

QENDRA E RESURSEVE
e prindërve të fëmijëve
me aftësi të kufizuara



Si të ndihmojmë
**PERSONAT ME
SHIKIM TË DOBËT
DHE TË VERBËR**

KONTAKTI I PARË



Personat me shikim të dëmtuar, ndonëse ka arritje në teknologjinë bashkëkohore që në masë të madhe lehtëson jetën e tyre, kanë nevojë për ndihmë të vazhdueshme në kryerjen e aktiviteteve të tyre të përditshme.

A keni në familje ose rrethinën tuaj dikë që ka shikim të dobët ose është i verbër? A e dini që secili prej nesh, në një periudhë të caktuar të jetës, mund të gjendet në situatë të njëjtë?



Shikoni këtë manual, ndoshta nesër, ndoshta pas një muaji ose menjëherë pasi të takoni ndonjë zotëri apo zonjë, ndoshta edhe fëmijë, me një shkop të bardhë. Kjo mund të ndodhë në rrugë, në stacion tepër të

plotë të autobusit, në punë ose restorant. Ndoshta do të dëshironi të ndihmoni, por nuk do të guxoni, sepse nuk dini si të bëni këtë. Ndoshta menjëherë do të reagoni, por me gabime dhe pa shkathtësi, andaj me atë më tepër do të pengoni sesa do të ndihmoni personin me shikim të dëmtuar.



Gjatë dhënies së ndihmës një personi tjetër, kontakti i parë është më i rëndësishmi. Ajo është një rregull e artë për themelimin e komunikimit të mirë, që duhet të përdoret çdoherë.

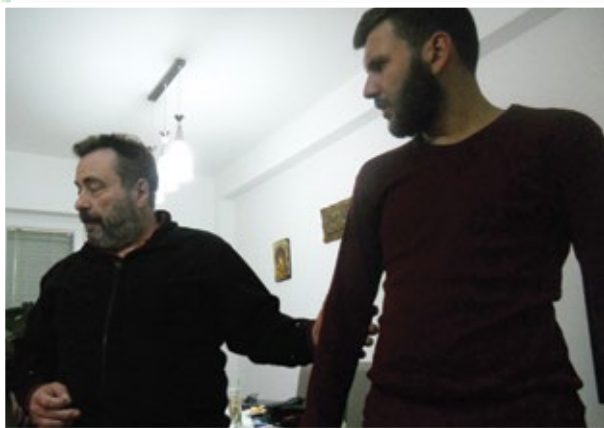


Kur ju i afroheni një personi të verbër ose person me shikim të dobët, duhet me qetësi të pyetni: „ A mund t’ju ndihmoj?” ose “A keni nevojë për ndihmë?”, e kështu me radhë. Gjithsesi mund të ndodh që ndihma juaj mund të jetë e refuzuar, por kjo nuk duhet t’ju zbraps, sepse në situatë tjetër ose për ndonjë person tjetër të verbër ndihma juaj do të jetë e nevojshme dhe do të mirëpritet.

LËVIZJE



Nëse personi i verbër ose personi me shikim të dobët e pranon ndihmën e ofruar, qëndroni afër dorës së lirë. Personi do të kap dorën tuaj menjëherë mbi bërrylin. Dora juaj duhet të jetë e lakuar tek bërryli. Në këtë mënyrë, personi i verbër është gjysmë hapi mbrapa juve. Kjo pozitë i mundëson që nëpërmjet dorës suaj të ndjejnë



të gjitha informacionet e rëndësishme gjatë lëvizjes dhe të ketë mjaft kohë që me kohë të interpretojë këto informacione.

ASNJËHERË mos e kapni personin e verbër për dore ose shpatulle duke e shtyrë para jush.

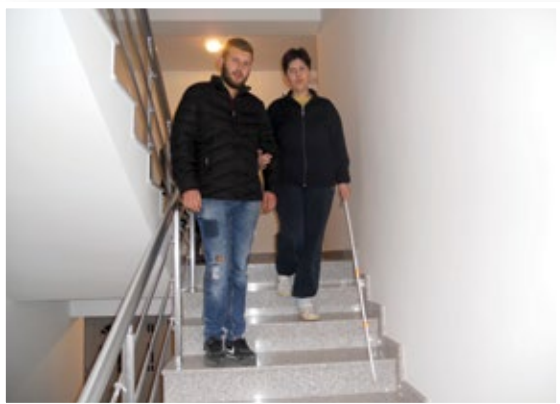
Ndonjëherë, në situata të caktuara, duhet të lëvizni dorën pas shpine që të mund personi i verbër të vazhdojë të lëvizë pas jush.

Fëmijët më lehtë e kuptojnë si të ndihmojnë miqtë e tyre të verbër ose me shikim të dobët.





Kur të arrini para shkallëve me personin e verbër që e shoqëroni, para se të filloni të ngjiteni ose zbritni, duhet pak të ndaloni, dhe t'i tregoni se çfarë gjendet para jush.



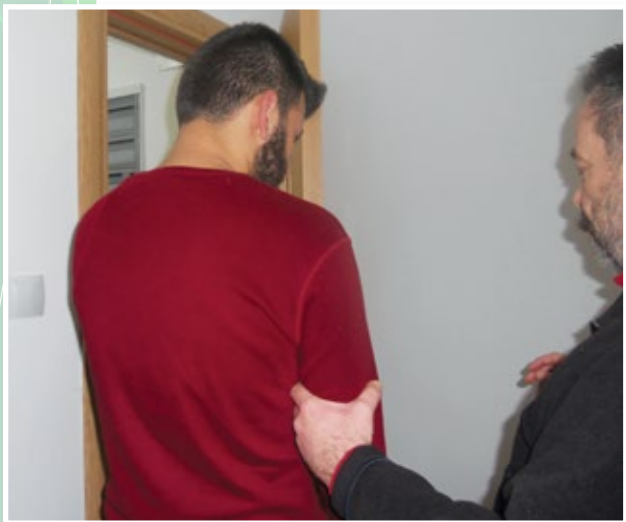
Kur të merrni hapin e parë, personi do të ndjejë ndryshimin e lartësisë në dorën tuaj dhe do të dijë në çfarë mënyre të veprojë.



E njëjta vlen edhe për ngjitje ose zbritje nga skaji i trotuarit, kur shoqëroni person të verbër ose me shikim të dobët.



KALIMI NËPËR DERË



Kalimi nëpër derë është një situatë e veçantë. Që t'ia lehtësoni personit të verbër ose me shikim të dobët, çdoherë derën hapeni me dorën në të cilën personi i verbër ju ka kapur, sepse në atë mënyrë personi do të merr informacion se në cilën anë hapet dera. Pasi që të kaloni nëpër derë, personi i verbër me dorën e lirë mund të mbyll derën.

Paralajmëroni personin nëse kaloni nëpër derë që hapet dhe mbyllet automatikisht. Gjatë përdorimit të derës që rrotullohet, duhet të vlerësoni nëse aty ka vend për dy persona. Nëse personi i verbër përdor shkop të bardhë, mësoni që vetë të kalojë.





Në situatë kur është e nevojshme që personit të verbër ose me shikim të dobët t'i ndihmoni të ulet, asnjëherë MOS e shtyni që të ulet në karrige të vendosur pas personit të verbër ose me shikim të dobët. Me dorën me të cilën mbahet për jush, vendosni në mbështetësin e karriges.

Personi vet do të gjejë mbështetësin dhe do të ulet. Si ndihmë mundeni që me dorën e tij të prekni tavolinën, me çfarë i ndihmoni personit të verbër ose me shikim të dobët më lehtë të orientohet për pozitën e tavolinës ose karriges.



SHOQËRIMI



Kur shkoni mysafir ose në restorant, duhet t'í tregoni personit të verbër, duke e marrë për dore, ku gjendet gota, mjetet për ushqim, ushqimi dhe ku gjendet shporta me bukë. Do të ndihmoni shumë nëse e prekni mishin në copë dhe të tregoni se ku gjendet mishi dhe ku gjendet pjesa tjetër e ushqimit në pjatë.



Ajo që është shumë me rëndësi të theksohet është që çdoherë të uleni dhe bisedoni bashkë, duhet t'i tregoni personit se kur do të largoheni nga tavolina, por edhe t'i tregoni sërish kur do të ktheheni në tavolinë. Vërehet qartë që komunikimi verbal është vendimtar kur ndihmoni një person të verbër ose me shikim të dobët.

Flitni ngadalë dhe jo tepër me zë.

Duke marrë parasysh që me zërin tuaj mund të jepni shumë informacione për rrethinën dhe nga gjithë zërat e tjerë, personi do të dëgjojë zërin tuaj në fillim.



TRANSPORTI PUBLIK



Nuk ka rregull të qartë për mënyrën e ngjitjes dhe zbritjes nga autobusi, treni, makina, kur shoqëroni person të verbër ose me shikim të dobët, sepse ajo varet se me çfarë mjeti transportoheni.

Sërish, do të sugjerojmë disa mënyra të kontrolluara:

- Gjatë ngjitjes dhe zbritjes në mjetet e transportit publik, detyrimisht përdorni derën e përparme tek vozitësi.
- Gjatë hyrjes në mjetin e transportit, duhet të keni parasysh që personi i verbër ose me shikim të dobët me dorën e lirë lehtë të mund të gjejë mbajtësin për të cilin do të mbahet.
- Duhet të ecni njëri pas tjetrit nëpër shkallë ose mes ulëseve.
- Kur do të arrini në vende të lira, ju duhet të parët të ecni një hap dhe të mundësoni që personi i verbër të mund t'ju ndjek. Mund të uleni në kohën e njëjtë.
- Gjatë daljes, gjithashtu duhet të ecni njëri pas tjetrit.

ORGANIZIMI

Rendi dhe saktësia janë fjalë me rëndësi të madhe për personat e verbër dhe me shikim të dobët. Këto persona synojnë pavarësinë, por që të mund ajo të plotësohet, një prej rregullave më të rëndësishme është që secila gjë duhet të ketë vendin e caktuar dhe çdoherë duhet të jenë në vendin e tyre. Andaj, kur ju i ndihmoni këtyre personave, kini parasysh që të ktheni gjërat në vendin e njëjtë prej ku i keni marrë. Kjo është posaçërisht e veçantë për personat e verbër dhe me shikim të dobët që jetojnë vet, udhëtojnë ose janë në punë.

Të keni kujdes me dyert, dyert e shtëpisë dhe të dhomave që duhet të jenë ose të hapura ose të mbyllura gjithë kohën, ndërsa dyert e mobilieve çdoherë të jenë të mbyllura. Gjithashtu, me rëndësi është mos të lihen gjëra të hedhura nëpër vende ku rregullisht kalojnë këta persona.

Gjatë shoqërimit me persona të verbër ose me shikim të dobët, saktësia, gjegjësisht respektimi i kohës që jeni marrë vesh të takoheni është shumë e rëndësishme. Për ata, minutat bëhen orë, veçanërisht kur nuk lëvizin, dhe nuk shikojnë. Kjo situatë në mënyrë të panevojshme e shqetëson personin e verbër ose me shikim të dobët.





Jemi në fund të këtyre udhëzimeve dhe sugjerimeve të thjeshta. Shpresojmë që ju kemi ndihmuar.

Nëse ndonjëherë në të ardhmen, gjatë takimit të rastësishëm me person të verbër ose me shikim të dobët, jeni më pak të hutuar ose ndjeheni më të sigurt, atëherë kjo broshurë ka arritur qëllimin e vet.

Personat me pengesa në shikim do të vlerësojnë ndihmën tuaj të ofruar dhe do të pranojnë me falënderim të gjerë.

***Shpirti nuk shikohet me sy,
por ndjehet me zëmër!***



QENDRA E RESURSEVE
e prindërve të fëmijëve
me aftësi të kufizuara

QENDRA E RESURSEVE

rr. Vasko Karangeleski 33

1000 Shkup

++389 78 449 851

++389 78 449 852

www.resursencentar.mk

Hartimi i broshurës është mundësuar me mbështetjen financiare e UNICEF-it, në kuadër të projektit: "Rritja e Mundësive për Inkluzion dhe Përmirësimi i Cilësisë së Jetës së Fëmijëve me Aftësi të Kufizuar me anë të Fuqizimit të Prindërve dhe Familjeve të Tyre".



Qëndrimet e shprehura në këtë broshurë janë vetëm të autorëve dhe nuk duhet patjetër të përputhen me qëndrimet dhe politikatat e UNICEF-it.