ, ИСПЫТЫВАЮЩИМИ ЗАТРУДНЕНИЯ ПРИ САМОСТОЯТЕЛЬНОМ ПЕРЕДВИЖЕНИИ

Знание правильного языка и этикета позволяет не только избегать конфликта, который спровоцирован расхождением в понимании одних и тех же видимых явлений, но и сознательно формировать отношения сотрудничества между собеседниками. И это не зависит от того, имеет ли собеседник какие-либо ограничения в двигательной активности.

ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ:

1. Многим людям присущи упорство, настойчивость. Однако эти черты часто принимают излишнюю форму и проявляются в виде упрямства, ригидности, неспособности к компромиссам.

2. Установлению социальных контактов мешают такие качества, как застенчивость, ранимость, обидчивость, сверхчувствительность к критическим замечаниям.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЛЮДЕЙ, ИСПЫТЫВАЮЩИХ ЗАТРУДНЕНИЯ ПРИ САМОСТОЯТЕЛЬНОМ ПЕРЕДВИЖЕНИИ

1. Главная психологическая особенность таких людей – это «страх перед улицей». Такое понятие включает в себя страхи, тревоги, комплексы, которые испытывают инвалиды-колясочники вне своего привычного замкнутого пространства и близкого круга общения.

2. Страх потери своей социальной идентичности, страх конфронтации с обществом (разделение на «я» и «они»), страх перед окружающей средой, неадаптированной к их потребностям.

3. Частая смена настроения: от надежды на улучшение состояния здоровья и жизненной ситуации человек быстро переходит к отчаянию и потере смысла дальнейшего существования.

4. Недооценка тяжести своего состояния (неосознаваемое вытеснение тяжелых, травмирующих переживаний).

ПРАВИЛА ОБЩЕНИЯ С ЛЮДЬМИ, ИСПЫТЫВАЮЩИМИ ЗАТРУДНЕНИЯ ПРИ САМОСТОЯТЕЛЬНОМ ПЕРЕДВИЖЕНИИ

- Помните, что инвалидная коляска – неприкосновенное пространство человека. Не облакачивайтесь на нее, не толкайте, не кладите на нее ноги без разрешения. Начать катить коляску без согласия инвалида – то же самое, что схватить и понести человека без его разрешения.

- Помните, что, как правило, у людей, имеющих трудности при передвижении, нет проблем со зрением, слухом и пониманием.

- Всегда спрашивайте, нужна ли помощь, прежде чем оказать ее. Предлагайте помощь, если нужно

открыть тяжелую дверь или пройти по ковру с длинным ворсом.

- Если ваше предложение о помощи принято, спросите, что нужно делать, и четко следуйте инструкциям.

- Если вам разрешили передвигать коляску, сначала катите ее медленно. Коляска быстро набирает скорость, и неожиданный толчок может привести к потере равновесия.

- Всегда лично убеждайтесь в доступности мест, где запланированы мероприятия. Заранее поинтересуйтесь, какие могут возникнуть проблемы или барьеры и как их можно устранить.

- Если существуют архитектурные барьеры, предупредите о них, чтобы человек имел возможность принимать решения заранее.

- Не надо хлопать человека, находящегося в инвалидной коляске, по спине или по плечу.

- Если возможно, расположитесь так, чтобы ваши лица были на одном уровне. Избегайте положения, при котором вашему собеседнику нужно запрокидывать голову.

- Не думайте, что необходимость пользоваться инвалидной коляской – это трагедия. Это способ свободного (если нет архитектурных барьеров) передвижения. Есть люди, пользующиеся инвалидной коляской, которые не утратили способности ходить и могут передвигаться с помощью костылей, трости и т.п. Коляски они используют для того, чтобы экономить силы и быстрее передвигаться.



ОСОБЕННОСТИ ОБЩЕНИЯ С ЛЮДЬМИ С ПСИХИЧЕСКИМИ НАРУШЕНИЯМИ

«Все самое прекрасное в мире сделано нарциссами. Самое интересное – шизоидами. Самое доброе – депрессивными. Невозможное – психопатами». (П. Б. Ганнушкин, русский психиатр).

ПРАВИЛА ЭТИКЕТА ПРИ ОБЩЕНИИ С ЛЮДЬМИ С ПСИХИЧЕСКИМИ НАРУШЕНИЯМИ

1. Люди с психическими проблемами могут испытывать эмоциональные расстройства или замешательство, осложняющие их жизнь. У них свой особый и изменчивый взгляд на мир.

2. Не надо думать, что люди с психическими нарушениями обязательно нуждаются в дополнительной помощи и специальном обращении.

3. Обращайтесь с людьми с психическими нарушениями как с личностями. Не нужно делать преждевременных выводов на основании опыта общения с другими людьми с такой же патологией.

4. Не следует думать, что люди с психическими

нарушениями более других склонны к насилию. Это миф. Если вы дружелюбны, они будут чувствовать себя спокойно.

5. Неверно, что люди с психическими нарушениями имеют проблемы в понимании или ниже по уровню интеллекта, чем большинство людей.

6. Если человек, имеющий психические нарушения, расстроен, спросите его спокойно, что вы можете сделать, чтобы помочь ему.

7. Не говорите резко с человеком, имеющим психические нарушения, даже если у вас есть для этого основания.

ПРАВИЛА ЭТИКЕТА ПРИ ОБЩЕНИИ С ЛЮДЬМИ, ИМЕЮЩИМИ ОТСТАВАНИЕ В УМСТВЕННОМ РАЗВИТИИ

1. Обращайтесь непосредственно к человеку.
2. Используйте доступный язык, выражайтесь точно и по делу.
3. Избегайте словесных штампов и образных выражений, если только вы не уверены в том, что ваш собеседник с ними знаком.
4. Не говорите свысока. Не думайте, что вас не поймут.
5. Говоря о задачах или проекте, рассказывайте все «по шагам». Дайте вашему собеседнику возможность обыграть каждый шаг после того, как вы объяснили ему.
6. Исходите из того, что взрослый человек с задержкой в развитии имеет такой же опыт, как и любой другой взрослый человек.
7. Если необходимо, используйте иллюстрации или фотографии. Будьте готовы повторить несколько раз. Не сдавайтесь, если вас с первого раза не поняли.
8. Обращайтесь с человеком с проблемами развития точно так же, как вы бы обращались с любым другим. В беседе обсуждайте те же темы, какие вы

обсуждаете с другими людьми. Например, планы на выходные, отпуск, погода, последние события.

9. Помните, что люди с задержкой в развитии дееспособны и могут подписывать документы, контракты, голосовать, давать согласие на медицинскую помощь и т.д.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЛЮДЕЙ С БОЛЕЗНЬЮ ДАУНА

- Интеллектуальная отсталость.
- При вербальном общении сильно выражены интонации, сопровождающиеся яркой мимикой и жестами.
- Такие люди доброжелательны, проявляют излишнюю ласковость.
- Быстро находят контакт с окружающими без особого труда, они легко внушаемы и доверчивы.

ОСОБЕННОСТИ ОБЩЕНИЯ С ЛЮДЬМИ С БОЛЕЗНЬЮ ДАУНА

- Будьте терпеливы.
- Изъясняйтесь просто, сопровождая свои слова чем-то, что можно увидеть, услышать, пощупать.
- Подкрепляйте свои слова жестами и активно используйте мимику, особенно, если нужно донести до вашего собеседника свои эмоции.

Материалы подготовлены сотрудниками
БУЗ и СПЭ УР «Республиканская клиническая
психиатрическая больница Минздрава Удмуртии»,
город Ижевск, ул. 30 лет Победы 100.