



# آداب معاشرت با معلولان

براندی ال. دارنبرگ





---

# آداب معاشرت با معلولان

براندی ال. دارنبرگ



**توانا**

TAVANA

آموزشکده آنلاین  
برای جامعه مدنی ایران

e-collaborative

*for civic education*

---



آموزش‌شکده آنلاین  
برای جامعه مدنی ایران

<http://www.tavaana.org>

پروژه

e-collaborative  
*for civic education*

<http://www.eciviced.org>

---

## آداب معاشرت با معلولان

Disability Etiquette

---

نویسنده: براندی ال. دارنزیبرگ (Brandi L. Darenbourg, CRC, Ph.D)

---

مترجم: آموزش‌شکده توانا (آموزش‌شکده الکترونیکی برای جامعه مدنی ایران)

---

ناشر: E-Collaborative for Civic Education

---

عکس روی جلد: Pictograms Used by the United States  
National Park Service.

---

© E-Collaborative for Civic Education 2018

## e-collaborative for civic education

ECCE (E-Collaborative Civic Education) یک سازمان غیرانتفاعی در ایالات متحده آمریکا، تحت 501c3 است که از فن آوری اطلاعات و ارتباطات برای آموزش و ارتقای سطح شهروندی و زندگی سیاسی دموکراتیک استفاده می کند.

ما به عنوان بنیانگذاران و مدیران این سازمان اشتیاق عمیق مشترکی داریم که شکل دهنده ایده های جوامع باز است. همچنین برای ما، شهروند، دانش شهروندی، مسئولیت و وظیفه شهروندی یک فرد در محافظت از جامعه سیاسی دموکراتیک پایه و اساس کار است؛ همان طور که حقوق عام بشر که هر شهروندی باید از آن ها برخوردار باشد، اساسی و بنیادی هستند. ECCE دموکراسی را تنها نظام سیاسی قادر به تأمین طیف کاملی از آزادی های شهروندی و سیاسی برای تک تک شهروندان و امنیت برابری و عدالت می داند. ما دموکراسی را مجموعه ای از ارزش ها، نهادها و فرایندها می دانیم که مبشر صلح، توسعه، تحمل و مدارا، تکررگویی و جوامعی شایسته سالار است که به کرامت انسانی و دستاوردهای انسانی ارجح می گذارند.

ما پروژه اصلی ECCE یعنی «آموزشکده توانا: آموزشکده مجازی برای جامعه مدنی ایران» را در سال ۲۰۱۰ تأسیس کردیم. آموزشکده توانا در ارایه منابع و آموزش در دنیای مجازی در ایران، یک نهاد پیشرو است. توانا با ارایه دوره های آموزشی زنده در حین حفظ امنیت و با ناشناس ماندن دانشجویان، به یک جامعه آموزشی قابل اعتماد برای دانشجویان در سراسر کشور تبدیل شده است. این دروس در موضوعاتی متنوع مانند نهادهای دموکراتیک، امنیت دیجیتال، حقوق زنان، وب نویسی، جدایی دین و دولت و توانایی های رهبری ارایه می شوند. آموزشکده توانا آموزش زنده دروس و سمینارهای مجازی را با برنامه هایی مثل مطالعات موردی در جنبش های اجتماعی و گذارهای دموکراتیک، مصاحبه با فعالان و روشنفکران، دستورالعمل های خودآموز، کتابخانه مطالب توصیفی، ابزارهای کمکی و راهنمایی برای آموزشگران ایرانی و حمایت مداوم و ارایه مشاوره آموزشی برای دانشجویان تکمیل کرده است.

تلاش ما برای توسعه توانایی های آموزشکده توانا متوجه گردآوردن بهترین متفکران ایرانی و صداهای حذف شده است. به همین ترتیب، به دنبال انتشار و ارتقای آثار مکتوب روشنفکران ایرانی هستیم که ایده های آنان در جمهوری اسلامی ممنوع شده است.

یکی از نقاط تمرکز تلاش توانا، ترجمه متون کلاسیک دموکراسی و مقالات معاصر در این باره و نیز ترجمه آثار مرتبط با جامعه مدنی، حقوق بشر، حاکمیت قانون، روزنامه نگاری، کنشگری و فن آوری اطلاعات و ارتباطات است. امید ما این است که این متون بتواند سهمی در غنای فردی هموطنان ایرانی و بساختن نهادهای دموکراتیک و جامعه ای باز در ایران داشته باشد.

سپاسگزار بازتاب نظرات و پیشنهادهای شما

مریم معمارصادقی

اکبر عطری

M. Memar Sadeghi

Akbar Attari



چراغی سبز به سوی بزرگ منشی

## آداب سخن گفتن از معلولان

- آنچه می گوئید مهم است.
- گاهی ممکن است به طرف مقابل ناخواسته اهانت کنید.
- واژگان کهنه و منسوخ یا اغراق در تعریف و تمجید می تواند نشان تحقیر باشد.
- استفاده از زبان کوچه و بازار مناسب نیست.



## اصطلاحات:

- نقص عضو (در سطح اعضای بدن):  
هر گونه از کارافتادگی یکی از اعضای بدن یا عدم توانایی ذهنی-روانی
- معلولیت (در سطح شخصی):  
هر گونه محدودیت یا ناتوانی در بخشی خاص از بدن بر اثر نقص عضو
- ناتوانی (در سطح اجتماعی):  
هر گونه محدودیت محیطی یا اجتماعی که یک فرد معلول را در انجام برخی کارها محدود کند.

### لحن و کلامی که ارجحیت را به انسان می دهد

- فرد را باید از یک دیدگاه کامل مشاهده کرد.
- اول انسانیت فرد و آن‌گاه ناتوانی او.

• مثال:

فرد	انسان‌های فاقد بینایی
فرد کور	انسان‌های فاقد بینایی
کودک اوتیسمی	کودک مبتلا به اوتیسم
علیل	انسان‌های دارای معلولیت

## از چنین کلماتی اجتناب کنید

- علیل
- عقب مانده
- ذلیل
- زمین گیر (وابسته به صندلی چرخدار)

## پیشنهادات

- خودت باش
- انسان‌ها فردیت دارند و دارای ترجیحات خاص خودشان هستند.
- پیش از آن که به کمک بشتابید، از فرد دارای معلولیت بپرسید که آیا به کمک شما نیاز دارد. اگر به کمک شما نیاز ندارد به خواست ایشان احترام بگذارید.
- اگر فردی به کمک نیاز دارد، صبر کنید تا خودش بگوید چگونه به او کمک کنید.
- از کنجکاوی در جزئیات معلولیت فرد خودداری کنید. اگر معلولیت یک فرد ربطی به مکالمه و گفت‌وگوی شما با او ندارد معمولاً شایسته نیست آن را مطرح کنید.

### پیشنهادات بیش تر

- با خود فرد دارای معلولیت به طور مستقیم حرف بزنید، نه با کسی که او را همراهی می کند.
- دست دادن شیوه مناسبی برای سلام و احوال‌پرسی با همگان نیست. اگر تردید دارید از خود شخص بپرسید که آیا مایل به دست دادن با شما است یا نه. لبخند و خوش‌رویی همراه با سلام و تعارف همیشه مناسب و شایسته است.
- با بزرگ‌سالان مانند بزرگ‌سالان رفتار کنید.
- تظاهر نکنید حرف کسی دیگر را حتماً فهمیده‌اید. اگر نیاز بود از او تقاضا کنید حرفش را تکرار کند.
- آرامش خود را حفظ کنید و از این که از اصطلاحات روزانه‌ای مثل «به امید دیدار» یا «شنیدید چی گفتم»، اگر مرتبط با ناتوانی مخاطبتان بود، استفاده کردید شرمنده نباشید.
- از پرسش کردن نترسید.

## کمک کردن به افرادی که از صندلی چرخ‌دار استفاده می‌کنند

- صندلی چرخ‌دار ممکن است بخشی از حریم خصوصی یک فرد باشد. احترام صندلی چرخ‌دار را همچون حریم خصوصی نگه دارید و تا زمانی که فردی به شما اجازه نداده است به صندلی او تکیه نکنید و آویزانش نشوید.
- با طرف مقابل به طور مستقیم حرف بزنید و در برخی موارد که مناسب دیدید در مقابل کسی که روی صندلی چرخ‌دار نشسته است شما هم بنشینید یا تا سطح او خم شوید تا چهره‌ها تان به یک سطح برسد و بتوانید رو در رو با هم حرف بزنید.
- موانع معماری چون پله، دروازه‌های باریک، کناره‌های برجسته و غیره در مکان‌های عمومی ممکن است باعث مزاحمت و دردسر برای استفاده‌کنندگان از صندلی چرخ‌دار بشود. پس بهتر است موقع آدرس دادن این‌گونه موانع را در نظر بگیرید.
- وقتی فردی خود را از صندلی چرخ‌دارش به یک نشیمن‌گاه دیگر منتقل می‌کند، صندلی چرخ‌دار او را از دسترسش خارج نکنید مگر این‌که خودش به شما چنین گفته باشد.

## ارتباط و گفت‌وگو با کسی که ناتوانی گفتاری و لکنت زبان دارد

- در گفت‌وگو با فردی که سخن گفتن برایش مشکل است صبور باشید و سعی نکنید جملات او را برایش تمام کنید.
- بیش‌تر او را تشویق کنید تا تصحیح.
- اگر مشکلی در فهمیدن حرف‌های آن شخص دارید تظاهر نکنید که منظورش را می‌فهمید.
- برای روشن شدن چیزهایی که شنیدید آن‌ها را تکرار کنید.
- از طرف مقابل بخواهید چیزی که سعی در بیانش دارد را بنویسد.

## ارتباط و گفت‌وگو با کسی که ناتوانی ذهنی و فکری دارد

- از جملات کوتاه و واژگان واضح و مشخص استفاده کنید.
- از جر و بحث با کسی که تصور می‌کنید در اشتباه است خودداری کنید.
- احترام طرف مقابل را نگه دارید و در سطح سن و سال او حرف بزنید.
- صبور باشید و زمان بیشتری برای درک منظورتان به طرف مقابل بدهید.
- نشانه‌های سردرگمی و سوء تفاهم را دریابید.



### کمک کردن به کسانی که ناشنوا هستند یا گوش‌شان سنگین است

- سمعک ممکن است صدا را بلندتر کند اما به وضوح و روشنی صدا کمکی نمی‌کند.
- با زدن روی شانه فرد مقابل، دست تکان دادن برایش یا یک حرکت مناسب دیگر توجه او را جلب کنید.
- واضح و آرام ولی بدون اغراق حرف بزنید.
- اگر طرف مقابل لب‌خوانی می‌کند موقع حرف زدن دست‌هایتان یا غذا را از مقابل لب‌هایتان دور کنید.
- اگر طرف مقابل از مترجم استفاده می‌کند خود او را مخاطب قرار دهید، نه مترجمش را.
- اگر ضروری بود، کلمات را روی کاغذ بنویسید.
- اگر شما و مخاطبتان بلد هستید، از زبان اشاره استفاده کنید.

### کمک کردن به کسانی که مشکل بینایی دارند

- وقتی وارد اتاق می شوید یا از اتاق خارج می شوید به مخاطبتان اطلاع بدهید و او را از این که کجا هستید مطلع کنید.
- وقتی به فردی کمک می کنید کاری به بدن و عصایش نداشته باشید.
- در جهت یابی، روشن و بدون ابهام باشید و از به کار بردن کلمات مبهمی چون «از این طرف» و «آن سو» خودداری کنید.
- فرض نکنید تمام کسانی که نابینا هستند یا چشمانشان بسیار کم می بیند حتما زبان بریل را می توانند بخوانند.
- شاید ضروری باشد که اطلاعات نوشتاری را به طور شفاهی بیان کنید.

### کمک کردن به کسانی که حساسیت‌های گوناگون شیمیایی دارند

- حتماً از فرد بپرسید به چه چیزهایی حساسیت دارد و اکنون یا در گذشته به کدام داروها یا مواد غذایی آلرژی داشته است.
- شاید بهتر باشد افراد دارای حساسیت‌های گوناگون شیمیایی، تجهیزات و وسایل امدادی‌شان را همراه خود بیاورند.
- از نگهداری افراد در مکان‌هایی که به تازگی مواد آفت‌کشی در آن استفاده شده است، بوی قوی مواد ضدعفونی یا مواد تمیزکننده در آن‌جا هست، شمع‌های معطر دارد، مواد تازه‌کننده هوا در آن استفاده شده، تازه رنگ شده است، تازه فرش شده است یا به تازگی هر نوع مرمت و تعمیرکاری داشته است، خودداری کنید.
- اجازه بدهید فرد از ماسک، دستگاه تنفسی یا دستگاه فیلتر هوا استفاده کند یا این‌که اگر نیاز بود پنجره را باز کند.

## تجهیزات کمکی

- عصا، کراچ یا هر وسیله کمکی دیگر را مانند بخشی از بدن طرف مقابل در نظر بگیرید.
- به صندلی چرخ‌دار کسی تکیه نکنید.
- صندلی چرخ‌دار کسی را با نیت کمک کردن هل ندهید؛ مگر این که خود فرد از شما تقاضا کرده باشد.
- اگر فردی که از صندلی چرخ‌دار استفاده می‌کند درخواست انتقال به یک صندلی معمولی داشت یک صندلی مناسب نشستن در دسترس داشته باشید.

## حیوانات خدمتگزار و امدادی

- حیوانات خدمت‌گزار و امدادی را همچون عضوی از اعضای بدن فرد در نظر بگیرید.
- از نوازش، تغذیه یا برهم‌زدن تمرکز حیوانات امدادی اجتناب کنید.
- افرادی را که تمایل به حرف‌زدن درباره حیوان امدادی‌شان ندارند، درک کنید و راحت بگذارید.

سوآلی دارید؟

## منابع

- Arizona Bridge to Independent Living:  
<http://www.abil.org/disability-etiquette-tips/>
- City of San Antonio Disability Etiquette Handbook:  
<http://www.sanantonio.gov/DAO/PublicationsandMaps/DisabilityEtiquetteHandbook.aspx>
- Job Accomodation Network:  
<https://askjan.org/topics/disetiq.htm>
- Office of Disability Employment Policy:  
*Office of Disability Employment Policy (ODEP)*

