

Międzynarodowy Dzień Osób Niepełnosprawnych



Corocznie **3 grudnia** obchodzimy **Międzynarodowy Dzień Osób Niepełnosprawnych**. Święto to zostało ustanowione przez Zgromadzenie Ogólne ONZ. Celem obchodów jest przybliżenie społeczeństwu problemów osób niepełnosprawnych, czyli tych, u których występują ograniczenia w prawidłowym funkcjonowaniu spowodowane obniżeniem sprawności fizycznej lub psychicznej, albo nieprawidłowości w budowie i funkcjonowaniu organizmu, a także pomoc we włączeniu tych osób w życie społeczne. Tego dnia na całym świecie odbywają się uroczystości, które są okazją do zwiększenia świadomości publicznej na temat korzyściach jakie płyną z integracji osób z niepełnosprawnościami w każdym aspekcie życia politycznego, społecznego, gospodarczego i kulturalnego.

Jak traktować osoby niepełnosprawne?

Często spotykając ludzi niepełnosprawnych czujemy się skrępowani. Nie potrafimy zachować się swobodnie, czujemy onieśmienie, więc unikamy kontaktu. Nasz „strach” przed osobami niepełnosprawnymi często wynika z tego, że mało wiemy o niepełnosprawności- jakie są jej rodzaje, z jakimi problemami borykają się tacy ludzie, jak wygląda ich codzienność. Zastanawiamy się co powiedzieć, czy pomagać, a jeśli tak, to w jaki sposób zaproponować wsparcie, żeby nikogo nie urazić, a przecież przebywanie w towarzystwie osób niepełnosprawnych wcale nie musi wiązać się z poczuciem niezręczności. Wystarczy zapamiętać kilka podstawowych zasad.

1. Chcesz pomóc - najpierw zapytaj.

Osoby dotknięte niepełnosprawnością nie zawsze potrzebują pomocy, czasami wręcz przeciwnie- lubią czuć się samodzielne i niezależne. Pomoc oferujemy wówczas, gdy wydaje się, że dana osoba może jej potrzebować. Zawsze zwracamy uwagę czy nie powinniśmy zareagować i bądźmy gotowi do udzielenia niezbędnego wsparcia. Najpierw zapytajmy „Czy mogę Panu/Pani pomóc?”. Możemy się spotkać z odmową, ale z pewnością nie z powodu obrazy, lecz faktu, że osoba niepełnosprawna potrzebuje jeszcze chwili i sama poradzi sobie z problemem.

Pamiętajmy, aby nie pomagać na siłę, i w ten sposób nie odbierać komuś prawa do samodzielności.

2. Rozmawiaj bezpośrednio z osobą niepełnosprawną.

Nie ignorujemy osoby niepełnosprawnej i zwracamy się zawsze bezpośrednio do niej, a nie do jej towarzysza, pomocnika, czy tłumacza języka migowego. Prowadząc zwykłą rozmowę z osobą niepełnosprawną, zwracamy się do niej jak do każdej innej osoby, nie unikamy kontaktu wzrokowego.

Pamiętajmy, że nie wszystkie osoby niepełnosprawne lubią być wypytywane o swoje schorzenie. Są to ich prywatne, czasem wręcz intymne sprawy, dlatego przy pierwszych kontaktach lepiej nie wypytywać naszego rozmówcy o jego przypadłość.

3. Nie decyduj za osoby niepełnosprawne.

Osoby z niepełnosprawnościami same doskonale wiedzą co mogą zrobić, a czego nie. Chcą o sobie decydować, być samodzielne i niezależne. Nie podejmujemy więc za nie decyzji dotyczących ich udziału w jakiegokolwiek czynności czy przedsięwzięciu. Zawsze zapytajmy o jej zgodę. Również zakładanie z góry, że osoba niepełnosprawna czegoś na pewno nie robi i pomijanie jej przy organizowaniu jakiegokolwiek działań, z dużą dozą prawdopodobieństwa będzie odebrane jako zachowanie dyskryminujące i krzywdzące.

Bądź taktowny inicjując kontakt fizyczny.

W kontakcie fizycznym z osobą niepełnosprawną powinniśmy być bardzo ostrożni. Nie każdy człowiek lubi być dotykany, zwłaszcza przez ludzi, których słabo zna. Nawet zwykłe poklepanie po ramieniu może skończyć się upadkiem, ponieważ niektóre osoby niepełnosprawne utrzymują równowagę dzięki swoim rękom. Osoby korzystające za sprzętu rehabilitacyjnego (wózka inwalidzkiego, balkonika do chodzenia, laski) traktują te przedmioty jako część swojej przestrzeni osobistej. Są to integralne części tego człowieka i niepełnosprawni oczekują, aby były one należycie traktowane. Jeśli więc akurat nie pomagamy człowiekowi na wózku, najlepiej go nawet nie dotykać. Nie wolno się także o wózek opierać, bawić się, czy wieszać się na nim.

Przestrzeganie tych zasad pomoże nam się czuć w towarzystwie osób niepełnosprawnych znacznie bardziej komfortowo, a może nawet całkiem swobodnie. Otworzy pełnosprawnym drogę do bliższego poznania świata ludzi z niepełnosprawnościami.

Autor: Joanna Miazek

Źródła:

**https://pl.wikipedia.org/wiki/Międzynarodowy_Dzień_Osób_z_Niepełnosprawnościami*

**Judy Cohn, Praktyczny poradnik savoir-vivre wobec osób niepełnosprawnych, Publikacja zaadaptowana przez Biuro Pełnomocnika Rządu do Spraw Osób Niepełnosprawnych*

Zdjęcie z zasobów internetu