



سازمان بیهوشی کشور  
معاونت امور توانبخشی  
سازمان توانبخشی مبتنی بر جامعه

آموزش در جامعه برای کمک به افراد معلول

۳

---

## کتابچه‌ی آموزشی برای اعضای خانوادگی فردی که مشکل بینایی دارد

چگونه می‌توان تحرک و جهت‌یابی را آموزش داد



سازمان بهداشت جهانی



## خانواده گرامی

این کتابچه به شما کمک می‌کند تا با مشکلاتی که فرد تحت مراقبت شما دارد، آشنا شوید و روش آموزش دادن او را یاد بگیرید و از بروز رفتارهای نامطلوب وی جلوگیری کنید.

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

۱. ابتدا تمام کتابچه را یک بار بخوانید.
۲. ببینید کدام بخش برای فرد تحت آموزش شما لازم و مفید است.
۳. اگر فرد در موردی تواناست یا مشکلی نداشت، می‌توانید به بخش‌های دیگر بپردازید.
۴. اگر فرد در مواردی مشکل دارد، روی آن بخش وقت بیشتری بگذارید.
۵. در آموزش به فرد عجله نکنید.
۶. فرد را مجبور به انجام کاری نکنید.
۷. اگر کاری را یاد گرفت و به تنهایی انجام داد او را تشویق کنید.

### منظور از این کتابچه راهنما چیست؟

- مشکلات افراد نابینا در خصوص جابجایی
- آموزش تحرک و جهت‌یابی در منزل و حیاط
- آموزش تحرک و جهت‌یابی در بیرون از خانه
- نحوه استفاده از عصا برای نابینایان
- نحوه عبور از مناطق دشوار روستا نظیر جوی آب، رودخانه، عبور از خیابان



■ کودکانی که مشکل بینایی دارند بهتر است آموزش های تحرک و جهت یابی را از سنین کودکی فرا بگیرند.



■ افراد بزرگسال که مشکل بینایی دارند نقص خود را نمی پذیرند و حتی قبول ندارند که برای جابجایی مشکل دارند. بررسی کنید فرد چه کارهایی را می تواند و چه کارهایی را نمی تواند انجام دهد. ممکن است بعضی از فعالیت های این کتابچه را بتواند انجام دهد، در این صورت فعالیت هایی را انجام دهید که نمی تواند انجام دهد.

■ برخی افراد سالمند که مشکل بینایی دارند ممکن است مشکل شنوایی و یا حرکتی نیز داشته باشند. این افراد به مدت زمان بیشتری برای آموزش نیاز دارند.

■ بعضی از افرادی که مشکل بینایی دارند ممکن است زود خسته شوند زیرا عادت ندارند که کارهای زیادی را انجام دهند. این افراد را آهسته و با حوصله آموزش دهید. وقتی خسته می شوند آموزش را متوقف سازید و پس از استراحت آموزش را ادامه دهید.



■ فردی را که آموزش می دهید ممکن است بینایی ضعیفی داشته باشد. اگر این طور است بگذارید از نزدیک به اشیاء نگاه کند تا بتواند برای رفت و آمد از تمام قدرت بینایی اش استفاده کند.

■ فردی را که آموزش می دهید ممکن است در تاریکی مشکل بینایی داشته باشد، در این صورت فعالیت هایی را که در این کتابچه شرح داده شده هنگام روز به او آموزش دهید، زیرا در روز از بیشترین قوه دید خود استفاده می کند.

وقتی توانست این فعالیت ها را در روز انجام دهد، آن وقت در تاریکی و هنگام شب نیز او را آموزش دهید.

### چگونه می‌توان به فرد یاد داد که با یک راهنما به این سو و آن سو برود.



■ از آنجا که فرد از بینایی اش استفاده نمی‌کند، باید موقعیت اشیاء را بخاطر داشته باشد. به او کمک کنید، جای هر چیز را در خانه، حیاط و روستا یاد بگیرد و به خاطر بسپارد. کار را با آشناترین وسایل خانه شروع کنید. سپس کمک کنید تا محل اشیاء حیاط را یاد بگیرد. وقتی گوشه و کنار خانه و حیاط را یاد گرفت. به او کمک کنید تا با چیزهایی که در روستا وجود دارد آشنا شود و آنها را به خاطر بسپارد.



■ هنگامی که به فرد کمک می‌کنید تا جای هر چیز را در خانه، حیاط و روستا یاد بگیرد، از او بخواهید بازوی شما را درست در بالای آرنج بگیرد به این ترتیب به فاصله نیم قدم پشت سر شما خواهد بود تا بتواند حرکاتتان را دنبال کند.



■ ممکن است راهنمای کودک نابینا باشید، در این صورت لازم است که دستتان را بگیرد.



■ ممکن است راهنمای فرد سالمندی باشید، در این صورت باید به بازوی شما تکیه دهد تا راهنمایی اش کنید.

### در خصوص آموزش تحرک و جابجایی در محیط خانه موارد زیر را در نظر داشته باشید:



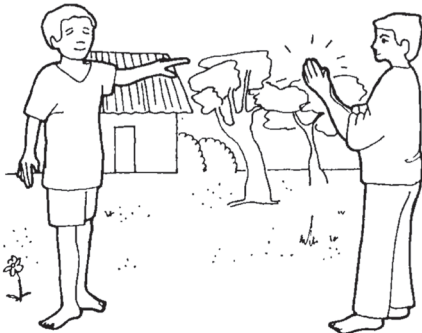
۱. در ابتدا اطراف خانه را به او نشان دهید. برایش شرح دهید به چه طریق در محیط خانه جابجا شود. درباره چیزهایی که در خانه است مثل در، پادری و بخاری با او حرف بزنید به او بگویید به آنها دست بزند تا جایشان را یاد بگیرد. به این ترتیب یاد می گیرد چگونه در خانه به این سو و آن سو برود.



۲. سپس محیط حیاط خانه را برای او تشریح کنید. درباره چیزهای حیاط برایش حرف بزنید. او را به سوی درخت ها و بوته ها، اجاق، و حصار هدایت کنید. درباره نوع زمینی که بر روی آن راه می روید برایش توضیح دهید. به او یاد دهید زمین های متفاوت را با پاهایش حس کند و بشناسد اگر زمین ناهموار، صاف، شنی یا پر علف باشد به او بگویید. بگذارید زمین را با پاهایش حس کند تا تفاوت را تشخیص دهد.

۳. به فرد بیاموزید با شنیدن اصوات گوناگون سرش را بگرداند. کمکش کنید جهت صدا را تشخیص دهد. همچنین طرز تشخیص منبع صدا و فاصله آن را به او یاد دهید.

### تمرین زیر برای آموزش جهت صدا می تواند استفاده شود:



چند قدم از شخص دور شوید و با او صحبت کنید از او بخواهید به همان جهتی که شما هستید اشاره کند. جای خود را تغییر دهید و این کار را آن قدر تکرار کنید تا فرد با اطمینان بتواند بگوید شما کجا هستید.

سپس دورتر شوید و از او بخواهید فاصله تان را حدس بزند. بدین ترتیب فرد می آموزد صداها از کجا و از چه فاصله می آید. همین تمرین را می توانید با سایر صدا ها نظیر دست زدن و غیره انجام دهید.

### آموزش فرد نابینا در محیط بیرون از خانه:

■ فرد نابینا را برای قدم زدن در روستا راهنمایی کنید و چیزهایی را که در سر راه است مثل چاله، سنگ بزرگ یا درخت را برای او تشریح کنید. کمکش کنید تا با دست و پا آنها را لمس کند و محل آنها را تشخیص دهد.



■ درباره همسایه ها به خصوص هم سن و سالانش با او حرف بزنید اسامی و سن همه اعضای خانواده را به او بگویید اگر این افراد را نمی شناسد، او را به ملاقات آنها ببرید.

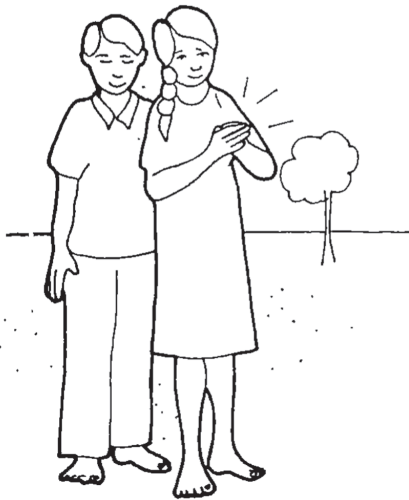
■ او را تشویق کنید با کسانی که در روستا ملاقات می کنید، حرف بزند. بدین ترتیب او می تواند صداها را مردم روستا را بشناسد.



■ برایش از حیواناتی که در روستا هستند مثل سگ، گربه، گاو و غیره صحبت کنید. اجازه دهید این حیوانات را لمس کند و به صدای آنها گوش دهد و آنها را بشناسد.

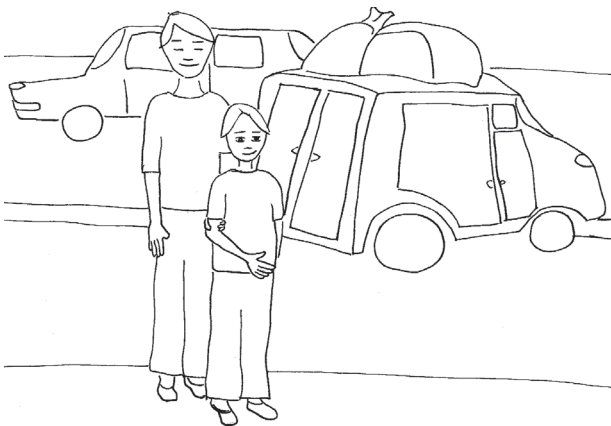
■ کمکش کنید تا صدا و بوی چیزهایی مثل حیوان و زباله را که در هنگام راه رفتن باید از آنها اجتناب کند تشخیص دهد.

■ بوهای مختلف را به او یاد بدهید مانند بوی غذا، بویی را که از بازار می آید، بوی گل و غیره، با استفاده از این بوها و صداها راهش را در روستا پیدا کند.



■ فرد را به جاهای مختلف روستا ببرید.

به او کمک کنید با گوش دادن به صداها بفهمد در کجا قرار دارد. اگر در فضای باز و وسیع باشید، یا نزدیک جنگل یا ساختمان کیفیت صدا متفاوت است. صدای پا نیز در جاهای مختلف متفاوت است. فرد می تواند با گوش دادن دقیق به صدای پا و سایر صداها تشخیص دهد که در فضای باز حرکت می کند یا نزدیک دیوار یا ساختمان



■ کمکش کنید تا در یک فضای شلوغ و پر سر و صدا، تفاوت بین صداها یا مختلف مثل صدای آدم ها، حیوانات و ماشین را تشخیص دهد.



■ وقتی با هم در روستا قدم می زنید آن چه را که در اطرافش اتفاق می افتد را برایش شرح دهید. به این ترتیب راحت تر به این سو و آن سو خواهد رفت.

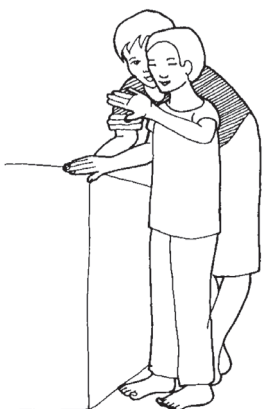
■ آنقدر روی زمین ناهموار با او راه بروید تا خودش بتواند بی آنکه بیفتد، این کار را بکند. لازم است برای این کار تمرین کند.

■ به فرد کمک کنید تا تفاوت درجه حرارت هوا را حس کند، بعد از مدتی او می تواند زمان را از روی تغییر درجه حرارت تشخیص دهد.



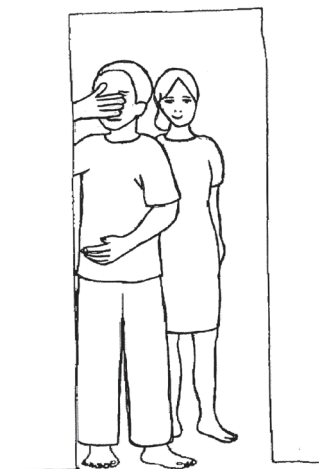
## چگونه می‌توان به فرد یاد داد به تنهایی رفت و آمد کند

■ وقتی فرد تمام چیزهایی را که در خانه و حیاط وجود دارند، به خاطر سپرد، به او یاد بدهید بی آنکه دست شما را بگیرد در این محل‌ها حرکت کند. به او کمک کنید در این حال از خودش حفاظت کند.



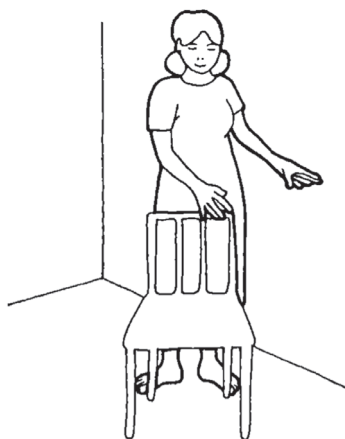
■ به او یاد بدهید هنگام راه رفتن در منزل یک دستش را بالا بیاورد و جلوی صورتش بگیرد.

دست را باید جلوی صورت صورت نگهدارد، با این الگو او می‌تواند از سر و صورت خود حفاظت می‌کند. با استفاده از دست دیگر و پاها نیز می‌تواند اشیاء را پیدا کند و بدون این که به آنها برخورد کند از میان آنها عبور کند.



■ بتدریج به او بیاموزید بی آنکه دست شما را بگیرد، در خانه راه برود. در هنگام راه رفتن با او صحبت کنید، آن چه را پیرامون او قرار دارد برایش شرح دهید و هنگامی که به تنهایی حرکت می‌کند گفته‌های خود را تکرار کنید بدین ترتیب او جای اشیاء مختلف را خواهد آموخت.

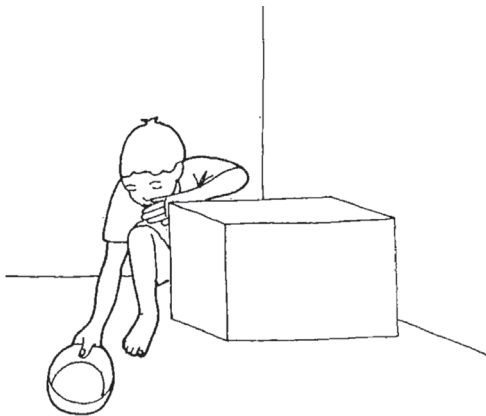
■ هنگامی که برای اولین بار به تنهایی شروع به راه رفتن می‌کند، ممکن است به چارچوب در، دیوارها یا اثاثیه برخورد کند. اگر یک دست را مقابل صورت خود بگیرد می‌تواند از خود محافظت کند.



■ همچنین می‌توانید به او یاد بدهید هنگام راه رفتن در خانه، یک دست را پایین بیاورد و جلوی بدن نگاه دارد. به این ترتیب هم از خودش محافظت می‌کند و هم اشیایی مثل میز و صندلی را تشخیص می‌دهد.



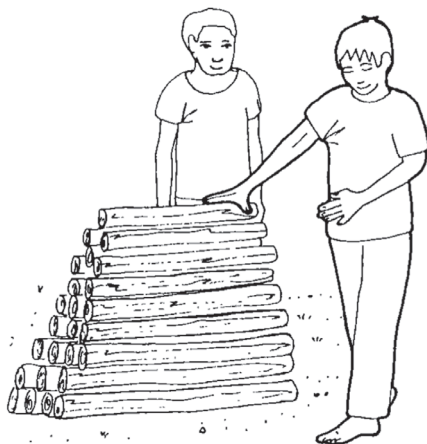
■ او می تواند دستش را بالا جلوی صورتش بگیرد و در منزل راه برود.  
در این صورت می تواند دست دیگر را پایین و جلوی بدن نگاه دارد.



■ به او بیاموزید، موقع خم شدن دستش را جلوی صورتش بگیرد. این کار مانع از برخورد صورت با اشیایی از قبیل میز یا صندلی می شود.  
■ همچنین می توانید به فرد بیاموزید برای آن که تا انتهای دیوار یا میز پیش برود از پشت دست خود استفاده کند.

■ ابتدا از این که بدون راهنما راه می رود احساس تنهایی می کند در این صورت نزدیکش بایستید و با او صحبت کنید. به این ترتیب می فهمد کنارش هستید و دوستش دارید. با این کار او را تشویق می کنید.

■ هرگز بی آنکه بگویید کجاست و شما چه وقت بر می گردید تنها در محلی ناشناخته رهاش نکنید.



■ به فرد بیاموزید برای رفتن به محلی معین در چه جهت باید حرکت کند. برای این کار، از محلی آشنا، مثل چارچوب در یا دیوار شروع کنید. کمکش کنید تا به خاطر بسپارد که برای رسیدن به محل مورد نظر چه موقع و چگونه تغییر جهت دهد.

■ هنگامی که فرد توانست به تنهایی در خانه حرکت کند، به او یاد بدهید همین کار را در حیاط انجام دهد.

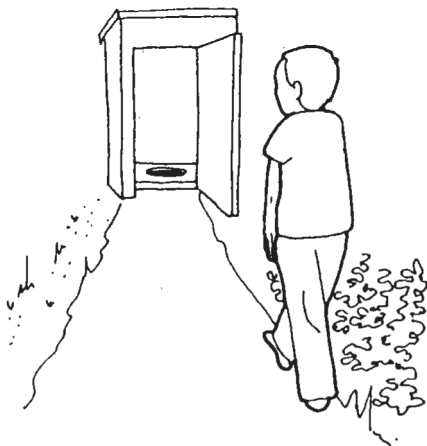
می تواند برای حفاظت از خود یک دستش را پایین جلوی بدن بگیرد و با دست دیگر و پاهایش اشیای داخل حیاط را پیدا کند.



■ فرد می تواند یک دستش را جلوی صورتش بگیرد تا از خطر برخورد با شاخه های درختان محفوظ بماند.  
ضمن راه رفتن در حیاط با او حرف بزنید. درباره چیزهایی که در حیاط است برایش توضیح دهید.



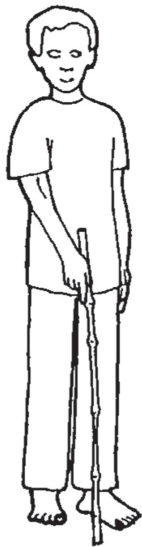
■ به او یاد بدهید برای آن که تا انتهای دیوار یا پرچین پیش رود از پشت دست استفاده کند.  
راه رفتن در جاده های سنگلاخ، پرچاله، یا بوته زارها برای فرد خطرناک است. سنگ ها یا بوته ها را از سر راه بردارید. تمام چاله ها را هم پر کنید تا فرد با ایمنی راه برود.



■ وقتی توانست به تنهایی در حیاط راه برود، به او یاد بدهید تنها به توالت برود و بازگردد.

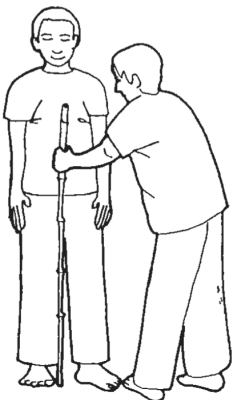
فردی را که آموزش می دهید، ممکن است سالمند باشد. در این صورت برای آن که زمین نخورد، باید اطمینان پیدا کنید در حیاط روی زمین هموار راه می رود. چنانچه فرد دست ها یا پاهای ضعیفی دارد می تواند با ورزش آنها را قوی کند. توان یار محلی برای تقویت دست ها و پاها، کتابچه آموزشی دیگری حاوی این ورزش ها به شما خواهد داد.

### **چگونه می توان به فرد یاد داد از چوب دستی یا عصا به عنوان راهنما استفاده کند**



■ به کودک یا بزرگسال که مشکل بینایی دارد، یاد بدهید از چوب دستی یا عصا به عنوان راهنما استفاده کند. بدین ترتیب می تواند به تنهایی در روستا رفت و آمد داشته باشد.

■ کودکان معمولاً از ۴ سالگی می توانند طرز استفاده از عصا یا چوب دستی را یاد بگیرند. برخی دیگر در سنین بالاتر قادر به یادگیری خواهند بود. بعضی از نابینایان می توانند در روستا به این سو و آن سو بروند چون روستایشان را می شناسند این افراد با استفاده از چوب دستی یا عصا ایمنی بیشتری خواهند داشت و اگر فردی را که آموزش می دهید از چوب دستی یا عصا استفاده نمی کند، استفاده از عصا را به او یاد بدهید به این ترتیب هر وقت بخواهد می تواند از آن استفاده کند.



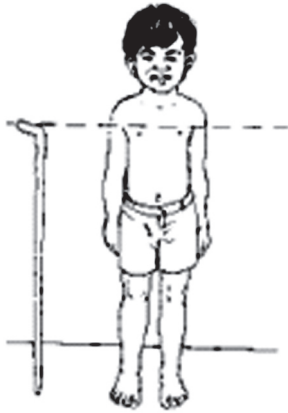
### **ویژگی های عصا و یا چوب دستی نابینایان**

ابتدا یک چوب دستی پیدا کنید که برای این کار قابل استفاده باشد. می توانید از شاخه درخت و یا نی استفاده کنید. چوب دستی باید راست و سبک باشد بعضی افراد مایلند عصای مخصوص نابینایان را بخرند. چوب دستی یا نی هم به خوبی عصای مخصوص است.



طول عصا باید به اندازه فاصله زمین تا وسط بالا تنه فرد باشد. اگر فرد تند راه می رود یا گام های بلند بر می دارد، عصا یا چوب دستی باید کمی بلندتر باشد. وقتی عصا را به دست می گیرد، نوک آن باید یک قدم جلوتر از او به زمین برسد.

### کمک به کودک در یادگیری استفاده از عصا (چوب دستی)



کودک با کمک تمرینات زیر می تواند گام های سریعتر و مطمئن تری بردارد زیرا جلوی خود را به کمک عصا حس کند.

طول عصا را مطابق شکل می توانید اندازه گیری کنید.

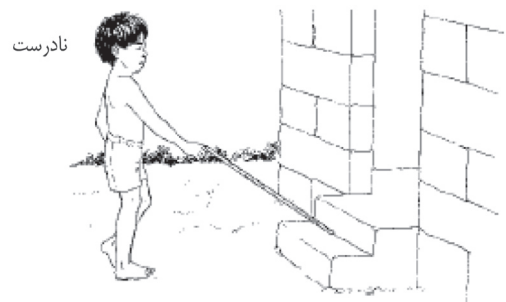
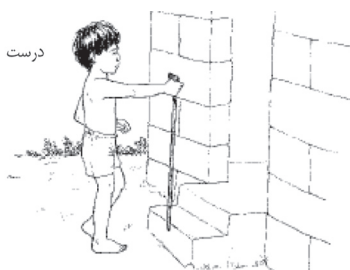
عصا باید نازک و سبک باشد لیکن به قدر کافی محکم باشد که به آسانی نشکند. انتهای بالایی عصا می تواند راست یا خمیده باشد.

کودک شما می تواند در بالا و پایین رفتن از پله ها و جدول خیابان از عصا استفاده کند.



۱. در آغاز، کودک تان را تشویق کنید که با استفاده از عصا جلوی خود را بررسی کند.  
۲. پیش از آنکه خسته شود کار را متوقف کنید.  
انجام این تمرین در ابتدا ۵ الی ۱۰ دقیقه کافی است.

به محض اینکه کودک به استفاده از عصا عادت کرد، به او بیاموزید آن را از طرفی به طرف دیگر حرکت دهد و به آرامی زمین را از طریق عصا حس کند. پهنای حرکت عصا می بایستی تنها اندکی از پهنای شانه هایش بیشتر باشد.



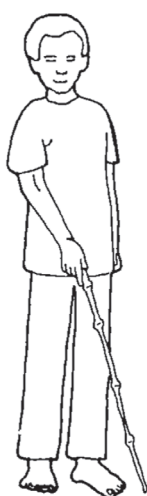
به کودک یاد بدهید برای حس کردن بلندی و موقعیت هر پله عصا را به صورت عمودی نگه دارد.

این وضعیت مناسبی برای حس بلندی پله ها نمی باشد. ممکن است بر اثر برخورد ناگهانی عصا به کودک آسیب برسد.

## چگونه فردی که مشکل بینایی دارد می تواند از عصا استفاده کند؟



■ فرد باید عصا را مطابق شکل نگه دارد.



■ فرد باید آرنجش را کمی خم کند تا دست با مرکز بدن هم تراز شود. عصا را هم باید درست از پایین انتهای بالایی آن در دست بگیرد. باید آن را طوری نگاه دارد تا آهسته با زمین تماس پیدا کند.

■ فرد نابینا می تواند عصا را در هر دستی که مایل است و تمایل دارد نگه دارد.



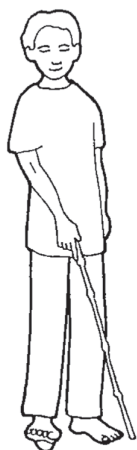
■ به فرد یاد بدهید با استفاده از حرکات میچ هنگام راه رفتن چوب دستی را به این طرف و آن طرف حرکت دهد. بازو بایستی در مرکز بدن باقی بماند.



■ انتهای چوب دستی باید در هر دو طرف جلوی پاها، با زمین تماس پیدا کند. فاصله میان دو نقطه ای که چوب دستی به زمین می خورد باید کمی بیشتر از پهنای شانه ها باشد.



■ وقتی چوب دستی در یک طرف به زمین خورد، فرد باید پای طرف دیگر را جلو بگذارد.



■ سپس وقتی چوب دستی در طرف دیگر به زمین رسید، باید پای دیگر را جلو بگذارد.



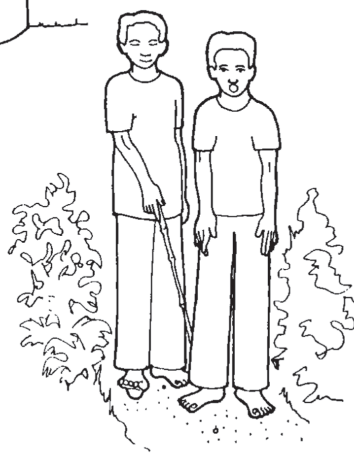
■ به فرد بیاموزید عصا یا چوب دستی را نزدیک زمین نگاه دارد تا اشیای کوچک سر راه به آن گیر کند. برایش شرح دهید که به کمک چوب دستی می‌تواند اشیای کوچک سر راه حس کند.



■ عصا که به اشیای مختلف می‌خورد، صداهای متفاوتی از آنها در می‌آید، به فرد بیاموزید به کمک صدا، اشیاء را از هم تشخیص دهد.



■ فرد می تواند برای شناسایی اشیاء بزرگتری که سر راهش قرار دارد از دست آزادش استفاده کند.



■ در ابتدا جلوی او حرکت کنید و با او حرف بزنید.



■ سپس پشت سر او راه بروید. بگذارید با عصا راهش را پیدا کند. تنها زمانی که در خطر سقوط یا زخمی شدن قرار داشت او را راهنمایی کنید.

ممکن است مدت زیادی طول بکشد تا فرد یاد بگیرد با استفاده از عصا راهش را پیدا کند. برای این که فرد یاد بگیرد کاری را درست و بدون خطر انجام دهد ممکن است لازم باشد آن را چندین بار تکرار کند.



■ اگر فردی را که آموزش می دهید بتواند کمی ببیند، باید مستقیم به روبه روی خود نگاه کند و چوب دستی را به زمین بزند، با این کار راه رفتن برایش خطر کمتری خواهد داشت.



### نحوه‌ی عبور از آب راه، رودخانه، پرچین و غیره:



■ ممکن است فرد بخواهد گاهی از آبراه یا جوی کوچکی عبور کند. در این صورت برای این که بفهمد پهنای آن چقدر است باید سعی کند عصا را به سمت مقابل بزند. برای پی بردن به عمق آب راه یا جوی نیز می‌تواند چوب دستی را به ته آن بزند. اگر نتوانست چوب دستی را به آن طرف جوی یا آبراه بزند، باید برای عبور از آن از کسی کمک بخواهد یا اگر آن آبراه یا جوی برایش ناآشناست باید برای عبور از آن از کسی کمک بطلبد.



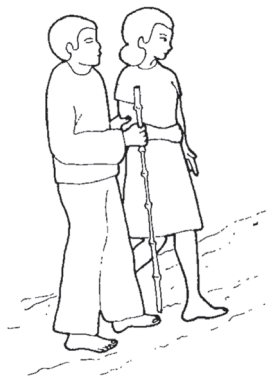
■ ممکن است فرد در مزرعه راه برود در این صورت برای آن که دو طرف برآمدگی بین مزارع را حس کند، باید از عصا استفاده کند. با این روش می‌تواند اطمینان یابد که روی برآمدگی‌ها راه می‌رود و در گل نمی‌افتد.



■ ممکن است شخص مایل باشد طرز بالا رفتن از پلکان را یاد بگیرد. برای فهمیدن ارتفاع پله‌ها باید با چوب دستی و پاها آنها را حس کند. به او یاد بدهید از پله‌ها بالا و پایین برود. اگر نرده‌ای وجود دارد برای کمک می‌تواند علاوه بر چوب دستی از نرده نیز استفاده کند.



■ زمانی که فردی در کنار حصار بلندی راه رود، می‌تواند با پشت دست آن را دنبال کند. باید با دست دیگر عصا را حرکت دهد تا سر راهش با چیزی برخورد نکند.



■ ممکن است فرد مجبور شود در نقاط کوهستانی رفت و آمد کند. اگر انجام این کار برای او مشکل باشد باید او را راهنمایی کرد. او می‌تواند با یک دست بازوی راهنما را بگیرد و با دست دیگر چوب دستی را نگاه دارد.

**در جابجایی و حرکت فرد در محیط روستا موارد زیر را مد نظر داشته باشید:**

۱. ابتدا همراه فرد به نقاط مختلف روستا مثل مدرسه، بازار، مرکز بهداشتی، یا مکان های عمومی دیگر بروید.

۲. سپس بگذارید تا خود به تنهایی به این مکان ها برود و راه برگشت را هم خودش پیدا کند.



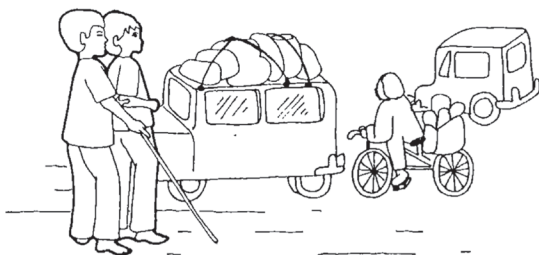
۳. بعد به او یاد بدهید اشیا را از جایی به جای دیگر ببرد، مثلاً آب بیاورد یا از بازار خرید کند.

۴. وقتی فرد نابینا کار جدیدی را یاد گرفت و توانست آن را با موفقیت و به تنهایی انجام دهد، به او بگویید کارش را خوب انجام داده است. به این ترتیب او خوشحال می شود و تشویق می شود بیشتر یاد بگیرد.

**چگونه می توان به فرد نابینا یاد داد که با ایمنی از خیابان بگذرد و با اتوبوس مسافرت کند.**

■ به فرد نابینا بیاموزید همیشه در جهت مخالف حرکت

اتومبیل ها و در کنار جاده راه برود.



■ به او بیاموزید در جاده های باریک به صدای اتومبیل ها

و اتوبوس هایی که از دو طرف می آیند، گوش دهد. برایش

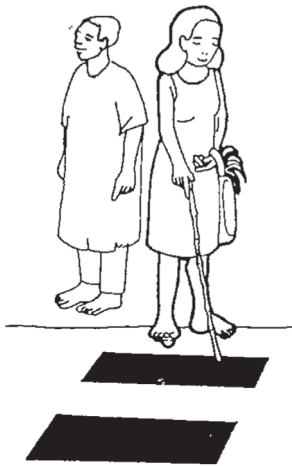
توضیح دهید که فقط وقتی از جاده عبور کند که جاده

خلوت باشد یا اتومبیل ها متوقف شده باشند.

■ اگر صدای اتومبیل ها را تشخیص نمی دهد، به او بگویید برای عبور از جاده از کسی کمک بخواهد.

■ در جاده های شلوغ، باید همیشه برای عبور از عرض جاده از افراد دیگر کمک بخواهد. به او بگویید بازوی

راهنما را بگیرد.



■ در صورتی که محل های مجاز عبور عابر پیاده یا علائم راهنمایی و خط کشی مشخص شده باشند، به او بیاموزید از این محل های مجاز عبور کند.

■ اگر با اتوبوس سفر می کند، می تواند از راننده یا سایر مسافران در مورد محل پیاده شدن کمک بخواند.



■ به کودکان بیاموزید که به وسایل نقلیه نزدیک نشوند.

کودکان بزرگتری که مشکل بینایی دارند می توانند با تعلیم صحیح در جاده های شلوغ راه بروند و از چهارراه ها و خیابان ها بگذرند و از اتوبوس برای رفت و آمد استفاده کنند. به کودکی که مشکل بینایی دارد یاد بدهید این کارها را در همان سنی که کودکان سالم آنها را می آموزند انجام دهد.

■ آموزش را تا زمانی که فرد بتواند بدون خطر در محل زندگی خود رفت و آمد کند، ادامه دهید.



■ به فرد بزرگسالی که مشکل بینایی دارد می توان آموخت به تنهایی سر کار برود. کودک نیز می تواند یاد بگیرد چگونه به تنهایی به مدرسه برود. فرد بزرگسال یا کودک ممکن است بخواهند به تنهایی خرید کنند، از چاه آب بکشند یا به دیدن دوست و یا همسایه ای بروند.

تا زمانی که فرد بتواند این فعالیت ها را بدون خطر انجام بدهد، آموزش را ادامه دهید.

## نتیجه

بعد از آن که این کتابچه را مدتی مورد استفاده قرار دادید، به دو پرسش زیر پاسخ دهید. ابتدا فردی را که آموزش می دهید تحت نظر بگیرید. سپس در خانه مقابل هر پرسش تاریخ بگذارید. به این ترتیب به آن پاسخ دهید:

- اگر فرد بدون کمک دیگری به این سو و آن سو می رود در خانه مقابل «به تنهایی» تاریخ بگذارید.
- اگر با کمک دیگری به این سو و آن سو می رود، در خانه مقابل عبارت «با کمک» تاریخ بگذارید.
- اگر نه در منزل و نه در روستا به این سو و آن سو نمی رود در خانه مقابل عبارت «به هیچ وجه» تاریخ بگذارید.

آیا در منزل حرکت می کند؟

به تنهایی ☐ با کمک ☐ به هیچ وجه ☐

آیا در روستا به این سو و آن سو می رود؟

به تنهایی ☐ با کمک ☐ به هیچ وجه ☐

■ اگر هر دو پاسخ "به تنهایی" است، شما و فرد مورد نظر کارتان را خوب انجام داده اید. می توانید استفاده از این کتابچه را متوقف کنید

■ اگر هر یک از پاسخ ها "با کمک" یا "به هیچ وجه" باشد، ممکن است به یکی از دلایل زیر باشد تمام فهرست را بخوانید تا دلیل احتمالی آن را بیابید و ببینید درباره آن چه باید کرد.

علت	چه باید کرد
۱- به او فرصت نداده اید تمام توانایی های خود را بروز دهد.	به او فرصت دهید، تلاش کند این کارها را با کمک کمتری انجام دهد. تا وقتی فرد بتواند هر فعالیتی را انجام دهد آموزش را تکرار کنید. سپس استفاده از این کتابچه را متوقف سازید.
۲- به مدت کافی او را آموزش نداده اید	به آموزش ادامه دهید. اگر پس از شش ماه نتیجه ای نگرفتید، با توان یار محلی مشورت کنید. سپس استفاده از این کتابچه را متوقف کنید.
۳- به طرز صحیح از تمرینات کتابچه پیروی نکرده اید	اگر فکر می کنید تمرینات را بخوبی انجام نداده اید، با توانیار محلی صحبت کنید. آنگاه تا زمانی که فرد از عهده انجام فعالیت برآید، آموزش را تکرار کنید. سپس استفاده از کتابچه را متوقف سازید.
۴- فرد به دلیل نوع معلولیتش نمی تواند آموزش ببیند.	باز هم برای انجام کار به کمک نیاز دارد. با توان یار محلی صحبت کنید. ببینید آیا باید استفاده از کتابچه را متوقف کنید یا نه.

اگر به استفاده از این کتابچه ادامه می دهید، مدتی دیگر فرد را آموزش دهید. سپس دوباره به پرسش ها پاسخ دهید ببینید آیا فرد می تواند فعالیت بیشتری انجام دهد یا نه.