



سازمان بهیشتی کشور  
معاونت امور توانبخشی  
سازمان توانبخشی مبتنی بر جامعه

آموزش در جامعه برای کمک به افراد معلول

۲۹

---

**کتابچه‌ی آموزشی برای خانواده‌ی فردی  
که معلولیت دارد**

**فعالیت‌های اجتماعی**



سازمان بهداشت جهانی

**عنوان و نام پدیدآور:** کتابچه ی آموزشی برای خانواده ی فردی که معلولیت دارد : فعالیت های اجتماعی / مؤلف سازمان بهداشت جهانی ؛ مترجم ستاد توانبخشی مبتنی بر جامعه :

**مشخصات نشر:** تهران : سازمان بهزیستی کشور، اداره کل روابط عمومی ، ۱۳۸۸ .

**مشخصات ظاهری:** ۱۲ ص .: مصور .

**فروست:** آموزش در جامعه برای کمک به افراد معلول = [ج. ۲۹]. Training in the community for people with disabilities.

**شابک:** دوره : ۷- ۲۱- ۵۵۱۷- ۶۰۰- ۹۷۸- ج ۲۹: ۷- ۵۰- ۵۵۱۷- ۶۰۰- ۹۷۸

**وضعیت فهرست نویسی:** فیبا

**یادداشت:** عنوان اصلی : Training package for a family member of a person with a disability: household activities

**موضوع:** توانبخشی - راهنمای آموزشی

**موضوع:** معلولان - راهنمای مهارت های زندگی

**موضوع:** معلولان - مراقبت های خانگی

**شناسه افزوده:** سازمان بهداشت جهانی

**شناسه افزوده:** World Health Organization

**شناسه افزوده:** سازمان بهزیستی کشور . ستاد گسترش توانبخشی مبتنی بر جامعه

**شناسه افزوده:** سازمان بهزیستی کشور . اداره کل روابط عمومی

**شناسه افزوده:** آموزش در جامعه برای کمک به افراد معلول : [ج. ۲۹]

**رده بندی کنگره:** HDV ۲۵۵/۱۸ ج. ۲۹ ۱۳۸۸

**رده بندی دیویی:** ۳۶۲/۱۷۸۶

**شماره کتابشناسی ملی:** ۱۹۰۷۷۶۴

**آموزش در جامعه برای کمک به افراد معلول**

**کتابچه ی آموزشی برای خانواده ی فردی که معلولیت دارد .**

**فعالیت های اجتماعی (۲۹)**

**مؤلف:** سازمان بهداشت جهانی

**مترجم:** ستاد توانبخشی مبتنی بر جامعه

**ناشر:** اداره کل روابط عمومی سازمان بهزیستی کشور

**ویراستاران علمی:** مینو فرید - کاظم نظم ده

**صفحه آرای:** ندا شوقی

**چاپ اول:** ۱۳۸۸

**شمارگان:** ۲۰۰۰۰ جلد

**قیمت:** اهدایی

## خانواده گرامی

این کتابچه به شما کمک می‌کند به فرد معلول در خانواده خود کمک کنید تا در فعالیت‌های خانوادگی و اجتماعی شرکت نماید.

### قبل از انجام هر کاری به نکته‌های زیر توجه کنید:

۱. ابتدا کتابچه را به دقت بخوانید
۲. افراد معلول می‌توانند بسیاری از فعالیت‌ها را انجام دهند، اما ممکن است آنها را به روش‌های دیگر و یا کندتر انجام دهند.
۳. برخی از خانواده‌ها و یا جوامع ممکن است به آسانی فرد معلول را در میان خود نپذیرند.
۴. خانواده و جامعه باید به افراد معلول همانند سایر افراد احترام گذاشته و فرصت‌های مناسب را در اختیار آنان قرار دهد.
۵. فرد معلول باید در فعالیت‌های خانوادگی و اجتماعی با توجه به نوع معلولیت خود شرکت نماید.

### چگونه می‌توان در شناخت معلولین به دیگران کمک کرد؟

- شرکت در فعالیت‌های خانوادگی
- شرکت در فعالیت‌های اجتماعی

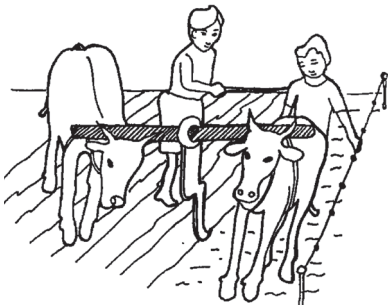


■ فردی را که آموزش می دهید ممکن است پدربزرگ، مادربزرگ، پدر، مادر، برادر، خواهر، همسر، خاله، عمه، عمو، دایی، فرزند و یا حتی دوست شما باشد. یکی از نیازهای او این است که مانند سایر افراد خانواده به او اهمیت داده شود و با دیگران برابر باشد و در فعالیت های خانوادگی شرکت جوید.

عضو فعال بودن در جامعه نیاز هر کس است. بنابراین فردی را که آموزش می دهید باید بتواند در فعالیت های اجتماعی شرکت کند.



■ برای این که فردی فعال باشد، باید خانواده و جامعه، او را به عنوان فردی برابر با سایرین قبول داشته باشند. خانواده و اهالی روستا نباید به دلیل معلولیت، بیش از حد به او توجه کنند و یا احساس کند که نسبت به دیگران اهمیت کمتری دارد.



■ ممکن است افراد معلول نتوانند مانند دیگران تمام فعالیتها را انجام دهند و یا به روش دیگران آنها را انجام دهند. اما خانواده و جامعه باید به افراد معلول بیاموزند تا آنجایی که برایشان مقدور است، فعال باشند.

■ گاه فرد معلول نمی تواند آن چه را دیگران انجام می دهند بیاموزد، در این صورت خانواده یا دوستان او باید کمکش کنند تا آنچه را که نمی تواند، با کمک آنها انجام دهد. این کمک باید به نحوی باشد که حتی باوجود معلولیتش موجب فعال شدن فرد در خانواده و جامعه شود.



■ ممکن است بعضی از خانواده ها و جوامع افراد معلول را به آسانی در میان خود نپذیرند. این امر دلایل زیادی دارد. بعضی از جوامع اعتقاد دارند که معلولیت در اثر نفوذ ارواح خبیثه در فرد ایجاد می شود، گروهی فکر می کنند که معلولیت نوعی کیفر آسمانی یا غضب الهی است. عده ای معتقدند که معلولیت یک بیماری واگیردار است. به این دلایل، افراد معلول را در خانه نگاه می دارند و اهمیت کمتری برای آنها قائل می شوند.

■ ممکن است افراد معلول به دلیل معلولیت، طرز نگاه کردن، حرف زدن و رفتارشان با دیگران تفاوت داشته باشد. در نتیجه مردم تصور می کنند که آنها مانند دیگران نیستند. اما همه ی انسان ها مانند یکدیگرند، خواه معلول باشند یا سالم.



■ گاه ممکن است کودکان و بزرگسالان جامعه به حرفهای افراد معلول اعتنا نکنند و به مشکلات آنها بخندند. شاید در این حالت تصور شود که آنها نسبت به سایر مردم از اهمیت کمتری برخوردارند.

■ بچه ها و بزرگسالانی که به افراد معلول می خندند و موجب می شوند که آن ها خود را کمتر از دیگران احساس کنند، درک درستی از معلولیت ندارند و معلولیت ها و علل ایجاد آن ها را نمی شناسند و همین عدم آگاهی موجب ترس و وحشت این اشخاص می شود. از توان یار محلی بخواهید این افراد را نسبت به معلولیت ها و علل ایجاد آن ها آموزش دهند تا در نتیجه افراد معلول را در جامعه خود بهتر قبول کنند و دیگر ترس از آنها نداشته باشند. خانواده ها و مردم باید معلولین را به عنوان افرادی مساوی با دیگران در میان خود بپذیرند.



### چگونه می توان در شناخت معلولین به دیگران کمک کرد؟

■ کودکان و بزرگسالان معلول باید با دوستان و همسایه ها رفت و آمد کنند و آن ها را بشناسند. فردی را که آموزش می دهید مخفی نکنید، زیرا او باید با مردم و در کنار آنها زندگی کند.

■ فرد معلول را برای آشنایی با مردم و شناخت روستا به خارج از منزل ببرید.

سپس بگذارید به تنهایی در روستا گردش کند.





■ اگر نمی تواند این کار را به تنهایی انجام دهد، او را آموزش دهید و از توان یار محلی کتابچه ای را بخواهید که با استفاده از آن بتوانید تحرک را به فرد موردنظر بیاموزید.



■ در مورد فرد معلول با دوستان و همسایگان صحبت کنید و توانایی های فرد معلول را برای آنها تشریح کنید. اجازه دهید، شاهد باشند که همه یا تقریباً تمام کارهایی را که آنها می توانند انجام دهند، فرد معلول نیز می تواند انجام دهد.



■ زمانی که با فرد معلول قدم می زنید در مورد آن چه که در اطراف خود می بینید با او حرف بزنید. اگر فردی را که آموزش می دهید نابیناست، درباره چیزها یا کسانی که در اطراف می بینید با او حرف بزنید.



■ فرد معلول را برای آشنایی با دوستان و همسایه ها همراه خود ببرید. سپس به او بیاموزید که به تنهایی به دیدار آنها برود.

برنامه ای ترتیب دهید تا با همسالان خود دیدار کند. کمک کنید تا گاهی یکدیگر را ملاقات کنند و با هم دوست شوند.



■ برای دیگران توضیح دهید که ممکن است افراد معلول احساس کنند رابطه آن ها با خانواده و جامعه قطع شده است. افراد پیر و سالخورده از آن دسته از معلولین هستند که چنین احساسی دارند. آن ها احساس تنهایی می کنند. به دیگران بیاموزید به این قبیل افراد کمک کنند تا این حس را نداشته باشند و خود را متعلق به خانواده و جامعه بدانند.

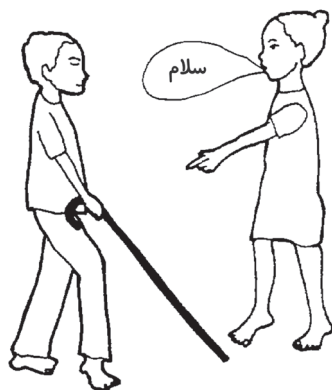


■ زمانی که در میان جمع یا گروهی هستید، سعی کنید فرد معلول را در صحبت های خود شرکت دهید. اطمینان حاصل کنید که او می‌فهمد دیگران چه می‌گویند یا فرصت پیدا می‌کند که مثل شما، آن چه را که می‌خواهد بیان کند. چه بسا برای بیان منظور خود نیاز به زمان بیشتری داشته باشد.



■ اگر فردی را که آموزش می‌دهید دشواری شنوایی دارد، نحوه‌ی برقراری ارتباط با آنها را به دیگران آموزش دهید. به آنها بگویید برای فهماندن مقصودشان به او تلاش کنند، وگرنه او منظور آنها را بطور صحیح متوجه نمی‌شود.

اگر فردی واضح صحبت نمی‌کند و حرف هایش برای دیگران قابل درک نیست، باید خوب گوش کنند تا منظور او را بفهمند. بدین ترتیب می‌توانند شیوه بیان آن فرد را بهتر درک کنند.



■ اگر فردی که آموزش می‌بیند نابینا باشد، ممکن است وقتی دیگران به او نزدیک می‌شوند از وجود آن‌ها باخبر نشود. به دوستان و همسایه‌ها بگویید به محض دیدن او، اول آنها صحبت کنند تا بفهمد که به نزدیکی آمده‌اند.

### شرکت در فعالیت های خانوادگی



■ خانواده‌ی فرد معلول را دور هم جمع کنید و در زمینه‌ی نحوه مشارکت او در فعالیت‌های خانوادگی و پذیرش او بعنوان یک عضو اصلی با آنها مشورت کنید. فرد معلول حق دارد که در تصمیم‌گیری‌های خانواده مشارکت داشته باشد.





■ اگر فرد معلول، یک کودک است، نیاز دارد که با کودکان دیگر بازی کند و همان کارهایی را بکند که آنها انجام می دهند.



■ کودک معلول باید مثل همسالان خود به مدرسه برود.



■ او را تشویق کنید تا در کارهای دیگر اعضای خانواده مثلاً در کارهای خانه به آنها کمک کند.

■ فردی را که آموزش می دهید ممکن است طرز انجام کارهای خانه را بلد نباشد. اگر اینطور است از توان یار محلی کتابچه ای بخواهید که با استفاده از آن می توان امور خانه داری را به او آموزش داد.



■ شرایطی بوجود آورید که فرد معلول در فعالیت هایی که اعضای خانواده انجام می دهند، شرکت کند، مثلاً همراه با خانواده غذا بخورد



■ فرد معلول باید در گفتگو ها و یا در تفریح های خانوادگی شرکت کند. فرد را تشویق کنید زمانی که اعضای خانواده رادیو گوش می دهند یا تلویزیون تماشا می کنند با آنها همراهی کند.



- فرد معلول باید در جشن‌ها با خانواده همراه شود. باید در مسافرت‌ها همراه آن‌ها باشد از جمله سفرهای زیارتی. خانواده باید فرد معلول را در مراسم عروسی و مهمانی، مجلس عزا و یا نظایر آنها همراه خود ببرند.
- اگر فرد معلول، بزرگسالی است که می‌خواهد ازدواج کند و اگر نیاز به تشکیل خانواده و بچه دار شدن دارد در این زمینه به او یاری کنید. از توان یار محلی بخواهید درباره تشکیل خانواده و بچه دار شدن او را راهنمایی کند.
- با سایر اعضای خانواده برای کمک رسانی و نحوه شرکت فرد معلول در فعالیت‌های اجتماعی صحبت کنید. مثلاً اعضای خانواده می‌توانند در دیدار با سایر مردم، رفتن به مکان‌های مذهبی و مراکز بهداشتی به او کمک کنند. گاهی اعضای خانواده را دور هم جمع کنید و در مورد کارهایی که فرد معلول می‌تواند انجام دهد و کارهایی که بهتر می‌تواند یاد بگیرد، با آن‌ها صحبت کنید.
- اگر فرد معلول کارهای مشخصی را نمی‌تواند انجام دهد، در این زمینه با خانواده اش صحبت کنید. علت و راه جدیدی را برای انجام آن پیدا کنید.



- گاهی ترتیب دیدار خانواده‌های افراد معلول را با هم بدهید تا درباره‌ی مشکلات و تجربه‌هایشان با یکدیگر حرف بزنند و به یکدیگر کمک کنند.

## شرکت در فعالیت‌های اجتماعی

- برای شرکت فرد در فعالیت‌های اجتماعی مورد علاقه اش امکاناتی فراهم آورید.
- در مورد جلسه‌ها، مراسم مذهبی و سایر فعالیت‌های اجتماعی با او صحبت کنید و اگر علاقه مند به شرکت در آنهاست زمینه‌ی شرکت او را فراهم کنید.
- اگر فرد معلول به تنهایی نمی‌تواند به محل برگزاری این مراسم برود، همراه با او در آنجا شرکت کنید. اگر نمی‌توانید او را همراهی کنید ترتیبی دهید که فرد دیگری، مثلاً عضو دیگر خانواده، دوست یا همسایه این کار را انجام دهد.





■ در مورد سازمان هایی مثل هلال احمر، گروه های زنان، جوانان، کشاورزان و تیمهای ورزشی فعال در روستا با او صحبت کنید و ببینید آیا به عضویت در این سازمان ها علاقمند است یا نه. همراه او به این مراکز بروید و از آن ها بخواهید تا برای عضویت و کمک رسانی به فرد معلول با شما همکاری کنند.



■ از فرد معلول پرسید آیا علاقه مند است در این گونه سازمان های اجتماعی مثل شورای ده، کمیته بهداشت و مدرسه، داوطلبانه مسئولیتی به عهده بگیرد یا نه.

اگر جواب مثبت بود به او کمک کنید تا از زمان برگزاری انتخابات شوراها و کمیته ها باخبر شود و در صورت امکان او را به عنوان کاندیدا معرفی کنند.



■ باید اطمینان حاصل کنید که نام فرد معلول به موقع ثبت شده است تا بتواند در انتخابات شرکت کند.



■ اگر شما یا کس دیگری فکر می کنید که می توانید برای هموعان معلول خود کاری بیش از این انجام دهید بهتر است از توان یار یا مسئولین شورای توانبخشی بخواهید تا در این زمینه به شما اطلاعاتی در باره شیوه تشکیل یک گروه روستایی را بدهند. افراد معلول و والدین کودکان معلول می توانند به عضویت چنین گروهی درآیند. این گروه می تواند وظایف و مسئولیت هایی را به عهده بگیرد که در نتیجه آن افراد معلول از فرصت های برابر با سایر افراد جامعه در زمینه اشتغال، مسکن، آموزش و پرورش، رفت و آمد، و سایر فعالیت های اجتماعی برخوردار شوند.

توان یار محلی راهنمای مربوط به نحوه تشکیل این گروه ها یا تشکل های ویژه افراد معلول را در اختیار دارد. که در صورت تمایل می توانید آنرا تهیه کنید.

## نتیجه

هرگاه فکر می‌کنید فرد معلول توانایی شرکت در فعالیت‌های خانوادگی و اجتماعی را دارد، می‌توانید با پاسخ به پرسش‌های زیر کار خود را ارزشیابی کنید. جواب‌های شما نشان‌دهنده موفقیت یا عدم موفقیت شما است رفتار فرد تحت آموزش را به دقت زیر نظر بگیرید. اگر فرد می‌تواند فعالیتی را انجام دهد در فهرست زیر، کلمه «آری» و اگر نمی‌تواند کلمه «خیر» را بنویسید.

پرسش‌ها	پاسخ‌ها
<b>فعالیت‌های خانوادگی</b>	
آیا با خانواده غذا می‌خورد؟	آری <input type="checkbox"/> خیر <input type="checkbox"/>
آیا در فعالیت‌های داخل منزل مشارکت می‌کند؟	آری <input type="checkbox"/> خیر <input type="checkbox"/>
آیا در فعالیت‌های خارج از منزل مشارکت می‌کند؟	آری <input type="checkbox"/> خیر <input type="checkbox"/>
آیا به عنوان عضو ی از خانواده، به سایرین کمک می‌کند؟	آری <input type="checkbox"/> خیر <input type="checkbox"/>
<b>فعالیت‌های اجتماعی</b>	
آیا به دیدن دوستان و همسایه‌ها می‌رود؟	آری <input type="checkbox"/> خیر <input type="checkbox"/>
آیا در فعالیت‌های مذهبی شرکت می‌کند؟	آری <input type="checkbox"/> خیر <input type="checkbox"/>
آیا عضو ی از یک گروه یا انجمن هست؟	آری <input type="checkbox"/> خیر <input type="checkbox"/>
آیا در انتخابات رای می‌دهد؟	آری <input type="checkbox"/> خیر <input type="checkbox"/>
آیا مقام یا مسئولیتی را در جامعه به عهده دارد؟	آری <input type="checkbox"/> خیر <input type="checkbox"/>

سپس به دو پرسش زیر پاسخ دهید و اگر پاسخ پرسش‌های بالا در زمینه فعالیت‌های خانوادگی و اجتماعی «آری» است تاریخ را مقابل کلمه «آری» بنویسید.

اگر بعضی از پاسخ‌ها «آری» و بعضی «خیر» است تاریخ را در خانه «گاهی» بنویسید و اگر همه پاسخ‌ها «خیر» است تاریخ را در خانه «خیر» بنویسید.

آری ☐ گاهی ☐ خیر ☐

■ آیا در فعالیت‌های خانوادگی مشارکت می‌کند؟

آری ☐ گاهی ☐ خیر ☐

■ آیا در فعالیت‌های اجتماعی مشارکت می‌کند؟

اگر جواب هر دو پرسش «آری» است کار خود را با موفقیت انجام داده‌اید و او در فعالیت‌های خانوادگی و اجتماعی فرد فعالی است و دیگر به این کتابچه نیازی ندارید.

اگر یکی از دو پاسخ «خیر» بود ممکن است به دلیل یکی از موارد زیر باشد.

برای پیدا کردن دلیل عدم موفقیت در کارها دوباره به فهرست مراجعه کنید و کوشش دوباره‌ای برای آموزش فرد معلول به عمل آورید.

علت	چه باید کرد
۱- فرد مایل نیست در یک فعالیت شرکت کند. اگر اکنون فرد مایل است که در فعالیت شرکت کند. اگر هنوز هم مایل به انجام فعالیت نیست.	به او توضیح دهید که چگونه باید آن فعالیت را انجام دهد. می توانید در انجام فعالیت به او کمک کنید. آموزش را آن قدر تکرار کنید تا بتواند آن ها را انجام دهد. آموزش آن فعالیت را متوقف کنید. پس از گذشت مدتی می توانید دوباره آموزش را از سر بگیرید.
۲- خانواده و جامعه، فرد معلول را به عنوان عضو اصلی نپذیرفته اند.	به آن ها توضیح دهید که چرا باید فرد معلول را بپذیرند. در مورد اینکه این کار چرا و چگونه به فرد معلول کمک می کند با آن ها صحبت کنید.
۳- به مدت کافی فرد معلول را آموزش نداده اید.	آموزش به فرد معلول را آنقدر ادامه دهید تا فعالیت را انجام دهد. چنانچه پس از گذشت ۶ ماه نتیجه ای نگرفتید با توان یار محلی مشورت کنید.
۴- به نحو صحیح از دستورها پیروی نکرده اید.	دوباره کتابچه را بخوانید. اگر فکر می کنید متوجه آموزش ها نشده اید با توان یار محلی صحبت کنید. آموزش را تکرار کنید تا موقعی که فرد معلول فعالیت را انجام دهد. سپس استفاده از کتابچه را متوقف کنید.
۵- فرد به خاطر شدت معلولیت نمی تواند یاد بگیرد.	استفاده از این مجموعه را متوقف کنید.

■ اگر به استفاده از این کتابچه ادامه می دهید، فرد را بعضی مواقع آموزش دهید، و سپس دوباره به این سؤالات پاسخ دهید تا ببینید آیا فرد فعالیت های بیشتری را انجام می دهد یا خیر.