

# Κανόνες Συμπεριφοράς στην Καθημερινή Επικοινωνία με Άτομα με Αναπηρία



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ  
ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ



University of Macedonia, Thessaloniki, Greece

Chair UNESCO in Public Relations  
and in Communication with Disabled

Πανεπιστήμιο Μακεδονίας  
Καθημερινή Επικοινωνία  
Επιστημονικό Κέντρο  
για την UNESCO και Άτομα με Αναπηρία  
και με τη βοήθεια της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Copyright 2009 ©

ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ

Η παρούσα εκτός εμπορίου έκδοση προετοιμάστηκε  
από το Γραφείο της Γενικής Γραμματέως Επικοινωνίας

ΔΙΑΤΙΘΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ

Σε ηλεκτρονική μορφή η έκδοση βρίσκεται στον ιστότοπο [www.ameamedia.gr](http://www.ameamedia.gr).

ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΟΣ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ

Θύμιος Πρεσβύτες – Θεόδωρος Αναγνωστόπουλος

ARTISTIC LAYOUT

Thymios Presvytis – Theodoros Anagnostopoulos

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ

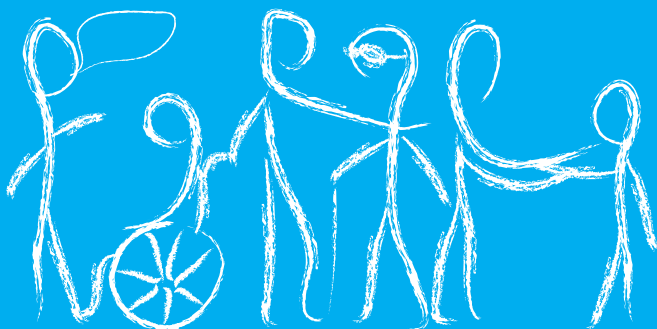
HELLENIC REPUBLIC

ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ – ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ

SECRETARIAT GENERAL OF COMMUNICATION – SECRETARIAT GENERAL OF INFORMATION

Φραγκούδη 11 & Αλ. Πάντου, Καλλιθέα, 10163 Αθήνα

11 Fragoudi & Al. Pantou St., Kalithea, 10163 Athens



Η Γενική Γραμματεία Επικοινωνίας – Γενική Γραμματεία Ενημέρωσης σε συνεργασία με την έδρα της UNESCO του Πανεπιστημίου Μακεδονίας προχώρησε στην έκδοση αυτού του σύντομου οδηγού, που περιέχει κανόνες συμπεριφοράς καθημερινής επικοινωνίας με άτομα με αναπηρία.

Εντάσσεται στο πλαίσιο των συντονισμένων δράσεων που αναπτύσσει από το 2006, η ΓΓΕ-ΓΓΕ στη θεματική «ΑμεΑ και ΜΜΕ».

Η ορθότητα των όρων που χρησιμοποιούνται έχει ελεγχθεί από την Εθνική Συνομοσπονδία Ατόμων με Αναπηρία (Ε.Σ.ΑμεΑ).

## Υποχρεώσεις Κρατών

Τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία κατοχυρώνονται από όλες τις διεθνείς πράξεις προστασίας των δικαιωμάτων του ανθρώπου και ειδικότερα από τη Σύμβαση για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία και το Προαιρετικό Πρωτόκολλο του 2006 που τέθηκαν σε ισχύ το 2008.

Για την εφαρμογή των ανωτέρω Συμβάσεων, τα κράτη μέρη θα πρέπει να προβούν σε δυο βασικές ενέργειες:

### I. Να αφηνίσουν την κοινωνία

- αρχίζοντας από την οικογένεια του ατόμου με αναπηρία, για την ανάγκη σεβασμού των δικαιωμάτων του και της αξιοπρέπειάς του.
- καταπολεμώντας στερεότυπα, προκαταλήψεις και επιβλαβείς πρακτικές. Υιοθετώντας σε όλα τα επίπεδα του εκπαιδευτικού συστήματος το σεβασμό των δικαιωμάτων των ανθρώπων και ειδικότερα των ατόμων με αναπηρία.
- αναγνωρίζοντας τις ικανότητες και δεξιότητες των ατόμων με αναπηρία. Ενθαρρύνοντας τα ΜΜΕ στην προβολή ζητημάτων που αφορούν τα άτομα με αναπηρία και την προστασία τους.

II. Να εξασφαλίζουν προσβασιμότητα στα άτομα με αναπηρία

- Σε όλα τα δημόσια κτίρια, στα μέσα μεταφοράς, στο φυσικό περιβάλλον.
- Σε όλες τις δημόσιες και ιδιωτικές υπηρεσίες σε αστικές ή αγροτικές περιοχές.
- Στην τεχνολογία και στα νέα συστήματα πληροφόρησης και επικοινωνίας.



## Κανόνες Συμπεριφοράς

### Γενικοί

- Αν κρίνετε ότι υπάρχει ανάγκη να βοηθήσετε ένα άτομο με αναπηρία ρωτήστε το ποιος είναι ο καλύτερος τρόπος να το κάνετε.
- Προτιμήστε να μιλήσετε απευθείας στο άτομο με αναπηρία, παρά μέσω γονέα, συνεργάτη, συνοδού ή διερμνέα.



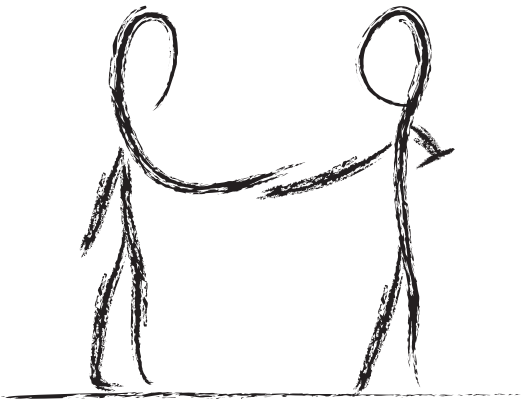
- Μιλήστε απλά και κατανοητά, χρησιμοποιώντας κοινές εκφράσεις, όπως «πρέπει να προλάβω», «θα έχεις νέα μου σύντομα», ανεξάρτητα από την αναπηρία που έχει το άτομο.

- Αν δεν έχετε οικειότητα με ένα άτομο με αναπηρία αποφύγετε να το ρωτήσετε για την αναπηρία του ή τις αιτίες της.
- Να είστε διακριτικός και υπομονετικός. Ένα άτομο με αναπηρία μπορεί να χρειαστεί περισσότερο χρόνο για να κάνει κάτι.
- Μην επαινείτε υπερβολικά ένα άτομο με αναπηρία που εκτελεί συνηθισμένες, καθημερινές εργασίες.
- Ενώ περιμένετε στη σειρά παραχωρήστε τη θέση σας σε ένα άτομο με αναπηρία. Μεσολαβήστε ώστε το άτομο να προχωρήσει μπροστά στη σειρά. Μην στέκεστε μπροστά του σε πολύ κοντινή απόσταση.
- Όταν χρησιμοποιείτε μέσα μαζικής μεταφοράς, προσφέρετε τη θέση σας στο άτομο με αναπηρία. Βοηθήστε το να επιβιβαστεί ή να αποβιβαστεί από το λεωφορείο, το τραμ ή το αεροπλάνο, αφού πρώτα ρωτήσετε με ποιο τρόπο μπορείτε να βοηθήσετε.
- Μην δείχνετε οίκτο σε άτομα με αναπηρία. Συμπεριφερθείτε τους ως ίσος προς ίσο, γιατί αυτό είναι. Όταν συνοδεύετε ένα παιδί που λόγω αθώας περιέργειας μπορεί να ρωτήσει για το άτομο με αναπηρία που τυγχάνει να είναι δίπλα σας, εξηγήστε του όσο πιο απλά μπορείτε ό,τι γνωρίζετε για το συγκεκριμένο είδος αναπηρίας. Μην αποτρέπετε το παιδί από το να κοιτάζει το άτομο με αναπηρία ή να ρωτήσει σχετικά.

## ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΑΝΑΠΗΡΙΑ

- Δεν κοιτάμε τα άτομα με κινητική αναπηρία με απορία ή αδιακρίσια. Τα άτομα αυτά δεν έχουν κάποια νοητική αναπηρία. Συνεπώς, οποιοδήποτε βλέμμα απορίας, δυσσεβείας και κυρίως λύπης μπορεί να επηρεάσει την ψυχολογία τους.
- Δεν υποβάλλουμε αδιάκριτες ερωτήσεις που αφορούν την αναπηρία τους και πιθανόν να τα φέρουν σε δύσκολη θέση.
- Αν μιλάτε για λίγο με χρήστη αναπηρικού αμαξιδίου, προσπαθήστε να χαμηλώσετε στο ύψος του, ώστε να αποκτήσετε οπτική επαφή.
- Μην αγγίζετε τα τεχνικά βοηθήματα (πατερίτσες, μπαστούνι, αναπηρικό αμαξίδιο), παρά μόνο εάν σας ζητηθεί.
- Όταν συστήνεστε σε άτομο με τεχνητό ή ακρωτηριασμένο χέρι, μην αποφεύγετε να του δώσετε το χέρι σας. Δώστε το χέρι σας ή αγγίξτε το με μία φιλική χειρονομία.





Μη στηρίζετε σε αναπηρικό αμαξίδιο. Είναι μέρος του προσωπικού χώρου του ατόμου που το χρησιμοποιεί. Όταν συνοδεύετε κάποιον χρήστη αναπηρικού αμαξιδιού, μην κρεμάτε στο αμαξίδιο του την τσάντα σας ή σακούλες με ψώνια προκειμένου να ελαφρώσετε τα χέρια σας. Γιατί; Το αναπηρικό αμαξίδιο και τα λοιπά τεχνικά βοηθήματα θεωρούνται ως «προέκταση του σώματος» του ατόμου με αναπηρία.

## ΤΥΦΛΟΙ ΚΑΙ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΟΡΑΣΗΣ

Όταν συναντήσετε τυφλό ή άτομο με πρόβλημα όρασης κάντε αισθητή την παρουσία σας. Χαιρετήστε το ακουμπώντας το βραχίονά του.

Ρωτήστε το εάν χρειάζεται βοήθεια και πού θέλει να πάει. Μπορείτε να πείτε το όνομα σας εφόσον σας το ζητήσει. Μην ενοχληθείτε εάν αρνηθεί τη βοήθειά σας. Απλά δεν τη χρειάζεται τη συγκεκριμένη στιγμή.

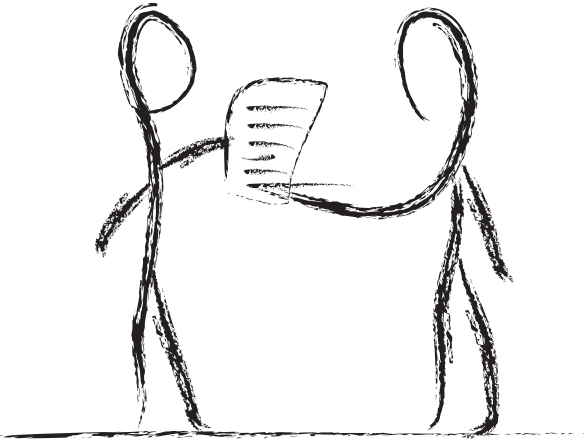


Όταν συνοδεύετε τυφλό ή άτομο με πρόβλημα όρασης, αφήστε το να σας πιάσει από το βραχίονα. Πάντα να προπορεύεστε ένα βήμα, έτσι ώστε να σας ακολουθεί εύκολα. Μην ξεχνάτε ότι το σώμα σας είναι ασπίδα για αυτό. Οι οδηγίες που του δίνετε να είναι σαφείς. Χρησιμοποιήστε λεκτικούς προσδιορισμούς, όπως εμπρός-πίσω-δεξιά-αριστερά. Όταν απομακρύνεστε από κοντά του να το ενημερώνετε.

Όταν του μιλάτε μην αλλάζετε τον τόνο της φωνής σας. Χρησιμοποιήστε το φυσικό σας τόνο, όπως μιλάτε σε οποιοδήποτε άλλο άτομο.

## ΚΩΦΑ ή ΒΑΡΗΚΟΑ ΑΤΟΜΑ

- Οι ακούοντες δεν θα πρέπει να αλλάζουν τη συμπεριφορά τους, όταν βρίσκονται σε περιβάλλον με κωφά ή βαρήκοα άτομα. Αυτό που πρέπει να κάνουν είναι να συμπεριφέρονται φυσιολογικά, να μην είναι νευρικοί και κυρίως να μην είναι συγκαταβατικοί.
- Επικεντρώστε την προσοχή σας όταν συνομιλείτε με κωφά ή βαρήκοα άτομα. Αν δεν καταλαβαίνετε τι λένε τα άτομα αυτά, ζητήστε τους να το επαναλάβουν. Μην προσποιήστε ότι καταλάβατε.



- Είναι πολύ σημαντικό να διευκρινίσουμε με ποιό τρόπο προτιμούν τα άτομα να επικοινωνούν μαζί μας. Τα περισσότερα άτομα χρησιμοποιούν την ελληνική νοηματική γλώσσα. Όμως, υπάρχουν και άλλα άτομα που προτιμούν να επικοινωνούν μέσω του γραπτού λόγου ή της χειλεανάγνωσης.
- Μιλάτε αργά και καθαρά σε κωφά ή βαρήκοα άτομα. Μη φωνάζετε και μη μιλάτε μέσα στο αυτί τους. Οι εκφράσεις του προσώπου σας και οι κινήσεις των χειλιών σας, βοηθούν τα άτομα να σας καταλάβουν. Αν εξακολουθείτε να μην είστε σίγουροι ότι σας έχουν καταλάβει, σημειώστε ό,τι θέλετε να πείτε.
- Εάν δεν είστε γνώστης της νοηματικής γλώσσας μην τη χρησιμοποιείτε, γιατί ο τρόπος που τα κωφά ή βαρήκοα άτομα και οι ακούοντες χρησιμοποιούν τις χειρονομίες και τις εκφράσεις με το σώμα, διαφέρουν τόσο σε ταχύτητα, όσο και σε ακρίβεια.
- Κάθε κράτος έχει δική του νοηματική γλώσσα. Αν λοιπόν βρεθείτε με κωφά ή βαρήκοα άτομα, διαφορετικής εθνικότητας, να θυμόσαστε ότι εκφράσεις ή λέξεις που ήδη γνωρίζετε στην ελληνική νοηματική, πιθανότατα να διαφέρουν.

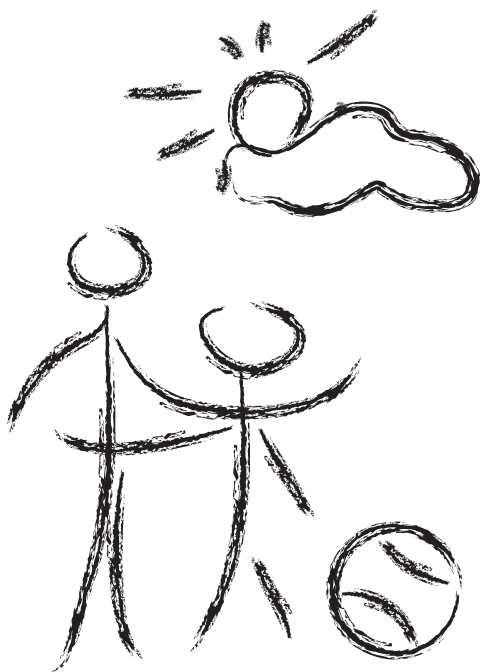
## ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΑΥΤΙΣΜΟ

- Όταν απευθύνεστε σε άτομα με αυτισμό, χρησιμοποιείτε μικρές προτάσεις που να αποτελούνται από τρεις με τέσσερις λέξεις.
- Τα άτομα με αυτισμό δε δέχονται αρνητικές εντολές, π.χ. προτιμήστε: «έλα μέσα», αντί για «μη βγαίνεις έξω».
- Αποφεύγετε τους δυνατούς θορύβους στο χώρο που βρίσκονται άτομα με αυτισμό, τις έντονες μυρωδιές, γενικά τα έντονα ερεθίσματα.
- Τα άτομα με αυτισμό δεν πρέπει να παραμένουν σε συνωστισμένους χώρους.
- Τηρείτε το ίδιο πρόγραμμα για τα άτομα με αυτισμό, αποφεύγοντας τις εκπλήξεις και τις απρόβλεπτες αλλαγές.
- Για να βοηθήσετε ένα άτομο με αυτισμό να συμμετάσχει σε μια δραστηριότητα, θα πρέπει να το καθοδηγήσετε με φυσικό τρόπο και τρυφερότητα, π.χ. πιάνοντάς το από το χέρι.



## ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΣΥΝΔΡΟΜΟ DOWN

- Όταν θέλουμε να μάθουμε κάτι σε ένα άτομο με σύνδρομο Down, το δείχνουμε με πράξεις και όχι με λόγια. Κάθε σωστή συμπεριφορά πρέπει να επαινείται άμεσα και να ανταμείβεται.
- Όταν απευθυνόμαστε σε άτομα με σύνδρομο Down μιλάμε καθαρά χρησιμοποιώντας απλές εκφράσεις.
- Ενθαρρύνουμε τα άτομα με σύνδρομο Down να συμμετέχουν σε ομαδικά παιχνίδια και αθλήματα, τα οποία βοηθούν στην καλύτερη φυσικής τους κατάσταση.
- Τα άτομα με σύνδρομο Down δυσκολεύονται να κάνουν δύο πράγματα ταυτόχρονα. Οι απλές και μεμονωμένες οδηγίες βοηθούν στο να αποκτήσουν αυτοπεποίθηση αίσθημα και ικανοποίηση, όταν ολοκληρώνουν κάποια εργασία.



Όλοι μπορούμε να συμβάλουμε στην προώθηση της ισότητας και της ανθρώπινης αξίας για τα άτομα με αναπηρία.

Ας κάνουμε πράξη αυτούς τους απλούς κανόνες συμπεριφοράς στην καθημερινή μας επικοινωνία.



## Πρωθήστε αυτό το έντυπο



ΑΘΗΝΑ-ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ 2009

Φραγκούδη ΙΙ και Αλ. Πάντου, Καλλιθέα, Τ.Κ. 101 63 Αθήνα  
τηλ. 210 90 98 000, [www.minpress.gr](http://www.minpress.gr), [www.ameamedia.gr](http://www.ameamedia.gr)

