

DISmode

**“Онлайн обучение за подкрепящи модератори за
младежи с увреждания в процеса на преход от училищно
към висше образование”**

Номер на проекта: 2022-2-PT02-KA220-YOU-000095234



Работен пакет 2: Резултати от проекта

Резултат 3(R3):

**„Комуникационен модул за осведоменост за
хората с увреждания, етикет за хората с
увреждания, насоки за общуване, основно
използване на помощни технологии и
жестомимичен език“**

Версия 4, април 2024 г.

Автори:

**BULGARIAN
INCLUSION
SUPPORT
TEAM**



ipb

**INSTITUTO POLITÉCNICO
DE BRAGANÇA**



Съдържание

Въведение	4
Рамка на модула (микроудостоверение)	8
1. За уврежданията	14
1.1. Медицински модел	15
1.2 Социален модел	16
1.3 Био-психосоциален модел	18
1.4. Базираният на ICF подход към технологията и функционирането	19
2. Видове увреждания	23
2.1 Двигателни увреждания	24
2.2. Зрителни увреждания	25
2.3 Слухови увреждания	27
2.4. Нарушения на говора	28
2.5. Интелектуални увреждания	30
2.6. Проблеми с психичното здраве	31
2.7 Обучителни трудности	39
2.8. Медицински състояния	46
3. Етикет на хората с увреждания	48
4. Предразсъдъци и стереотипи	52
4.1 Предразсъдъци	52
4.2. Стереотипизиране	53
4.3. Справяне със семейните предразсъдъци към работоспособността на хората с увреждане	55
5. Увреждания и достъпност	56
5.1 Достъпност на околната среда	57
5.2 Поведенческа достъпност (достъпност на отношението)	59
6. Възможни адаптации на средата на учебно заведение	61
7. Преодоляване на виктимизация на младежи с увреждания	63
8. Развиване на положителна идентичност	67
8.1. Увреждания и образ в обществото	67

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

8.2. Идентифициране на положителните аспекти на това да си човек със способности и увреждания.....	69
9. Практическа част – да проверим какво сме научили?	72
9.1 Ролева игра 1 „Хората с увреждания – как се чувстват?“	73
9.2. Ролева игра 2 „Лесно за разбиране“	73
9.3. Ролева игра 3 „ Помогнете на ползвател на инвалидна количка “	74
9.4. Ролева игра 4 „Използване на правилни и неправилни думи“	75
9.5. Ролева игра 5 „Хора, използващи слухови апарати – как се чувстват?“	76
9.6. Ролева игра 6 „Четене по устни“	76
9.7. Ролева игра 7 „Кажете думата. Разберете как се чувстват младежи с обучителни затруднения“	77
9.8. Ролева игра 8 „Намерете алтернативен начин за ръкостискане“	78
9.9. Ролева игра 9 „Хора със зрителни увреждания – как се чувстват?“	79
10. Основна информация за дигиталните помощни технологии, които могат да бъдат полезни по време на обучението	80
10.1 Електронно водене на бележки	80
10.2. Помощни технологии, свързани с клавиатурата	88
10.3. Свързани с мишката.....	96
10.4. Сензорни екрани	102
11. Основни думи и фрази в образователния процес - на Български жестомимичен език 104	
11.1. Международна азбука с една ръка – gestuno	105
11.2. Британска двуръчна азбука.....	106
11.3 Важни думи и фрази, които могат да бъдат използвани от подкрепящите модератори на младежи с увреждания.....	107

Въведение



Предизвикателствата, които поставя прилагането на приобщаващото образование, са една от актуалните задачи на професионалната дейност на университетските преподаватели и образователните политики в Европейския съюз и извън него. Въпреки решителните усилия на международната общност за интеграция, някои страни все още се сблъскват с трудности и пречки при получаването на качествено образование за социалното състояние на студентите и младите хора в страната. Този факт потвърждава, че необходимостта от прилагане на приобщаващо образование не намалява необходимостта от

системен подход за справяне със социалното изключване, причинено от бариерите пред образованието.

Уврежданията имат медицински и социален корен. Те са резултат от взаимодействието между хора с „дълготрайни физически, умствени, интелектуални или сензорни увреждания, които във взаимодействие с различни бариери могат да възпрепятстват тяхното пълно и ефективно участие в обществото на равна основа с другите“ (член 1 от Конвенция за правата на хората с увреждания според ООН)¹.



Фигура 1- факти за уврежданията

Източник: Инфографика – Уврежданията в ЕС: факти и цифри, Съвет на Европа

Според Съвета на Европа близо 87 милиона души в Европа имат увреждане, което означава, че 1 от всеки 4 души (на възраст 18+) има увреждане² (данни от 2022 г.).



Фигура 2 Факти за увреждания 2

Източник: Инфографика – Уврежданията в ЕС: факти и цифри, Съвет на Европа

¹<http://www.un.org/disabilities/convention/conventionfull.shtml>

²<https://www.consilium.europa.eu/en/infographics/disability-eu-facts-figures/>

Хората с увреждания са два пъти по-склонни да напуснат училище преждевременно и имат 50% по-голям риск от бедност и социално изключване. В допълнение към това 1 от 2 души с увреждания се чувстват дискриминирани спрямо тях.

Основна причина е наличието на предразсъдъци относно очаквано общо по-ниско представяне. Социалното включване се реализира, когато всеки човек като индивид, е приет от обществото и има възможност да участва пълноценно в него.

Различията и отклоненията се възприемат съзнателно в контекста на социалното включване. Тяхното присъствие нито се поставя под въпрос, нито се разглежда като особеност от обществото. Правото на участие е социално-етично обосновано и се отнася до всички аспекти на живота, в които всеки трябва да може да се движи по безпрепятствен начин.

Този модул предоставя преглед на особеностите на уврежданията и съответните ограничения и бариери, пред които са изправени хората с тези увреждания. Той обхваща теми, които ще помогнат на подкрепящите модератори на младежи с увреждания да надградят знанията си и да разберат повече за различните видове увреждания. Все още няма общоприети категоризации на уврежданията, въпреки усилията за постигане на тази цел. Често използваната терминология за хората с увреждания варира в различните държави, а също и между различните общности на хората с увреждания в една и съща страна. В много общности на хората с увреждания има тенденция да се използва функционална терминология вместо медицински класификации.

Способностите могат да варират от човек на човек или от организация на хора с увреждания до подобна, и с течение на времето за различни хора с един и същи тип увреждане. Хората могат да имат комбинации от различни увреждания и комбинации от различни нива на тежест. Някои хора с различни заболявания не

биха се считали за хора с увреждания. Те обаче могат да имат ограничения на сетивното, физическото или когнитивното функциониране, което може да повлияе на достъпа им до пазара на труда.

Този модул дава съвети на подкрепящите модератори на младежи с увреждания как да работят независимо, да са наясно с определени предизвикателства, пред които могат да се изправят, и да избягват дискриминационни практики. Освен това, модулът предоставя основни насоки за преодоляване на предразсъдъците и стереотипите на семействата и обществото, които влияят на трудовия статус на младежите с увреждания. Този модул включва и развитие на положителна идентичност на човека с увреждане като път за постигане на независимост и приобщаване.

Модулът също така се занимава с често срещаните митове сред глобалното общество относно способностите на хората с увреждания да се справят с ежедневието. И накрая, но не на последно място, ние ви предоставяме кратко резюме за съответните помощни дигитални технологии, които могат да улеснят по-добрата подкрепа и дигитално включване на младежите с увреждания. Говорейки за комуникация, ние вярваме, че е важно да имат основни познания за основни думи и фрази, които могат да срещнат в комуникацията им във връзка с образованието, на Български жестомимичен език.

Рамка на модула (микроудостоверение)

Цели и задачи на модула	Подкрепящите модератори на младежи с увреждания трябва да: • Повишават способностите си за социално включване във всички сфери на живота на младежите с увреждания (професионални, лични и дейности в общността). • Повишават тяхната осведоменост за различни видове увреждания и предизвикателствата и бариерите, свързани с конкретното увреждане . • Реагират правилно в различни ситуации, докато работят с младежи с увреждания. • Разберат как се чувстват младежите с увреждания и какво смятат за важно за своята автономност и академична и професионална реализация. • Консултират младежите с увреждания и академичната общност за подходящи и разумни адаптации в учебния процес, за да осигурят максимална достъпност на средата. Модераторите също трябва да могат / знаят как да: • Общуват с хората с увреждания по подходящ и недискриминационен начин. • Работят с младежи с различни видове увреждания, като се вземат предвид специфичните аспекти на всяко увреждане. • Представят хората с увреждания пред академичния състав и пред общността, като се фокусират върху техните силни страни и способности, • Поддържат положителен образ на младежите с увреждания, без да пренебрегват ограниченията, породени от уврежданията. • Създават положителна информираност към
---------------------------------------	---

	младежите с увреждания, а не съчувствие. • Избягват виктимизацията на хората с увреждания. • Развиват позитивна идентичност на младежите с увреждания. • Се справят и преодоляват предразсъдъците и стереотипите на обществото.
Резюме	Модулът представя концепцията за самоопределение като един от ключовите елементи за независим живот и вземане на автономни решения. Хората с увреждания постигат автономно поведение, трябва да могат да налагат и защитават правата си да вземат собствени решения. Ето защо е уместно и допълнително обучение на умения за ефективна комуникация. С този модул ние предоставяме допълнителни разяснения и информация за това как подкрепящите модератори на младежи с увреждания могат да гарантират ценности и принципи като: индивидуалност, уважение, самоопределение, възможност за информиран избор, поверителност, гъвкавост и достъпност, както и разкриване на уврежданията (ако те не са видими). В допълнение, модулът предоставя преглед на уврежданията и съответните ограничения и бариери, пред които са изправени хората с тези увреждания. Обхваща теми, които ще помогнат на модератора да надгради знанията си и разбирането си за различните видове увреждания. Хората могат да имат комбинации от различни увреждания и комбинации от различни нива на тежест. Някои хора с различни заболявания не биха се считали за хора с увреждания. Те обаче могат да имат ограничения на сетивното, физическото или когнитивното функциониране, което може да повлияе на достъпа до

	образование. Чрез изучаването на този модул подкрепящите модератори на младежи с увреждания ще могат да работят независимо, да са наясно с определени предизвикателства, пред които могат да се изправят, и да избягват дискриминационни практики. Освен това, модулът предоставя основни насоки за преодоляване на предразсъдъците и стереотипите на семействата и обществото, които влияят върху трудовия статус на младежите с увреждания. Това включва и развитие на положителна идентичност на човека с увреждания като път към постигане на независимост и приобщаване. Модулът също така предоставя информация за дигитални помощни технологии, които могат да бъдат използвани по време на по-нататъшното обучение на младежи с увреждания. Като приложение, модулът предоставя видеоклипове с основни думи в комуникацията на жестомимичния език.
Необходими образователни ресурси	1. Компютър, лаптоп или таблет 2. Интернет достъп 3. Имейл акаунт За ролевите игри: 1. Превръзки за очи 2. Хартиени листове 3. Цветно отпечатана маска 4. Инвалидна количка или офис стол с колелца 5. Достатъчно пространство за игри
Обучителни пътеки	1. Присъствено: 3 часа

(възможност за микрокредитиране)	2. Обучение в електронна среда: 7 часа 3. Практически занимания: 4 часа
Необходими предишни познания	1. Да сте грамотни, да имате основни познания по увреждания и социални въпроси 2. Добри комуникативни умения 3. Основни ИКТ умения за използване на електронно обучение и цифрови технологии 4. Способност за сътрудничество с другите 5. Положителни нагласи и способност за изразяване на съпричастност към хората с увреждания 6. Основни познания в областта на работата с младежи със специални потребности.
Единици резултати от учене	Знания: • За различните подходи към хората с увреждания (ориентирани към личността); • Знания как да се прави разлика между различните подходи към хората с увреждания; • Знания за това как се чувства човекът с увреждане и какво смята за важно за своята автономност. • Положителна информираност по отношение на различни видове увреждания и предизвикателствата и бариерите, пред които е изправено конкретното увреждане . • Възможни реакции в различни ситуации и различни социални контексти по време на работа с младеж с увреждане. • Познания за дигиталните помощни технологии, които могат да осигурят допълнителна достъпност на младежите с увреждания • Познания за основни думи/фрази на националния жестомимичен език, които могат да бъдат полезни по време на комуникационния процес

Умения:

- Практическо приложение на основни личностно ориентирани методи
- Способност за подпомагане на хората с увреждания да вземат собствени и информирани решения
- Умения как да подходите към младежи с различни увреждания, както и как да прилагате персонализиран подход
- Умения за общуване с помощта на положителни изявления и недискриминационни думи
- Умения за предоставяне на надеждни услуги и консултации по въпроси, свързани с достъпността, справяне с предразсъдъците, изграждане на положителна идентичност
- Умения за организиране и консултиране на възможни корекции на достъпността в образователни институции.
- Умения за използване на дигитални помощни технологии
- Умения за комуникация на жестомимичен език.

Компетентности:

- Способност за развитие на индивидуално и личностно ориентирано отношение към хората с увреждания
- Разпознаване на трудностите или предизвикателствата за хората с увреждания при реализирането на техните индивидуални възприятия за живот
- Рефлексия върху отношението към хората с увреждания и водене на критичен спор за тях
- Повишена осведоменост за нагласите на обществото и възможните начини за преодоляване и справяне с тях

	• Повишена осведоменост относно уврежданията и особеностите на услугите, които трябва да бъдат адаптирани към индивидуалните нужди на всеки младеж с увреждане • Повишени възможности за алтернативна комуникация • Повишени дигитални умения по отношение на използването на помощни технологии.
--	---

1. За уврежданията



Според определението, направено от Световната здравна организация (СЗО), *увреждането* е всяка загуба или аномалия на психологическа, физиологична или анатомична структура или функция. Човек може да използва думата „увреждане“ във връзка с говор, слух, зрение и подвижност или с друга форма на загуба или аномалия. Човек може също да бъде "увреден" или от коригирано състояние (като късогледство).

От друга страна описанието на уврежданията има по-широк обхват. СЗО определя *увреждането* като всяко ограничение или липса, произтичаща от увреждане, на способността да се извършва каквато и да е дейност по начина или в границите, считани за нормални за всички хора.

Младежите могат да бъдат увредени поради физическо, интелектуално или сензорно увреждане, медицински състояния или психични заболявания. Такива увреждания, състояния или заболявания могат да бъдат постоянни или преходни по своя характер. Трайно физическо, сетивно или интелектуално увреждане значително ограничава една или повече от основните жизнени дейности на дадено лице, включително четене, писане и други аспекти на образованието; наемане на работа; и управление на различни основни функции на живота като обличане, къпане и хранене.

Въпреки това, не всички увреждания водят/завършват или създават увреждане. Следователно увреждането не е само здравен проблем. Това е сложен феномен, отразяващ взаимодействието между особеностите на тялото на човека и особеностите на обществото, в което живее (Лазаров, 2024). Преодоляването на трудностите, пред които са изправени хората с увреждания, изисква интервенции за премахване на архитектурните и социалните бариери.

Хората с увреждания имат същите здравни нужди като хората без увреждания – за имунизация, скрининг за рак и т.н. Те също могат да имат по-тясна граница на термина здраве, както поради бедност и социално изключване, така и защото те могат да бъдат уязвими към вторични заболявания.

Подкрепящите модераторите на младежи с увреждания играят важна роля като мост между обикновените хора от обществото и хората с увреждания, които се борят да преодолеят физическите и социални бариери и да станат равностойна част от съвременното общество.

1.1. Медицински модел

В рамките на медицинския модел увреждането се разбира като индивидуален проблем. Ако някой има увреждане – например – невъзможността да вижда, ходи или чува се разбира като негов медицински проблем.

Медицинският модел на увреждането разглежда увреждането като „проблем“, който принадлежи на индивида с увреждане. Не се разглежда като проблем, който засяга никого, освен засегнатия индивид. Например, ако учаш, използващ инвалидна количка, не може да влезе в сграда поради някои стъпала, медицинският модел би предположил, че това е заради инвалидната количка, а не поради стъпалата.

Ето защо медицинският модел на увреждане влияе и на начина, по който хората с увреждания мислят за себе си. Хората с увреждания също могат да бъдат

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

накарани да вярват, че техните увреждания автоматично им пречат да участват в социални дейности.

Някои примери за подход на медицински модел могат да бъдат:

- ръководител на курс, който отказва да изготви листовка с по-голям шрифт за учащ с увредено зрение. Следователно учащият не може да участва в дискусиите в класа;
- преподавател, който отказва да предостави копие от презентация на PowerPoint преди лекция. Това създава бариера пред ученето за учащи с дислексия в групата, които вероятно ще имат повече трудности при четенето и ще се затрудняват да разберат и запишат ключовите точки;
- служител за връзки със студенти, която отказва да изпрати студент с увреждания на пътуване за мобилност по програма „Еразъм+“, защото той/тя вярва, че младежът с увреждания не може да се справи с проблемите на пътуването и настаняването.

Този подход на медицински модел се основава на убеждението, че трудностите, свързани с увреждането, трябва да се поемат изцяло от младежите с увреждания и че младежите с увреждания трябва да положат допълнителни усилия (може би във време и/или пари), за да гарантират, че това не създава неудобство на никого.

1.2 Социален модел

Според социалния модел увреждането е преди всичко резултат от реакцията на обществото към хората с увреждания. Опитът от здравната и социалната система ги кара да се чувстват социално изолирани. Чрез социалния модел увреждането се разбира като неравностойно отношение в обществото, в което нуждите на хората с увреждания често се обръщат малко или никакво внимание.

Младежите с увреждания са с увреждания поради факта, че са изключени от участие в основния поток на обществото в резултат на физически, организационни и нагласени бариери. Тези бариери им пречат да получат равен достъп до информация, образование, заетост, обществен транспорт, жилище и социални възможности/възможности за отдих.

Социалният модел е по-приобщаващ в своя подход. Обмисля проактивно как хората с увреждания могат да участват в дейности наравно с хората без увреждания. Правят се определени адаптации и корекции, дори когато това изисква време или пари, за да се гарантира, че хората с увреждания не са изключени. Тежестта на организатора на събитието или дейността е да гарантира, че тяхната дейност е достъпна.

Примери могат да бъдат:

- ръководител на курса, който се среща с член на групата с увредено зрение преди началото на курса, за да разбере как учебните материали могат да бъдат адаптирани, така че учащът да може да ги чете;
- лектор, който прави PowerPoint презентации достъпни на Blackboard за всички членове на групата преди лекция. Това позволява на студентите с дислексия да потърсят непозната терминология преди лекцията и им дава представа за структурата, която ще следва. Това „рамкиране“ помага на учащите да четат, разбират и запомнят информацията;
- служител, отговарящ за връзки със студенти, който не се отказва да изпрати студент с увреждане на мобилно пътуване по програма „Еразъм+“ и обсъжда предварително всички аспекти, свързани с пътуването и настаняването.

Важен принцип на социалния модел е, че индивидът се счита за „експерт“ за своите изисквания в конкретна ситуация и неговите изисквания трябва да се спазват, независимо дали увреждането е очевидно или не.

Медицински модел - според него човекът е проблема.



Социален модел - според него обществото е проблема.

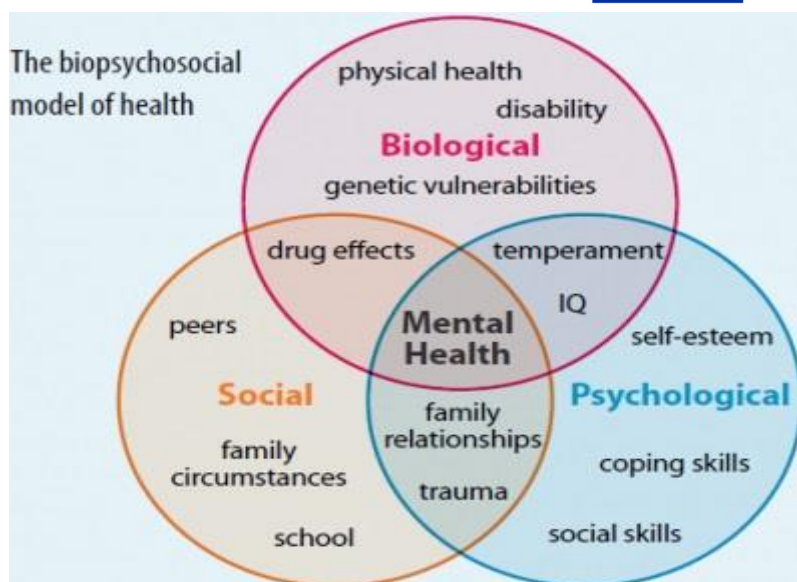
Фигура 3 Сравнение между медицински и социален модел

1.3 Био-психосоциален модел

Концептуализиран за първи път от Джордж Енгел през 1977 г., този модел предполага, че за да се разбере медицинското състояние на дадено лице, трябва да се вземат предвид не само биологичните фактори, но и психологическите и социалните фактори. **Този модел разглежда увреждането като взаимодействие между здравословното състояние на дадено лице и средата, в която живее (Левтерова-Гаджалова, 2022).**

Този модел застъпва тезата, че както медицинският, така и социалният модел са подходящи, но нито един не е достатъчен сам по себе си, за да обясни сложния характер на здравето на човека. Той съчетава следните фактори:

- Био (физиологична патология)
- Психо (мисли, емоции и поведение като психологически стрес, вярвания за страх/избягване, текущи методи за справяне и приписване)
- Социални (социално-икономически, социално-екологични и културни фактори като проблеми с работата, семейни обстоятелства и ползи/икономика)



Фигура 4 Био-психосоциален модел³

1.4. Базираният на ICF подход към технологията и функционирането

Международната класификация на функционирането, уврежданията и здравето (ICF)⁴ е класификация на здравните компоненти на функционирането и уврежданията. След години международни усилия за преразглеждане, координирани от Световната здравна организация (СЗО), Световната здравна асамблея одобри Международната класификация на функционирането, уврежданията и здравето и нейното съкращение от "ICF" на 22/05/2001.

Тази класификация е замислена през 1980 г. от СЗО и тогава е наречена Международна класификация на уврежданията, нарушенията и недъзите (ICIDH). Създадена е, за да осигури обединяваща рамка за класифициране на здравните компоненти на функционирането и увреждането.

³ <https://stimpunks.org/glossary/biopsychosocial-model/>

⁴ <https://www.who.int/standards/classifications/international-classification-of-functioning-disability-and-health>

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

Класификацията на ICF допълва Международната класификация на болестите (МКБ) - 10-та ревизия (ICD) на СЗО⁵, която съдържа информация за диагнозата и здравословните състояния, но не и за функционалния статус. МКБ и МКФ представляват основните класификации в семейството на международните класификации на СЗО (WHO-FIC).

ICF е структуриран около следните компоненти:

- Функции и структура на тялото;
- Дейности (свързани със задачи и действия на индивид) и участие (включване в житейска ситуация);
- Допълнителна информация относно тежестта и факторите на околната среда.

Функционирането и увреждането се разглеждат като сложно взаимодействие между здравословното състояние на индивида и контекстуалните фактори на околната среда, както и личните фактори. Образът, представен от тази комбинация, е „човекът в неговия или нейния свят“.

Класификацията третира тези измерения като интерактивни и динамични, а не като линейни или статични. Тя позволява оценка на степента на увреждане, въпреки че не е измервателен инструмент. Приложима е за всички хора, независимо от тяхното здравословно състояние. Езикът на ICF е неутрален по отношение на етиологията (изследване на причинно-следствената връзка или произхода), поставяйки ударението върху функцията, а не върху състоянието или заболяването. Тя също така е внимателно проектирана за да бъде уместна за различните култури, както и за възрастови групи и полове, което я прави много подходяща за разнородни популации.

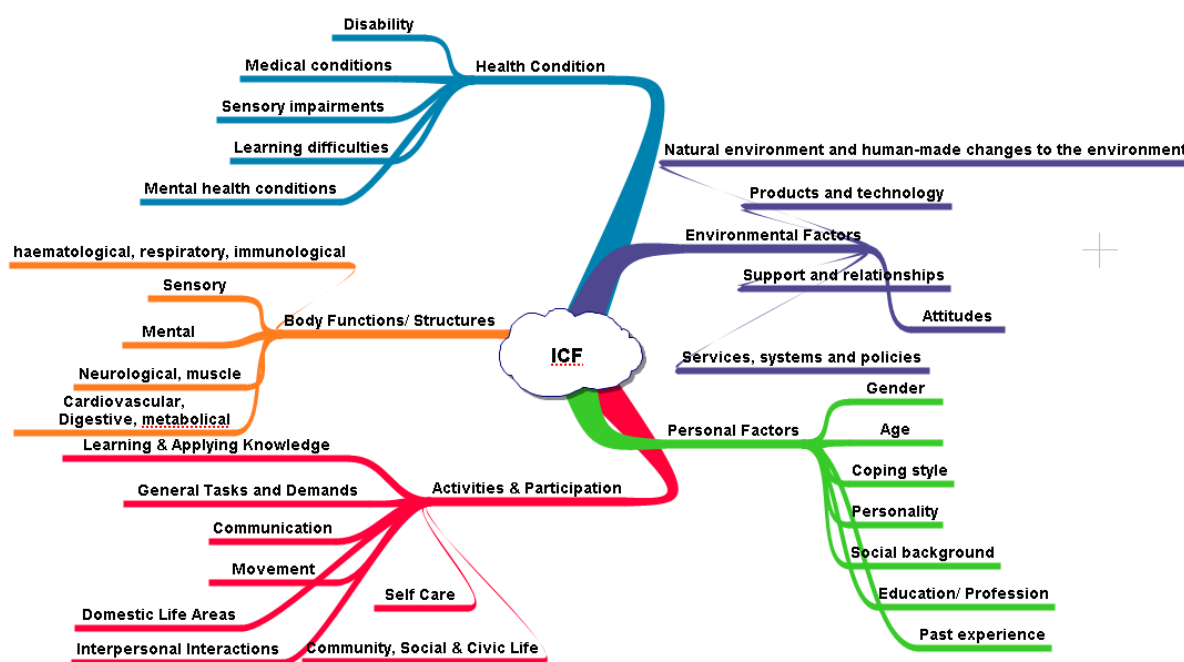
Нека разгледаме по-отблизо различните фактори в ICD и да обсъдим техните значения:

⁵ <https://icd.who.int/dev11/l-icf/en>

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

- Функциите на тялото са физиологични функции на системите на тялото (включително психологически функции).
- Структурите на тялото са анатомични части на тялото като органи, крайници и техните компоненти.
- Ограниченията на дейността са трудности, които индивидът може да има при изпълнението на дейности.
- Ограниченията за участие са проблеми, които индивидът може да изпита при участие в житейски ситуации.
- Факторите на околната среда съставляват физическата, социалната среда и средата, в която хората живеят и провеждат живота си.
- Личните фактори са свързани с нагласите, вярванията, културата, пола и социалния произход на индивида.
- Здравословното състояние описва заболявания, разстройства и наранявания

Мисловната карта по-долу изобразява примери за всяка от тези категории:

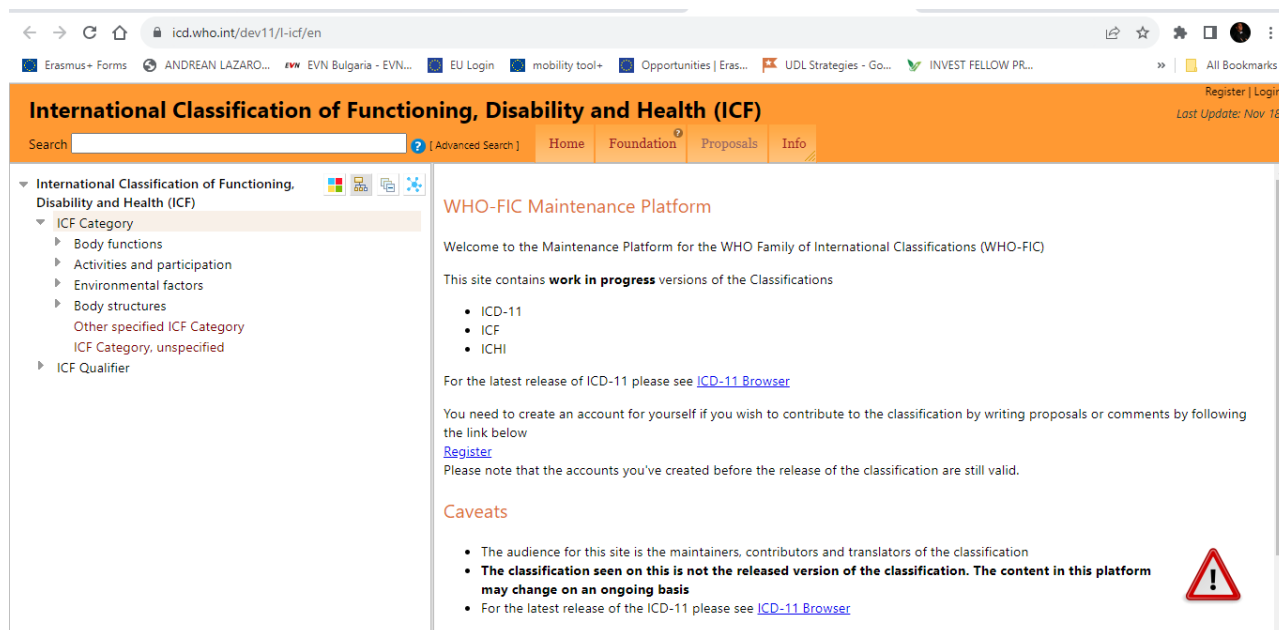


Фигура 4а: Примери за всяка от категориите на ICF

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

За достъп до ICF се препоръчва използването на онлайн ICF браузъра:

<https://icd.who.int/dev11/l-icf/en>



Фигура 4b ICF платформа

За повече информация на Български език може да сканирате следния QR код:



2. Видове увреждания



В следващия раздел бихме искали да повишим Вашата осведоменост и знания за основните групи увреждания и какви ограничения и бариери могат да причинят на човек/младеж с увреждане. Целта е да се повиши Вашата креативност и размисъл върху възможните решения, без да ги приемате като готова и обща рецепта.

2.1 Двигателни увреждания

Увреждането на двигателните функции и подвижността може да бъде причинено от редица състояния, които могат да бъдат временни или постоянни. Ефектите могат да се променят от ден на ден; те могат да останат същите или да се влошат постепенно с течение на времето. Състоянието може да засегне някои части на тялото или цялото.

Хората с нарушена двигателна мобилност могат да имат следните затруднения:

- Трудности с координацията и движението;
- Трудности с издръжливостта и стабилността;
- Те могат да намерят рутинни задачи като шофиране, домакинска работа, готвене и подстригване за трудни и/или изморителни;
- Умора;
- Труден достъп до съоръжения, които другите приемат за даденост, като тоалетни, кафенета и ресторанти, университетски сгради, спортни центрове и др.;
- Ако ръцете им са засегнати, те могат:
 - Имат затруднения с почерка;
 - Не могат да пишат с химикал/ молив;
 - Имат бавна скорост на писане;
 - Имат затруднения при обръщане на страници;
 - Имат затруднения при използването на стандартна клавиатура или мишка;
 - Имат затруднения при използването на оборудване в конферентните зали;
 - Имат затруднения при подаването или съхраняването на документи.
- Ако имат неволни движения на главата, това може да повлияе на способността им да четат напечатано със стандартен размер.

Барииери:

- Недостъпни или недостатъчно достъпни входи и стълби;

- Твърде тесни асансьори, входи и коридори;
- Твърде тежки врати;
- Ролетни врати;
- Хлъзгави подове или покрити с дебел килим;
- Липса или затруднен достъп до предмети или бутони, поставени на неподходящо ниво;
- Липса на достатъчно пространство за придвижване на човек в инвалидна количка или използващ други средства за придвижване;
- Липса на оборудване, улесняващо независимостта на човека в тоалетната или банята (напр. парпети, дръжки);
- Ограничен достъп до подходяща помощ, която би позволила да се преодолеят съществуващите бариери.

2.2. Зрителни увреждания

Всеки, който има зрително увреждане, е различен. Някои хора може да са родени без зрение, докато други може да са загубили зрението си постепенно. Някои от тях може да разчитат на куче водач или да използват бял бастун, за да им помогнат да се придвижват. Други може да имат достатъчно визия, за да се придвижват сами.

Въздействието на това увреждане зависи от вида на загубата на зрението, колко тежка е тя и колко социализиран е човекът.

Можете да срещнете например слепи хора:

- разхождайки се самостоятелно с бял бастун,
- разхождайки се с куче водач,
- разходка с водач или личен асистент

или хора с частично зрение:

- с известно остатъчно зрение, полезно за независимо пътуване,

- които могат да поискат подкрепа (напр. личен асистент) .

За пълно покритие на всички видове зрителни увреждания, моля, разгледайте класификациите на Световната здравна организация (<http://www.who.int/classifications/icf/en/>).



Хората с напълна загуба на зрение или хората с увредено зрение могат да имат някои от следните затруднения:

- Те вероятно ще бъдат по-зависими от слуха си, за да общуват с други хора.
- Те може да не са в състояние да съпоставят тона на гласа с изражението на лицето и жестовете, които правят разговорите по-лесни за проследяване;
- Те вероятно ще бъдат по-зависими от слуха си, за да получат информация, така че високите нива на фонов шум могат да създадат проблем за тях;
- Те може да са пропуснали да съберат ежедневна практическа информация за света, който зрящите хора приемат за даденост, и следователно може да се наложи да бъдат въведени в нови ситуации и нова среда по практичен начин;
- Те може да имат проблеми с виждането при слаба светлина или да имат проблеми с преценката на скоростта и разстоянието;
- В някои случаи ярките светлини могат да подобрят видимостта.

Те също могат да имат известни затруднения със следното:

- Получаване на информация от презентации;
- Четене на писмен текст от брошури, каталози, книги и др.;
- Разбиране на диаграми и графики, които обикновено не се четат от специализиран софтуер за хора с увреждания;
- Използване на ИКТ без помощни технологии като лупа, софтуер JAWS, големи клавиатури и др.;
- Ползване на хотелски съоръжения при провеждане на конференции и събития;
- Пътуване до, от и наоколо.

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

Бариири (недостъпни или частично достъпни):

- Визуална информация (маркировка, упътвания, жестове, мимика и др.),
- Печатни материали (дипляни, информационни брошури, карти, менюта, вестници и др.),
- Информация, свързана с извънредни ситуации (знаци за евакуационни пътища, печатни инструкции в случай на авария).
- Трудност при ориентация в нова среда без ориентири
- Проблеми при самостоятелно използване на нови устройства (напр. асансьор без специална маркировка или друга настройка)
- Проблеми с разпознаването на различни предмети с еднаква форма
- Трудности при намирането на обекти, чието местоположение е променено.

2.3 Слухови увреждания

Терминът „увреждане на слуха“ описва загуба на слуха, която може да варира от лека загуба (увреден слух) до пълна глухота. Нарушенията на слуха могат да бъдат причинени от редица причини. Някои хора се раждат глухи, а други може да са станали глухи поради нараняване, болести или са изпитали твърде силен шум. Не всички хора с увреден слух могат да използват слухов апарат или да четат по устните. Слуховият апарат е просто устройство и има много ограничения. Основният проблем не е чуването, а разбирането на речта.

Нарушенията на слуха ограничават потока от информация към мозъка и по този начин влияят на процеса на разбиране на речта, особено в шума или от разстояние.

Бариири:

- Липса на достъп или много ограничен достъп до вербална информация (вербални съобщения, вербална информация, звукови сигнали);
- Зависимост от използване на визуална информация (важно ясно и просто маркиране);

- Много ограничено използване на домашния слух при общуване в неблагоприятни условия (в шум, на многолюдни места или места със силна музика);
- Често проблеми с разбирането на по-сложен речник или абстрактни понятия.

2.3.1 Слепо-глухота

Слепоглухата е състояние на слабо или никакво полезно зрение и малко или никакъв полезен слух.

Слепоглухите общуват по много различни начини. Някой, който е израснал глух и е претърпял загуба на зрение по-късно в живота си, вероятно ще използва жестомимичен език (във визуално модифицирана или тактилна форма). Други, които са израснали слепи и по-късно са оглушали, е по-вероятно да използват тактилен режим на своя говорим/писмен език. Много често те използват и специални средства за комуникация.

Тези хора са изправени пред същите бариери, пред които са изправени хората с увредено зрение, съчетани с тези, пред които са изправени хората с увреден слух. Слепо-глухите хора може да са зависими от така наречените водачи-преводачи, които им помагат в мобилността и комуникацията с другите. Услугите на гидове-преводачи се считат за вид социална подкрепа, която може да варира в различните страни.

2.4. Нарушения на говора

Има редица причини за затруднения с речта. Младешите може да имат проблеми с изразяването на мислите си чрез реч поради дисфазия (*частично или пълно увреждане на способността за общуване в резултат на мозъчно увреждане*), може да са претърпели нараняване или инсулт или да имат медицинско състояние като

церебрална парализа, което е довело до липса на контрол върху лицевите мускули и др.

Освен това може да възникнат **следните трудности**:

- Ако човекът е роден с пълна загуба на слух, той/тя може да изпитва трудности при общуването чрез говорене, тъй като това умение се научава основно чрез чуване на реч в ранна детска възраст;
- Заекването може да затрудни общуването с други хора. Понякога те се смущават повече от разговора от вас. Ако човекът има заекване, има някои ситуации, които го влошават, например говорене пред група или говорене по телефона.
- Ако човекът има вербална апраксия, той/тя може да изпитва трудности при свързването на звуци и срички в правилния ред, за да образува думи. Те намират по-трудни за изговаряне по-дълги или по-сложни думи от кратки или прости думи. Те също така могат да правят непоследователни грешки, когато говорят. Например, те могат да произнесат трудна дума правилно, но след това да имат проблеми да я повторят; или те може да са в състояние да кажат определен звук един ден и да имат проблеми със същия звук на следващия ден. Може да се наложи да „опипват“ правилния звук или дума и може да се наложи да опитат да произнесат една дума няколко пъти, преди вие да можете да я кажете правилно;
- Ако лицето има нарушение на артикулацията, това може да повлияе на това как другите разбират това, което казва.

Бариири:

- Трудности с артикулацията на сложни и дълги думи или изрази;
- Трудности в общуването в ситуации, изискващи бързи реакции;
- Понякога дори нежелание за каквато и да е вербална комуникация;

2.5. Интелектуални увреждания

Според Американската асоциация за интелектуални затруднения и увреждания в развитието (2023 г.)⁶, интелектуалните увреждания са състояние, характеризиращо се със значителни ограничения както в интелектуалното функциониране, така и в адаптивното поведение, което възниква преди 22-годишна възраст. Всеки, който има интелектуално увреждане, е различен. Интелектуалното увреждане е по-общ термин за увреждания, които могат да повлияят на ученето и разбирането. Това може да означава, че имат големи затруднения в общуването, нуждаят се от висока степен на подкрепа и може да имат допълнителни сензорни или физически увреждания.

В тази група има хора с:

- По-ниски интелектуални способности;
- Нарушения в процесите на възприятие, концентрация, памет и рефлексия;
- Проблеми със социалните умения и социалните правила.

Тези хора може да имат **проблеми с някои от следните дейности**:

- Може да им е трудно да разберат, когато слушат или когато трябва да си сътрудничат с други хора;
- Може да им е трудно да разбират чрез четене или гледане. Това може да включва:
 - гледане на демонстрация или филм;
 - PowerPoint презентации;
 - гледане на видео;
 - разбиране на графики и диаграми;
 - използване на имейл;
 - използване на помощни технологии.

⁶<https://www.aidd.org/intellectual-disability/definition>

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

- Може да им трябва повече време, за да разберат информацията, насоките или инструкциите:
 - може да намерят някаква информация много трудна за разбиране;
 - може да имат лоша памет и да имат проблеми със запомнянето на неща;
 - може да имат известни затруднения при говорене или писане;
 - може да имат проблеми с числата, цифрите, изчисленията и картите.
- Може да се нуждаят от помощ при планирането и управлението на времето си.

Бариери:

- Проблеми с разбирането на сложна информация и твърдения
- Липса на разбиране на абстрактни понятия
- Проблеми с пълното разбиране на стойността на финансовите транзакции
- Проблеми с разбирането на сложен текст.
- Понякога проблеми с нестандартно поведение, трудно за разбиране и тълкуване от другите (напр. постоянно повтаряне на фрази)
- Проблеми с използването на по-сложни или по-рядко срещани устройства
- Трудности при запомняне на пътя до различни места (до конферентната зала, мястото за среща и т.н.) и необходимостта да го напомняте няколко пъти.

2.6. Проблеми с психичното здраве

Проблемите с психичното здраве могат да обхващат широк спектър от разстройства, но общата характеристика е, че всички те засягат личността, мисловните процеси, емоциите или социалните взаимодействия на засегнатия човек. Те могат да бъдат трудни за ясно диагностициране, за разлика от физическите заболявания.

Няма една единствена причина за психичните разстройства; вместо това те могат да бъдат причинени от комбинация от биологични, психологически и фактори на околната среда.

Хората, които имат семейна анамнеза за психични разстройства, може да са по-склонни да развият такива в даден момент. Промените в мозъчната химия от злоупотреба с вещества или промени в диетата също могат да причинят психични разстройства. Психологическите фактори и факторите на околната среда като възпитание и социална експозиция могат да формират основите за вредни мисловни модели, свързани с психични разстройства. Само сертифициран специалист по психично здраве може да постави точна диагноза на причините за дадено разстройство.

Някои фактори могат да повишат риска от развитие на проблеми с психичното здраве, включително ⁷:

- Да имате кръвен роднина, като родител или брат или сестра, с психично заболяване;
- Стресови житейски ситуации, като финансови проблеми, смърт на любим човек или развод;
- Продължаващо (хронично) медицинско състояние, като диабет;
- Увреждане на мозъка в резултат на сериозно нараняване (травматично увреждане на мозъка), като силен удар в главата;
- Травматични преживявания, като военна битка или нападение;
- Употреба на алкохол или развлекателни наркотици;
- Малтретиране или пренебрегване като дете;
- Да имаш малко приятели или малко здрави връзки;
- Предишно психично заболяване.

Разстройствата на психичното здраве се срещат в различни форми и симптомите могат да се припокриват, което прави разстройствата трудни за

⁷[Рискови фактори за проблеми с психичното здраве](#)

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

диагностициране. Има обаче някои често срещани заболявания, които засягат хора от всички възрасти.

2.6.1. Генерализирано тревожно разстройство

Генерализираното тревожно разстройство⁸ се определя от периодични и повтарящи се пристъпи на силен страх от нещо лошо, което се случва или чувство за предстояща гибел. Когато човек има тревожно разстройство, той може да се чувства уплашен или несигурен почти през цялото време. Според изследването в тази област страхът и безпокойството, които възникват поради тревожно разстройство, са значително различни от кратките епизоди на тези чувства, които обикновено са свързани с нормални събития, като говорене на публично събитие или среща на сляпо. В повечето случаи, ако човек има тревожно разстройство, неговите симптоми на тревожно разстройство ще продължат повече от шест месеца.

Има няколко различни вида тревожни разстройства, включително *генерализирано тревожно разстройство, паническо разстройство, обесивно-компулсивно разстройство, фобии, социално тревожно разстройство, посттравматично стресово разстройство*. Те могат да имат краткосрочни ефекти като невъзможност за изпълнение на ежедневните задачи. Най-сериозният дългосрочен ефект е самоубийството.

2.6.2 Разстройство от аутистичния спектър (ASD)

Разстройството от аутистичния спектър (ASD) е разстройство на неврологичното развитие, което засяга комуникацията, социалното взаимодействие и поведението. Хората с аутизъм може да имат трудности при вербална и невербална комуникация, да показват трудности при разпознаването и изразяването на емоции, да представят повтарящи се модели на поведение и ограничени интереси. Тежестта на аутизма варира в широки граници и се смята,

⁸[тревожно разстройство](#)

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

че е в спектър поради разнообразието от симптоми и нива на функциониране, които хората с това състояние могат да изпитат.

В рамките на този набор от разстройства откриваме променливост в качеството и количеството на симптомите, така че подкрепата в социалната и образователната сфера отговаря на тези множество поведения, които се появяват.

Хората с аутизъм могат да се изправят пред редица предизвикателства в различни аспекти на живота поради характеристиките на разстройството. Тези проблеми могат да варират по интензитет и да се проявяват по различен начин при всеки индивид.

Някои от **често срещаните проблеми**, с които се сблъскват хората с ASD, включват:

- **Трудности в общуването:** Много хора с аутизъм може да имат трудности при вербална и невербална комуникация. Те може да имат проблеми с разбирането на езика, функционалното използване на езика, тълкуването на тона на гласа и разбирането на социалните намерения в разговор.
- **Ограничено социално взаимодействие:** Хората с аутизъм може да затруднят установяването и поддържането на значими социални връзки. Те може да изпитват трудности при разбирането на социални знаци и правила, което може да доведе до ситуации на изолация и самота.
- **Повтарящи се и стереотипни поведения:** ASD се характеризира с повтарящи се модели на поведение и стереотипни дейности. Това може да включва повтарящи се движения на тялото (например люлеене или размахване на ръце), интензивни интереси към определени теми и твърда рутина.
- **Сензорна чувствителност:** Хората с аутизъм може да са свръхчувствителни или хипочувствителни към определени сензорни стимули, като шумове, светлини, текстури или вкусове. Това може да повлияе на способността ви да участвате в определени дейности или среди.
- **Трудности в емоционалната саморегулация:** Някои хора с ASD може да изпитват трудности при управлението на емоциите си и могат да изпитат бързи промени в настроението или интензивни емоционални реакции към определени ситуации.

- **Специални образователни потребности:** Учащите с ASD често се нуждаят от специфични образователни приспособления и подкрепа, за да бъдат успешни в училищната среда. Това може да включва специализирано образование, терапии за ранна интервенция и индивидуализирани стратегии за преподаване.

- **Предизвикателства в ежедневието:** Ежедневните задачи като лична хигиена, организация, планиране и решаване на проблеми могат да бъдат по-трудни за някои хора с ASD.

Ако сме изправени пред човек с разстройство от Аутистичния спектър, с трудности в комуникацията, взаимодействието, поведението, как можем да се намесим?

- **Насърчавайте комуникацията:** Използвайте ясен и директен език. Ако лицето изпитва трудности при вербална комуникация, обмислете използването на алтернативни комуникационни системи, като снимки, пиктограми или комуникационни устройства. Важно е да бъдете търпеливи и да му дадете време да отговори.

- **Създайте рутина:** Хората с ASD са склонни да се чувстват по-сигурни и удобни с предвидими рутини. Опитайте се да поддържате структура в ежедневните си дейности и предвидете промените колкото е възможно повече.

- **Осигурете визуална подкрепа:** Използването на визуални изображения, календари, графици и списъци със задачи може да помогне на лицето с ASD да разбере по-добре какво се очаква от него и да намали тревожността.

- **Насърчавайте социалното взаимодействие:** Осигурете възможности за социално взаимодействие, но се уверете, че те са подходящи и удобни за човека. Насърчавайте съвместната игра и груповите дейности с подходяща подкрепа.

- **Помислете за сензорната чувствителност:** Вземете под внимание възможната сензорна чувствителност на лицето с ASD и избягвайте среда или стимули, които може да са неудобни или преобладаващи за него.

- **Подсилвайте интересите и способностите:** Възползвайте се от конкретните интереси на човека и ги използвайте като инструмент за насърчаване на ученето и мотивацията.

-**Предложете емоционална подкрепа:** Уверете се, че разбирате и предоставяте емоционална подкрепа на човека с ASD, като признавате неговите чувства и емоции.

Какво отношение трябва да избягваме, когато общуваме с човек с ASD?

- **Не насилвайте зрителния контакт:** Някои хора с ASD може да се почувстват неудобно или претоварени от директен зрителен контакт. Най-добре е да уважавате личното им пространство и да им позволявате да осъществяват зрителен контакт, който им е удобен.

- **Избягвайте да докосвате без разрешение.**

2.6.3. Биполярно разстройство

Биполярното разстройство⁹ причинява периодичен цикъл на емоционални състояния между маниакална и депресивна фаза. Маниакалните фази съдържат периоди на екстремна активност и повишени емоции, докато депресивните фази се характеризират с летаргия и тъга. Циклите нямат склонност да се появяват моментално.

Биполярното разстройство е медицинско състояние, което включва бързи промени в настроението между периодите на добро настроение и тези на раздразнителност и депресия. Състоянието се среща еднакво както при мъжете, така и при жените и обикновено се проявява за първи път, когато индивидът е на възраст между 15 и 25 години. Причина за биполярно разстройство не е известно, но тези, които страдат от това състояние, вероятно имат членове на семейството, които също имат биполярно разстройство.

Има три вида биполярно разстройство:

- Биполярно разстройство тип I, известно още като маниакална депресия;
- Биполярно разстройство тип II, в рамките на което лицето има периоди на хипомания;

⁹[Биполярно разстройство](#)

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

- Циклотимията е най-лекият тип. Лицето изпитва по-малко екстремни промени в настроението, преминавайки от лека хипомания до депресия.

2.6.4. Депресия

Депресията¹⁰ обхваща широк спектър от състояния, обикновено дефинирани от постоянно лошо настроение и липса на интерес към ежедневието, както и пристъпи на летаргия и умора. Дистимията е по-лека, но по-продължителна форма на депресия.

Депресията е вероятно да удари много хора до известна степен през живота им. Според Центъра за контрол и превенция на заболяванията на ЕС, 9,1% от хората съобщават за настояща голяма или лека депресия. Ако човек е депресиран, това може да причини подчертан спад в интереса към ежедневието и може, за съжаление, да накара човек да се опита да се самоубие, ако не се лекува.

Депресията не е едно разстройство, а по-скоро клас състояния, разделени по тежест и продължителност.

Вие като модератор в подкрепа на хората с увреждания трябва да сте наясно с факта, че хората с увреждания са склонни да изпитват депресия толкова, колкото и другите хора. Ако забележите признаци на депресия в младостта си – той/тя изглежда летаргичен, социално изолиран или има влошено физическо здраве, може да е налице депресия. Има няколко физически и емоционални симптома, които да търсите, когато определяте дали дадено лице има клинична депресия, но винаги трябва да се свържете с професионалист и да потърсите официална диагноза, преди да вземете решение .

¹⁰ [депресия](#)

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

2.6.5. Шизофрения

Шизофренията¹¹ не е, както обикновено се смята, само да чуваш гласове или да имаш множество личности. Вместо това, тя се определя от липсата на способност за разграничаване на реалността. Шизофренията може да причини параноя и вяра в сложни конспирации.

Има три вида шизофрения, които се разделят по видове симптоми: положителни, отрицателни и неорганизиранни:

- *Положителни/психотични симптоми* - хора с шизофрения, която се проявява с положителни симптоми, може да има заблуди или необичайни мисли, или да се чувства изключително подозрителен.
- Те може да нямат връзка с реалността и да мислят, че други хора кроят заговор срещу тях. Те могат да страдат от аудио или зрителни халюцинации. Обикновено тези халюцинации са негативни или плашещи.

Хора живеещи с шизофрения могат да имат изкривена представа за нещата около тях. Нещата, които виждат или миришат, може да не представляват реалния живот и това може да направи нормалните предмети страшни или необичайни. Хората с шизофрения може да са по-чувствителни към светлина, цвят и други разсейващи фактори.

- *Отрицателни симптоми* - тези **може да включва** липса на емоции и енергия. Хората може да изпитват трудности да изпитват или изразяват своите емоции, да съчувстват на другите или да се свързват с хората. Това може да доведе до изолация. Хората с негативни симптоми може също да имат проблеми с концентрацията и завършването на проекти. Може да се наложи да им се напомня да правят прости неща като къпане. Някои симптоми са подобни на тези на депресия. Шизофрениците могат да намерят света безинтересен и плосък,

¹¹[Шизофрения](#)

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

чувствайки, че няма смисъл да излизат и да правят неща. Те също могат да кажат малко или нищо, освен ако не им се говори.

- *Дезорганизирани симптоми* – Симптомите на шизофрения също могат да бъдат дезорганизирани. Тези симптоми са подобни на тези при тежки ADHD или аутизъм. Обърканото мислене и говор са често срещани, така че пациентите не могат да продължат разговори или да разрешават проблеми. Те могат да повтарят ритмични жестове или напълно да спрат да се движат за дълги периоди от време.

2.7 Обучителни трудности

2.7.1. Разстройство с дефицит на вниманието и хиперактивност (ADHD)

Разстройството с дефицит на вниманието и хиперактивност (ADHD)¹² се характеризира с неспособност да останете фокусирани върху задачата, импулсивно поведение и прекомерна активност или импулсивност, хиперактивност, дефицит на вниманието. Въпреки, че това разстройство най-често се диагностицира при деца, то може да се появи и при възрастни и може да съществува едновременно с увреждания в ученето, тъй като много изследвания разкриват, че учащите, които имат ADHD, обикновено се сблъскват с предизвикателства при възприемането и обработката на учебната информация.

Хората с ADHD, които имат **проблеми с обръщане на внимание и концентрацията**, може да имат следните трудности:

- „Мечтаене“, без да го осъзнават, дори по средата на разговор;
- Много лесно се разсейват – блуждаещото внимание;
- Трудно е да останат концентрирани, например когато четат или слушат как другите говорят;
- Довършване на изречения на други хора и/или прекъсване;

¹²[ADHD](#)

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

- Да установите, че е усилие да завършат задачи, дори такива, които изглеждат прости;
- Имат склонност да пренебрегват детайли, което води до грешки в работата ви в клас или домашното;
- Лошо умение за слушане, което затруднява запомнянето на разговори и/или следването на указанията.

Ако човек е **диагностициран**, той/тя може да има следните затруднения:

- Лоши организационни умения (стая и/или бюро може да са разхвърляни и не подредени/ дезорганизиран);
- Склонност към отлагане, губене на време (влие върху развитието на курсовата работа и подготовката за преговор за учене или за изпити).
- Проблем при започване и/или завършване на проекти;
- Винаги закъснява;
- Редовно забравяне на крайни срокове и срещи ;
- Загуба или погрешно поставяне на вещи (ключове, телефон, папки);
- Подценяване на времето , което ще ви отнеме за изпълнение на задачите.

2.7.2. Дислексия

Дислексията е нарушение на обучението, което включва затруднено четене поради проблеми с идентифицирането на звуците на речта и научаването как те се свързват с букви и думи (декодиране). Наричана още увреждане на четенето, дислексията е резултат от индивидуалните различия в областите на мозъка, които обработват езика.

Дислексията не се дължи на проблеми с интелекта, слуха или зрението. Повечето деца с дислексия могат да успеят в училище с уроци или специализирана образователна програма. Емоционалната подкрепа също играе важна роля.

Въпреки, че няма “лек” за дислексия, ранната оценка и намеса водят до най-добър резултат. Понякога дислексията остава недиагностицирана с години и не се разпознава до зряла възраст, но никога не е късно да се потърси помощ.

Признаците на дислексия могат да бъдат трудни за разпознаване преди детето да влезе в училище, но някои ранни улики може да показват проблем. След като детето достигне училищна възраст, учителят може да е първият, който забелязва проблем. Тежестта варира, но състоянието често става очевидно, когато детето започне да се учи да чете.

Симптомите на дислексия **при тийнейджъри и възрастни** са много подобни на тези при децата. Някои **често срещани симптоми** на дислексия при тийнейджъри и възрастни включват:

- Затруднено четене, включително четене на глас
- Бавно и трудоемко четене и писане
- Проблеми с правописа
- Избягване на дейности, които включват четене
- Неправилно произнасяне на имена или думи или проблеми с извличането на думи
- Прекарване на необичайно дълго време в изпълнение на задачи, които включват четене или писане
- Трудност при обобщаване на история
- Проблем с ученето на чужд език
- Трудност при решаването на текстови задачи по математика

Дислексията може да доведе до няколко проблема, включително:

- **Проблем с ученето.** Тъй като четенето е основно умение в обучението, човек с дислексия е в неравностойно положение още от най-ранна детска възраст и може да има проблеми да се придържа към обучителното темпо на връстниците си.

- **Социални проблеми.** Ако не се вземат мерки, дислексията може да доведе до ниско самочувствие, поведенчески проблеми, безпокойство, агресия и отдръпване от приятели, родители и учители.
- **Проблеми като възрастни.** Неспособността да четат и разбират може да попречи на младежите да достигнат своя потенциал. Това може да има отрицателни дългосрочни образователни, социални и икономически въздействия.

Образователни техники

Дислексията се преодолява с помощта на специфични образователни подходи и техники и колкото по-рано се започне с интервенция, толкова по-добре. Оценките на уменията за четене, другите академични умения и психичното здраве на дадено лице ще помогнат на неговите/нейните учители/преподаватели да разработят индивидуален план за обучение.

Учителите могат да използват техники, включващи използването на слух, зрение и допир, за да подобрят уменията за четене. Помагането на човека да използва няколко сетива за учене - например слушане на записан урок и проследяване с пръст на формата на използваните букви и изречените думи - може да помогне при обработката на информацията.

Стратегии за смекчаване на предизвикателствата:

Можете да посъветвате човека с дислексия да:

- Научи да разпознава и използва най-малките звуци, съставляващи думите (фонемите)
- Разбере, че буквите и низовете от букви представляват тези звуци и думи (фоника)
- Разбиране на прочетеното (разбиране)
- Четете на глас, за да изградите точност при четене, скорост и изразяване (плавност)

2.7.3. Дискалкулия

Дискалкулията е нарушение на ученето, което засяга способността на човек да борава с математически функции. Подобно на дислексията, нарушава областите на мозъка, свързани с четенето; дискалкулията засяга областите на мозъка, които се справят с уменията и разбирането, свързани с математиката и числата. Симптомите на това състояние обикновено се появяват в детството, но възрастните могат да имат дискалкулия, без да го знаят. Дискалкулията е необичайна, но широко разпространена. Експерти изчисляват, че засяга между 3% и 7% от хората по света.¹³

Симптомите при тийнейджъри и възрастни често изглеждат като проблеми със следното:

- Броене наобратно
- Решаване на текстови задачи
- Разбиването на математическите действия на множество стъпки за разрешаването им
- Измерване на количества (като рецепти за готвене/печене)
- Използване на пари (монети и банкноти) за плащане на артикули, обмен на банкноти за монети (и обратно) и ресто
- Разбиране и преобразуване на дроби.

В допълнение към симптомите, хората с дискалкулия могат да проявят емоционални симптоми, когато са изправени пред ситуации, в които математиката е необходима. Тези емоционални симптоми често включват:

- Безпокойство (включително безпокойство от изпита) или дори паника
- Възбуда, гняв или агресия

¹³ <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/23949-dyscalculia>

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

- Страх (включително страх или дори фобия от участие в обучение)
- Физически симптоми като гадене и повръщане, изпотяване, болки в стомаха и др.

2.7.4. Диспраксия (нарушение на координацията на развитието) в младостта

Диспраксията, известна още като разстройство на координацията на развитието (DCD), е често срещано заболяване, което засяга движението и координацията.

Диспраксията не засяга интелигентността на хората. Може да повлияе на координационните умения като задачи, изискващи баланс, спортуване или учене как да се шофира. Диспраксията може също да засегне фините двигателни умения, като писане или използване на малки предмети.

Симптомите на диспраксия могат да варират между отделните индивиди и могат да се променят с времето. В повечето случаи младежите може да смятат рутинните задачи за трудни.

Диспраксията може да засегне:

- координация, баланс и движение
- как младежите учат нови умения, мислят и запомнят информация на работа и у дома
- умения за ежедневен живот, като обличане или приготвяне на храна
- способност за писане, писане, рисуване и хващане на малки предмети
- как човек функционира в социални ситуации
- как човекът се справя с вашите емоции
- управление на времето, планиране и умения за лична организация

Диспраксията не трябва да се бърка с други нарушения, засягащи движението, като церебрална парализа и инсулт. Може да засегне хора с всякакви интелектуални способности.

Понякога, ако човек има диспраксия, той/тя може да има и други състояния, като например:

- разстройство с дефицит на вниманието и хиперактивност (ADHD)
- дислексия
- разстройство от аутистичния спектър
- затруднено учене или разбиране на математика (дискалкулия)
- депресия или тревожност.

Няма „лек“ за диспраксия, но има терапии, които могат да помогнат в ежедневието, като например:

- трудова терапия – да помогне на човека да намери практически начини да остане независим и да управлява ежедневните задачи като писане или приготвяне на храна
- когнитивно-поведенческа терапия (CBT) – говореща терапия, която може да помогне на младежите да управляват проблемите си, като променят начина, по който мислите и се държите

Може също да помогне, ако младежът:

- поддържа форма – те могат да правят редовни упражнения, които могат да помогнат за координацията, намаляват чувството на умора и го предпазват от наддаване на тегло
- се научи как да използвате компютър или лаптоп, ако писането на ръка е трудно използвайте календар, дневник или приложение, за да подобри неговата/нейната организация
- се научи как да говори положително за неговите/нейните предизвикателства и как ги преодолява.

Терминът “медицинско състояние” включва голямо разнообразие от диагнози, включително, например, астма, епилепсия, диабет, хронична болка и сърдечни заболявания. Повечето хора са имали временно лошо здраве от един или друг вид от време на време, но някои хора имат по-дългосрочни или постоянни състояния, които са присъствали от раждането или са придобити през живота. Ефектите от тях зависят от възрастта на лицето, обстоятелствата и естеството на състоянията и/или лечението.

2.8.1. Алергии и астма

Все повече хора са засегнати от някакъв вид алергия или астма. Повечето възрастни с астма са в състояние да установят методи за контролиране на състоянието си, така че то обикновено да не засяга ежедневието им. Те познават потенциалните задействания и затова често са в състояние да предотвратят астматични пристъпи. Въпреки това все още е необходимо колегите да гарантират, че има подходящи процедури за работа с вещества – наречени респираторни „сенсibiliзатори“ – които могат да причинят астма или други алергии, като най-важните са животински алергени, химикали и латексова гума.

2.8.2. Дизосмия – нарушено обоняние

Нарушеното обоняние обикновено се свързва със стареенето; обаче може да се появи и при по-млади хора и може да присъства от раждането.

Освен необходимостта от допълнителни предпазни мерки по отношение на откриването на дим и газ, има и необходимост да се компенсира факта, че например някой не може да открие храна, която се е разложила.

2.8.3 Епилепсия

Епилепсията е едно от най-честите сериозни неврологични състояния в света.

Фоточувствителната епилепсия е рядко състояние, при което гърчовете могат да

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

бъдат предизвикани от мигащи или мигащи светлини или от определени геометрични фигури и модели. Хората с това състояние най-вероятно реагират на светлини, които мигат между пет и тридесет пъти в секунда (5-30Hz).

Състояния като хронична болка, епилепсия или психиатрични състояния могат сериозно да повлияят на ежедневието на човек. В много отношения страничните ефекти от самото състояние могат да причинят затруднения. Например, дадено лице може да е склонно към умора или стрес или специално лекарство може да причини сънливост и/или лоша концентрация.

Хората в епилепсия също могат да бъдат повлияни от околната среда, например хора с епилепсия, диабет или астма. За някои хора те могат да причинят физически или сензорни увреждания, а за много други издръжливостта също може да бъде засегната. Това означава, че планирането на равномерно разпределено работно натоварване с възможност за забавени/разместени крайни срокове е важно. Това съображение е особено важно, когато младежите са имали свободно време и трябва както да наваксат, така и да се справят с изискванията на новите задачи.

Хората с тези състояния може да не смятат себе си за хора с увреждане и може да не са посочили в заявлението, че имат конкретна нужда. Те също може да са се сблъскали с предразсъдъци преди от хората около тях и това може да ограничи желанието им да разкрият състоянието си. Следователно е особено важно да се знае, че някои хора и други членове на персонала ще бъдат толерантни към обучаемите със скрити увреждания или медицински състояния.

3. Етикет на хората с увреждания



Като подкрепящ модератор на младежи с увреждания трябва да помните, че всеки човек е уникален. Въпреки, че някой друг може да има същото увреждане, това не означава, че той/тя има същите затруднения и видът корекции, които са подходящи за един човек, може изобщо да не са подходящи за друг. Ето защо академичният състав винаги трябва да обсъжда идеите си за приспособяване с младежите с увреждания.

Всеки има различен начин на мислене и работа. Не забравяйте, че някои хора с физически увреждания може да имат затруднения при придвижването и използването на инвалидна количка или патерици, но това изобщо не оказва влияние върху способността им да четат или да общуват; докато други може да нямат никакви проблеми с придвижването, но може да имат истински затруднения с четенето.

Междоличностното общуване е в основата на взаимодействието между хората, независимо дали имат увреждане или не. Ефективната комуникация допринася за успешното предоставяне на услуги и създава положителен емоционален фон.

Общуването между хората винаги трябва да се основава на взаимно уважение. Улеснява комуникацията и предотвратява конфликти.

За да установите добри контакти с вашите младежи с увреждания е изключително важно да демонстрирате услужливо, състрадателно отношение към другите (включително тези с увреждания).

Как да поздравим човек с увреждане?

Какво бихте направили, когато се сблъскате с някой с парализирана или липсваща дясна ръка?

Повечето хора, дори тези с протезна ръка, могат да се ръкуват. Подходящо е да използвате лявата си ръка, ако лицето не може да отговори с дясната си ръка. Младежът с увреждания обикновено ще ви даде знак, като протегне ръка или длан възможно най-добре. Най-добре е просто да не хванете ръката, което може да се окаже болезнено преживяване за човека. Пътят на „добрия стар приятел“ по гърба или рамото никога не е подходящо поведение.

Забелязвали ли сте някога, че когато говорите с някого, който не разбира езика, който говорите, сте склонни да повишавате тон, мислейки си, че някак си извикването на думите ще накара мозъка му да разбере?

Правим същото, когато се обръщаме към хората с увреждания. Обикновено няма нужда да повишавате тон. Въпреки това, когато някой има когнитивно увреждане, това може да помогне да се забави и да говори ясно. Използвайте собственото им име само ако всички останали се споменават с първото им име. Още по-добре, попитайте за предпочитанията им.¹⁴ Това е често срещана грешка сред лекарите, които се обръщат към пациентите си неофициално, но след това искат пациентът да ги нарича „доктор“.

¹⁴[Информация за информираност за хората с увреждания](#)

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

Отнасяйте се към човека като към възрастен. Не инфантилизирайте индивида, защото има физическо или умствено увреждане. Не потупвайте хората в инвалидни колички по главата или рамото вместо подходящ поздрав. Седнете и установете зрителен контакт. Това е много важно! Когато седите в офиса си и някой влезе, не ставате ли обикновено, за да го поздравите? Когато говорите с някого в инвалидна количка или легнал в леглото, огледайте се, дръпнете стол, седнете и застанете на нивото на очите си.

Някои хора искат помощ, други не. Приемливо е да попитате дали можете да отворите вратата, да вземете бастуните им или да бутнете инвалидната им количка. Но не се чувствайте наранени, ако предложението ви бъде отхвърлено и човекът желае да бъде независим.

Разговорен етикет

Когато поздравът и представянето са факт, как можете да водите разговор с човек с увреждане?

- Винаги говорете директно с лицето с увреждания, а не чрез някой друг. Тази грешка се прави през цялото време от различни професионалисти. Дори ако лицето има когнитивно увреждане, присъствието му трябва да бъде признато и уважено.
- Когато разговаряте с човек с физическо увреждане, използвайте нормален ежедневен език и се отпуснете. Можем да придобием неприятен и унизителен навик да говорим с младежите с увреждания като с деца. Може да се наложи да направите физическо настаняване, като например да седнете. Не забравяйте, че индивидът иначе не е по-различен от вас.
- Повечето от нас сме лоши слушатели. Когато някой има говорни увреждания, не бързайте и слушайте. Не се опитвайте винаги да завършвате изречението им. Това може да е трудно, когато бързате, но никога не се преструвайте, че разбирате, ако не разбирате - приемливо е да

го кажете. Ако лицето има зрително увреждане, идентифицирайте се и му кажете къде се намирате и какво възнамерявате да правите.

Използвайте следните термини, за да се обърнете към хората с увреждания:

- Хора с увреждания;
- Хора без увреждания;
- Хора с нарушено зрение;
- С частично зрение;
- Глух или с увреден слух;
- Интелектуални затруднения;
- С проблеми с психичното здраве ;
- Хора на инвалидни колички ;
- Специални образователни потребности (СОП).

Не използвайте следните термини:

- инвалидия или всяко описание, което замества самоличността на индивида, напр. "епилептикът";
- жертва на... или страдащ от ...;
- спастичен;
- деформиран или невалиден;
- изостанал или тъп;
- сакати или приковани към инвалидна количка.

Моля, не забравяйте да се придържате към правилните термини в ежедневната реч, както и когато подготвяте официални документи, имейли или по време на устен разговор и др.

4. Предразсъдъци и стереотипи



4.1 Предразсъдъци

Много от предположенията и преценките, които се правят за хората с увреждания и техните семейства, са направени в светлината на подхода на медицинския модел. Въпреки, че това не е особено изненадващо в рамките на културни и социални контексти, в които медицинското разбиране за увреждането е доминиращо, то включва признание, че тези допускания и преценки са били направени „без да се вземат предвид съответните факти и аргументи“ – тоест въз основа на предразсъдъци.

Предразсъдъците не възникват изолирано, а са част от начина, по който дискриминацията се изразява на лично ниво. Предубедените преценки се правят от позиция, при която някои хора предполагат, че знаят до голяма степен какъв е случаят, защото „тези неща са очевидни“.

Някои младежи с увреждания имат „планина за изкачване“, тъй като предразсъдъците на някои хора продължават да възпрепятстват шансовете им да си намерят работа и да се интегрират в обществото. Доскоро предположението за хората с увреждания беше, че обикновено няма да работят. Например, общата политика на Европейския съюз е безработицата на хората с увреждания да се намалява постоянно. Следователно има много финансови средства, които се отделят за осигуряване на платена работа на хората с увреждания дори в рамките на субсидираната заетост.

От друга страна, програмите за обезщетения за хора с увреждания до голяма степен остават обвързани с дохода – само лица под определен праг на дохода получават помощ (Blanck и др., 2009 г.; Веман и др., 1997).

Увреждането е почти синоним на неравностойно положение. По този начин хората с увреждания трябва да се изправят пред различни предизвикателства в живота, като наемане на работа срещу хора без увреждания, борещи се за същите позиции.¹⁵

Предразсъдъците срещу хората с увреждания са проблем, на който трябва да се обърне внимание, за да не поставим още повече тези, които са в неравностойно положение като начало.

4.2. Стереотипизиране

Независимо от факта, че живеем в XXI век, феноменът на стереотипите все още съществува. Дори в страните от ЕС много хора имат сериозни предразсъдъци и стереотипи към хората с увреждания и избягват да ги наемат.

Ако се опитате да намерите реклама, която забранява приложения от хора с увреждания, е много вероятно да не намерите такава. Това обаче не означава, че

¹⁵ [Предубеждение към увреждането](#)

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

така наречената „скрита дискриминация“ не съществува. За съжаление, има много случаи, когато хората с увреждания нямат достъп до подходящо работно място, защото дори те не могат да стигнат до интервюто за работа.

Най-често срещаните стереотипи към младежите с увреждания:

- **Учащите с увреждания не са достатъчно ефективни във висшето образование в сравнение с техните връстници без увреждания** – Работната ефективност се влияе от фактори като знания, умения, компетенции и лична мотивация. Притежават ги както хора с увреждания, така и без.
- **Младежите с увреждания се нуждаят от различен работен график** – младежите с увреждания може да имат нужда от работен график, адаптиран в съответствие с неговите/нейните нужди и увреждане.
- **Учащите с увреждания не могат да изпълняват задачите си толкова бързо, колкото други младежи без увреждания** – Скоростта на работа е важна и увреждането може да я повлияе. Съществуват обаче дигитални помощни технологии и други видове помощ, които могат да компенсират недостатъците, причинени от увреждане. *Например екранен четец за хора с увредено зрение, адаптирана клавиатура за хора с увреждания на горните крайници и др.*
- **Цената на адаптирането на учебно място във ВУ ще бъде висока и подобни инвестиции не са оправдани** – Не всички помощни технологии са скъпи. Напротив, конкуренцията в тази област също е силна и се наблюдава тенденция към намаляване на цената. Освен това националното законодателство в страните от ЕС и националните програми (*напр. Националната програма на МОН "Информационни и комуникационни технологии"*) предвиждат възможности за финансиране за някои хора, които искат да адаптират работното място за работник с увреждане.

- **Останалите младежи без увреждания не биха били склонни да приемат човек с увреждане в екипа** – Добрият екипен дух зависи от микросредата на компанията. Ако останалите членове на екипа не приемат разнообразието, те ще имат същото отношение към колеги от други националности, религии и т.н.
- **Хората без увреждания биха се страхували от младежите с увреждания** – В XXI век не трябва да подценяваме съпричастността на хората, които принадлежат към модерното общество, в което всички хора имат право да работят и да водят достоен живот. Има много доказателства, когато младежите с увреждания са по-лоялни към дадена институция, защото я разпознават като социално отговорна.

4.3. Справяне със семейните предразсъдъци към работоспособността на хората с увреждане

Досега обсъдихме факта, че младежите с увреждания често са обект на дискриминация на базата на тяхното увреждане и има много предразсъдъци и стереотипи, които могат да повлияят зле на кариерното им развитие. За съжаление подобни стереотипи и предразсъдъци не присъстват само в някои хора, но и в съзнанието на други членове на обществото. Практиката показва, че възможностите за работа на хората с увреждания се подценяват дори в техните семейства.

Често родители и роднини също смятат, че член на семейството им с увреждане трябва да разчита на социални помощи само защото увреждането му би попречило на професионалната му реализация.

По-опитните и зрели членове на семейството може да смятат, че равният достъп до отворения пазар на труда е просто препоръчителен и дори химерата и защитената заетост са единственият вариант за всяка професионална кариера. Така семействата допринасят за това техният роднина с увреждане да стане по-уязвим.

В такива случаи ролята на подкрепящия модератор е допълнително възпрепятствана. Това, което може да направи модераторът е да комуникира активно със семейството и да обясни по положителен начин, че човек с увреждане има право да взема самостоятелни решения за професионалното си развитие. Когато членът на семейството с увреждане стане възрастен, той/тя може да прави избор въпреки предразсъдъците на обществото.

Вие като подкрепящ модератор на младежи с увреждания можете да твърдите, че в целия свят хората с увреждания могат да бъдат предприемачи и самостоятелно заети работници, фермери и фабрични работници, лекари и учители, продавачи в магазини и шофьори на автобуси, художници и компютърни техници и т.н. Почти всички работните места могат да се изпълняват от хора с увреждане и в подходящата среда. Потвърдено е, че няколко души с увреждания могат да бъдат продуктивни.

5. Увреждания и достъпност

Терминът *достъпност*¹⁶ може да се дефинира като „възможност за достъп“ до функционалността и възможната полза от дадена система, сграда и/или съоръжение и се използва, за да опише степента, в която продукт като устройство, услуга и среда е достъпни за възможно най-много хора.

¹⁶<https://www.disabled-world.com/disability/accessibility/>

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

5.1 Достъпност на околната среда

Достъпността на околната среда често се използва, за да се съсредоточи върху хората с увреждания и тяхното право на достъп до обекти, често чрез използване на помощни технологии. Свободното движение в обществените пространства се приема от повечето хора за право.¹⁷

Достъпът до обществен транспорт, лесното придвижване по улиците и през сградите и ясните маршрути за излизане при извънредни ситуации са елементи на физически достъпна среда. За някои обаче тези основни условия не са изпълнени в достатъчна степен. *Например, все още има автобусни спирки, които не са лесно достъпни за човек в инвалидна количка. Може да има трева от двете страни на цимента или тротоарът може да представлява препятствие между автобуса и тротоара.*

Средата не е напълно достъпна за никого, нито трябва да бъде. Има например много основателни причини за ограничения достъп: ситуации, които могат да бъдат опасни за децата, строителни обекти които застрашават безопасността и сигурността на възрастни и т.н. Това, за което говорим, е „средно“ ниво на достъп, което често неволно изключва много, които не трябва да бъдат изключвани.

Оценявайки достъпността, ние дефинираме увреждането като състояние, което ограничава мобилността, намалява зрителната или слуховата острота, намалява издръжливостта или по друг начин възпрепятства способността на човек да манипулира околната среда с „нормална“ степен на усилие (Левтерова-Гаджалова, 2008). Съответно, бариерите са тези аспекти на застроената среда, които намаляват достъпа на младежи с увреждания. Те могат да бъдат части от сгради, озеленяване, пешеходни пътеки или зони за паркиране и включват

¹⁷[Екологични и архитектурни бариери](#)

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

високи бордюри, липса на изрези или рампи на бордюри, чакълени пътеки, тесни тротоари, екстремни вариации в нивото на пътеките, отломки, които пречат на преминаването по тротоарите, тесни врати, тежки врати, изискващи прекомерна сила за отваряне и недостатъчно паркиране. Даже високи табели в магазини и ресторанти могат да се превърнат в бариери за достъп до стоки и услуги. Освен това липсата на информация под формата на брайлови знаци, тактилни карти или звукови съобщения представлява бариера за хората с увредено зрение.

Популациите с увредена мобилност бяха широко игнорирани в миналото, но през последните години се провеждат много кампании за равенство. Това включва равни възможности за заетост, равен достъп до образование и равен достъп до стоки и услуги. Всичко това изисква минимална степен на достъп до *места*, където могат да бъдат намерени работа, образование и стоки и услуги.

През последните десетилетия много Европейски съоръжения и открити пространства бяха реновирани, за да влязат в съответствие с насоките за достъпност на Европейската комисия. Мнозина изразиха загриженост относно цената и неудобството на тези ремонти. Но, ако достъпността е проектирана в изграждането на околната среда, вместо да се подхожда като последваща мисъл, разходите могат да бъдат сведени до минимум и крайният резултат често може да бъде по-ефективен.

Всеки от нас може да получи физически увреждания в даден момент от живота си.

Дете, човек със счупен крак, родител с количка, възрастен човек и т.н., всички са в неравностойно положение по един или друг начин. Малко са онези, които остават здрави през целия си живот.

Що се отнася до застроената среда, важно е тя да бъде без бариери и адаптирана, за да отговаря еднакво на нуждите на всички хора. В интерес на истината нуждите на хората с увреждания съвпадат с нуждите на мнозинството и всички

хора се чувстват спокойни с тях. Като такова, планирането за мнозинството предполага планиране за хора с различни способности и увреждания.

5.2 Поведенческа достъпност (достъпност на отношението)

Барьерите в отношенията между хората са свързани с поведение, възприятия, предразсъдъци и предположения, които дискриминират хората с увреждания. Тези бариери често възникват от липсата на разбиране и информация, което може да накара хората да игнорират, да съдят или да имат погрешни представи за човек с увреждане.

Погрешните схващания и нагласи, които хората на работното място могат да имат относно уврежданията, могат да бъдат най-значимата пречка за заетостта, пред която са изправени хората с увреждания ¹⁸.

В допълнение към стереотипите, описани по-горе, тук изброяваме възможните бариери в поведението/отношението, пред които са изправени младежите с увреждания:

- **Малоценност:** Човекът с увреждане се възприема като „второкласен гражданин“.
- **Жалко:** Хората съжаляват хората с увреждане и в резултат на това се отнасят снизходително.
- **Поклонение на героя:** Хората смятат човек с увреждане, живеещ самостоятелно, за „специален“ и „супер герой“.
- **Невежество:** Лицето с увреждане се освобождава от работа като неработоспособно поради увреждането си.
- **Ефектът на разпространението:** Хората приемат, че увреждането на човека с увреждане засяга другите му сетива.
- **Протекция:** Хората вярват, че на лицето с увреждане се дава несправедливо предимство поради неговото или нейното увреждане.

¹⁸ [Нагласена достъпност](#)

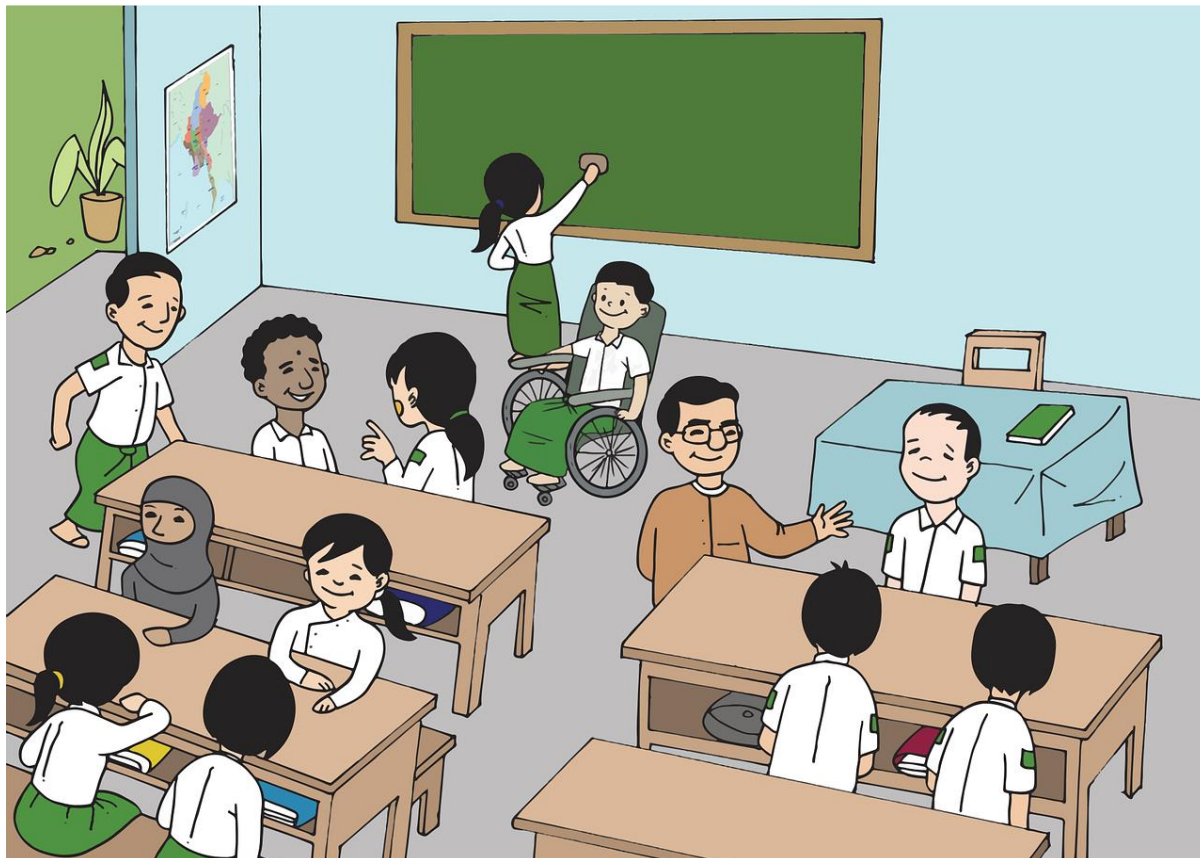
Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

- **Отказ:** Хората може да не вярват, че скритите увреждания са законни и следователно не изискват адаптации.
- **Страх:** Хората се страхуват, че ще обидят човек с увреждане, като направят или кажат неправилно нещо и в резултат на това избягват лицето с увреждане.

Има налични инструменти и ресурси и могат да бъдат използвани от някои хора, за да помогнат за премахване на бариерите в отношението. Чрез ефективно ангажиране на младежи с увреждания, служителите на висшето учебно заведение може да използват лидерски умения, за да създадат форум за дискусия по проблемите на уврежданията. В допълнение, те могат да осигурят обучение на своя персонал, за да подобрят разбирането си за уврежданията и да коригират погрешните схващания и нагласи, които може да имат за уврежданията.

Вие като подкрепящ модератор на младежи с увреждания сте в добра позиция да допринесете за премахването на бариерите в отношението. Можете да посъветвате Академичния съвет на ВУ и академичния състав как да общувате ефективно с младежи с увреждания, както и как да ги интегрирате в микросредата на университета.

6. Възможни адаптации на средата на учебно заведение



Счита се за изключително важно всяко учебно заведение да осигури достъп на лице с увреждане да изпълнява основните функции, включително достъп до сграда, до лабораториите, да получи необходимото оборудване и да има равен достъп до всички съоръжения, използвани от други младежи без увреждания. В процеса на кандидатстване и изпит на някои хора може да се наложи да направят корекция, за да могат да покажат какво знаят и какво могат.

По отношение на достъпността някои хора трябва да вземат предвид следното:

- За да се улеснят първоначалните срещи с хора с увреждания, трябва да се вземе предвид влизането и движението около помещенията и тоалетните.

- Достъпността трябва също така да се разбира като включваща знаци в употреба, както и изготвяне на печатни и цифрови ръководства; инструкции и електронна информация, като следват конкретни указания за достъпност (*вижте Резултат 2 на проекта за допълнителна информация*). Те трябва да бъдат преразгледани, когато е необходимо, за достъпност за хора със зрителни увреждания и по-специално за хора с интелектуални увреждания.
- Достъпността за хора с увреден слух включва достъп до информация, която често се предава чрез звук – като звънене на звънец, пожарна аларма, свирка или сирена. Такива съоръжения следва да бъдат преразгледани и при необходимост допълнени с алтернативни устройства като мигащи светлини.
- Планирането при извънредни ситуации трябва да гарантира, че хората с увреждания могат безопасно и ефективно да се евакуират от работното място до безопасна зона.

Въпреки това, **самият човек с увреждане знае по-добре правилния тип разумна адаптация, от която се нуждае**. В този случай вие като подкрепящ модератор на младежи с увреждания трябва да подчертаете важността на този факт и да му/й помогнете да направи следното:

- Да обяснят със собствени думи вида на корекцията, от която се нуждаят във връзка със специфичното естество, степен и тежест на тяхното увреждане.
- Да поемат отговорност да поискат корекция, ако се наложи такава.
- Да знаят, че те имат право да поискат корекция на всеки етап от кандидатстването или образователния процес.
- Да вземат окончателното решение относно предложението по отношение на типа корекция, която те изискват, но бъдете достатъчно отговорни, за да знаете, че това трябва да е **жизнеспособна** опция както за тях, така и за учебното заведение.

7. Преодоляване на виктимизация на младежи с увреждания



Виктимизацията на хора с увреждания включва малтретиране на лице с физическо и/или умствено увреждане или друго медицинско състояние. Виктимизацията може да включва физическо насилие, сексуално насилие, финансово, психологическо или емоционално насилие и пренебрегване. Източникът на тези видове насилие може да бъде неизвестен както за лицето с увреждане, така и за хора от неговото обкръжение, като членове на семейството и роднини, познати, болногледачи, колеги, ръководители, настойници, членове на медицинския персонал и др. Компетентните институции, превантивните и медицински центрове признават такава виктимизация като сериозен и предотвратим проблем за общественото здраве.

Настоящите познания за виктимизацията на хора с увреждания се основават на малък брой проучвания и малко се знае за виктимизацията на хора в същата група с увреждания. Хората с увреждания са 2 пъти по-склонни да станат жертва на насилие, злоупотреба или пренебрегване, отколкото хората без увреждания (*вижте секция Въведение на този наръчник*).

Младежите с увреждания са повече от два пъти по-често изложени на риск да бъдат физически или сексуално малтретирани, отколкото младежите без увреждания, особено тези, които живеят в специализирани институции. Подобни

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

пропорции на жени с и без увреждания съобщават, че са преживели епизоди на физическо насилие, сексуално насилие или емоционално насилие. Жените с увреждания обаче съобщават за по-голям брой извършители и по-дълги времеви периоди на отделните епизоди, отколкото жените без увреждания.

По-долу са изброени някои индикатори за различните видове злоупотреба:

- Индикатори за *физическо насилие* – те могат да бъдат страх от конкретен човек/връстник/академик, необясними наранявания, забавяне на търсенето на лечение, прекомерна седация, необичайни модели на синини, история на смяна на лекари, наранявания по скалпа.
- Индикатори за *емоционално насилие* – те включват ниско самочувствие, лицето изглежда нервно около конкретен човек/колега, объркан, мисли и действия за самоубийство, избягва зрителен контакт с конкретен човек/колега, страх от изоставяне, летаргичен/отдръпнат.
- Индикатори за *сексуално насилие* – те са налице чрез необичаен страх от човек, зацапани, скъсани или кървави дрехи, болка и синини, промяна в сексуалното поведение, бременност, болести, предавани по полов път.
- Индикатори за *финансова злоупотреба* – те включват необясними липсващи вещи, неплащане на сметки, неточно познаване на финансите, внезапна промяна на завещание, оставане без достъпни нужди, необичайни тегления от банкова сметка.
- Индикатори за *пренебрегване* – те са свързани с недохранване, скитане без надзор, неподдържан външен вид, липсващи протези/очила/слухови апарати, кожни заболявания или рани под налягане, нелекувани медицински проблеми, злоупотреба с алкохол или лекарства.

Вие, като подкрепящ модератор на младежи с увреждания, трябва да знаете, че повечето жертви на насилие и пренебрегване се чувстват депресирани и тревожни. **Вашата роля е да разпознаете признаците на малтретиране на вашия младеж с увреждане и въпреки, че никой не трябва да прави**

прибързани заключения, вземете всички тези показатели на сериозно и се свържете със съответните специалисти, търсещи помощ.

По-долу има някои съвети за вас относно действията, които можете да предприемете, за да помогнете на вашия младеж с увреждане, който е бил жертва на малтретиране и пренебрегване:

- Разговаряйте насаме с младежа;
- Слушайте внимателно какво ви казва ;
- Опитайте се да разберете ситуацията;
- Запишете всяка дума и/или факт, който лицето казва;
- Запазете спокойствие и не правете предположения;
- Обяснете какви възможности за действие има на лицето;
- Обсъдете предимствата и недостатъците на всяко действие;
- Насърчете лицето да вземе самостоятелно решение за най-подходящия вариант за неговата/нейната ситуация;
- Трябва да уведомите полицията винаги, когато безопасността на лицето е застрашена.

Ние като автори на този модул бихме искали да акцентираме върху друг аспект на виктимизацията на хората с увреждания, който е свързан с възприятието, че да си човек с увреждане означава, че човекът е обречен .

С други думи, човекът е готов да се оттегли от ежедневните си дейности, като използва увреждането като обяснение за ограничаване на обикновените функции. В такива случаи човекът с увреждане може да избягва социални контакти, да отказва да ходи в масово училище, може да не приеме да кандидатства за работа, може да пренебрегне личния си външен вид и личния си живот, може да отрече своите предимства и силни страни, може да откаже да правите ежедневни процедури. В допълнение, човекът с увреждане, който се самопреследва, може да има неоснователни оплаквания, може да изпитва постоянно неудовлетворение и недоволство, може да се страхува от провал,

изобщо да не се опитва, може да се чувства безпомощен, може да откаже да направи самостоятелно решение за живота си, могат да очакват другите да правят неща, с които те могат да се справят, могат да извиняват всяко бездействие с увреждането, което имат, и могат да водят несоциален живот.

Каквито и симптоми да забележите като подкрепящ модератор на младежи с увреждания, трябва да помните, че всеки човек е уникален и може да има уникални симптоми в различни ситуации. Има хора с увреждания, които могат да измислят свои собствени начини да се справят с ежедневните предизвикателства.

Като модератор за подкрепа на хората с увреждания вие трябва да се занимавате с онези аспекти на виктимизацията, които оказват влияние върху професионалното развитие на вашите младежи с увреждания.

Не забравяйте, че вие като добре обучен професионалист можете да подкрепите вашия младеж с увреждане да намери най-подходящата за него/нея професионална реализация и начинът да постигнете това също включва минимизиране на въздействието на факторите, които застрашават успеха на вашия младеж с увреждане.

За съжаление, последният аспект на виктимизацията, описан в параграфа по-горе, не е достатъчно проучен от професионалистите и това ви дава шанс като модератор да откриете свои собствени подходи и инструменти за преодоляване на виктимизация от този тип.

8. Развиване на положителна идентичност



8.1. Увреждания и образ в обществото

Вие като модератор за подкрепа на хората с увреждания трябва да напомняте на младежите с увреждания, че *техният имидж е ключов фактор за успешна образователна и професионална реализация*. Важен елемент от имиджа е първото впечатление, което се оказва решаващо, когато другите ни срещат за първи път и формират мнението си за нас.

Изображението може да се определи като:

- впечатление, което оставяме на другите
- възприятието, което другите имат за нас
- умствената представа, която имаме за друг
- впечатления, които създаваме, когато се срещаме с някой нов.

Образът, който създаваме, се състои от:

- Изражения на лицето
- Поза
- Външен вид
- Реч
- Действия
- Отношение.

Хората правят предположения въз основа на ограничена информация и когато наблюдават характеристика или поведение в някого, те са склонни да приемат, че лицето има редица други качества.

Според списание Forbes, 2016 г ¹⁹:

- 55% от първото впечатление, създадено за вас, се състои от това как се възприема външният ви вид
- 38% се състои от това как невербално общувате и как се възприема
- Учудващо само седем процента от първото впечатление, създадено за вас, се състои от това, което всъщност казвате .

Така че 55% от първото впечатление на някого за нас се основава на нашия външен вид, който се състои от:

- височина
- тегло
- цвят на кожа
- прическа
- аксесоари
- облекло
- при жените това включва и грим.

¹⁹<https://institute.uschamber.com/what-makes-a-good-first-impression/>

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

Имиджът също е важен, защото влияе върху това как се чувстваме за себе си. Когато чувстваме, че се представяме добре, ние придобиваме увереност и самочувствие. Този процес се нарича цикъл на успеха.

Когато обсъждате елементите на изображението с младежи с увреждания, трябва да обърнете внимание на следното:

- **Качество** – това показва неговия/нейния статус. Да бъдеш добре изработен от плат с добро качество е по-важно от марката или етикета.
- **Елегантност** – посъветвайте ги да изберат нещо удобно и елегантно, в което той/тя може да се движи уверено.
- **Грижа** – това е практичен плат, който може да се пере и е възможно да се поддържа в добро състояние
- **Облекло в хармония с неговия/нейния личен цвят на кожата, размер и форма на тялото и личност**
- **Довършителни щрихи** - внимателно подбраните аксесоари демонстрират внимание към детайла.

В допълнение, вие като модератор за подкрепа на хората с увреждания трябва да насочите вниманието на вашите младежи с увреждания към факта, че е важно да поддържате професионален имидж, който е в съответствие с общоприетите норми в рамките на бизнес сектора, който човекът с увреждане би искал да работят.

8.2. Идентифициране на положителните аспекти на това да си човек със способности и увреждания

Обществото се състои от индивиди и групи с различни начини на функциониране. Липсата на способности е част от жизнения цикъл на всеки и може да се появи в различни моменти от живота.

Ето няколко примера ²⁰:

- бебе, което трябва да се държи или носи в количка за мобилност
- малко момче, което не може да достигне бутон на етажера си в асансьора
- някой със счупен гипсиран крак се опитва да се качи по стълбите
- жена в напреднала бременност се опитва да се качи по стълбите на автобус
- неграмотен гражданин, който търси информация в интернет
- група туристи, които не говорят местния език
- някой, който не може да чете малките букви в инструкциите на рецептата
- възрастен човек с артрит, който не може да отвори дръжката на вратата

Като цяло хората се сблъскват с увреждащи условия в общество, което е неподготвено или не приема разнообразието. Имайте предвид, че най-важният аспект на независимия живот е овластяването на хората да вземат свои собствени решения и да управляват своите отговорности. Използването на подкрепа за изпълнение на ежедневните дейности се счита за разумна корекция за достъп: не трябва да се разглежда като зависимост. Ключът към едно приобщаващо общество е приемането и подкрепата, които гарантират, че човешките права са достъпни за всички.

Всички имаме силни страни.

Всички имаме слабости.

В този раздел бихме искали да ви представим накратко две истории от реалния живот, които показват способностите, а не само увреждането.

Пълна слепота – способности:

Докато расте, човек постепенно губи зрението си, докато не ослепява напълно. Способностите надделяват над уврежданията и с това той води професионален и много продуктивен живот. Работата му включва предоставяне на материали за хора с увредено зрение. Използването на съвременни технологии позволява на този човек да използва компютри, брайлови устройства за записване, книги,

²⁰Ръководство за обучение по Конвенцията за правата на хората с увреждания, Валери Кар, УНИЦЕФ, май 2009 г.

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

касети, четци и много други устройства. Куче водач му помага при използването на транспорт и ежедневното ходене до и от дестинации.

Гърчово разстройство – Способности:

Припадъците са увреждания, които са уникални по отношение на други увреждания, особено при този човек. В повечето случаи те могат да бъдат контролирани и с корекции могат да бъдат намалени. Припадъците на този човек не са напълно контролирани.

Много работници с увреждания са надарени с таланти, които всъщност трябва да се поддават на съществуващи позиции в днешните компании. При леките разстройства от аутистичния спектър (по-рано наричани Аспергер) например са разстройства от аутистичния спектър, което дава на някои хора невероятна способност да обработват детайли, което е отлична черта за разработчици на софтуер, публикуване и наблюдение в социалните медии, изследователи и т.н.

Така че, когато модераторът работи с лице с увреждане, той/тя трябва да има предвид, че **всички хора имат силни страни**. Всеки човек идва на нова работа с уникални умения и способности. Модераторите за подкрепа на хора с увреждания, които взаимодействат с младежи с увреждания, имат голямо влияние върху техния образователен успех. Когато се запознаят по-добре със способностите си, те могат да увеличат максимално своя потенциал. Това е начинът, по който работят подкрепящите модератори на младежи с увреждания, които увеличават силните страни на индивида, като същевременно компенсират слабостите.

9. Практическа част – да проверим какво сме научили?



Ролевите игри се считат за гъвкав и приятен метод за учене, който позволява пълно включване на участниците, които биха искали да станат модератори за подкрепа на хора с увреждания. Използването на ролеви игри им позволява да учат чрез преживяване, което е от съществено значение за окончателното използване на учебното съдържание и неговата дългосрочна употреба.

Ролевите игри допълват информацията, предоставена по-горе, и помагат на кандидатите за модератори за подкрепа за хора с увреждания да разберат по-добре специфични правила и условия, свързани със съдържанието. Те разкриват естеството на различните увреждания и помагат на учащите да повишат своята

осведоменост към самите хора с увреждания и предизвикателствата, с които могат да се сблъскат в ежедневието си и докато търсят работа.

9.1 Ролева игра 1 „Хората с увреждания – как се чувстват?“

Тази игра е подходяща за групова дейност и изисква сътрудничество между членовете на групата. Ролята на обучителния фасилитатор е да дава инструкции и да обяснява сценария на играта, както и да наблюдава и анализира резултатите.

Участниците се разполагат в стегнат кръг. Един доброволец остава извън кръга. Той/тя има за цел да влезе в кръга, без да насилва хората от кръга. Доброволецът може да използва вербални и невербални подходи (напр. думи, движения, жестове, изражение на лицето и т.н.), за да убеди хората да позволят да влязат. Той/тя има една минута, за да постигне целта. Накрая фасилитаторът на обучението пита доброволеца как се чувства той/тя, без значение дали успешно е влязъл в кръга или е останал извън него.

Резултатът от играта е, че доброволецът представлява позицията на човек с увреждане, изолиран от обществото, което в нашия случай е представено чрез компактният кръг. Тъй като времето напредва (1 минута), човекът може да стане по-агресивен, объркан, безстрастен, по-малко толерантен и т.н.

Тази игра може да се използва като дейност за разбиване на лед в самото начало на сесията.

9.2. Ролева игра 2 „Лесно за разбиране“

Тази игра е подходяща за групова дейност и изисква сътрудничество между членовете на групата. Ролята на обучителния фасилитатор е да дава инструкции и да обяснява сценария на играта, както и да наблюдава и анализира резултатите.

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

Един от участниците ще бъде в ролята на човек с обучителна трудност. Този човек има проблем да разбере доста сложен текст.

Участниците се разделят на групи и всяка от тях получава текст, който трябва да бъде обяснен по лесно разбираем за човек с обучителни затруднения начин. Като пример за такъв използван текст можете да използвате обява за свободно работно място, която съдържа описание на длъжностните задължения и изисквания, а другото е условията за кандидатстване за социални помощи. Участниците разполагат с 10 мин. да завърши задачата. След това трябва да се представят лесните за разбиране текстове. Фасилитаторът насърчава участниците да коментират и показва най-интересните и най-добри идеи и посочва неподходящите, ако има такива. Продължителността на играта е прибл. 30 мин.

9.3. Ролева игра 3 „ Помогнете на ползвател на инвалидна количка “

Тази игра е подходяща за групова дейност и изисква сътрудничество между членовете на групата. Ролята на обучителния фасилитатор е да дава инструкции и да обяснява сценария на играта, както и да наблюдава и анализира резултатите.

Групата избира двама доброволци, които имат две различни роли. Единият трябва да играе ролята на ползвател на инвалидна количка, а другият да играе ролята на негов асистент. Ако нямате налична инвалидна количка, можете да използвате офис стол.

За целите на играта маршрутът на ползвателя на инвалидна количка трябва да включва излизане от стаята, преминаване през коридора и достигане до автомат. Асистентът трябва да подкрепя ползвателя на инвалидна количка в съответствие с правилата и препоръките, изброени в горните раздели. След завършване на

сценария на играта групата обсъжда правилните и грешните стъпки, направени от двамата доброволци. Продължителността на играта е припл. 20 мин.

9.4. Ролева игра 4 „Използване на правилни и неправилни думи“

Тази игра е подходяща за групова дейност и изисква сътрудничество между членовете на групата. Ролята на обучителния фасилитатор е да дава инструкции и да обяснява сценария на играта, както и да наблюдава и анализира резултатите.

Всеки участник получава лист хартия с един от следните условия:

1. Лице с увреждане
2. Лице без увреждане
3. Сляп
4. С частично зрение
5. Глух или с увреден слух
6. Интелектуални (обучителни) затруднения
7. Трудности с психичното здраве
8. Потребители на инвалидни колички
9. Специфични обучителни трудности
10. Хора с увреждания
11. Епилептикът
12. Жертва на...
13. Страдащ от...
14. Спастичен
15. Деформиран
16. Невалиден
17. Изостанал
18. Тъп
19. Сакати
20. Прикован за инвалидна количка

След това поставят получените работи в дясната колона съответно за правилни и неправилни условия – времетраене 30 секунди. Идеята е да се упражнят знанията, свързани с правилното общуване и етикета при хора с увреждания. Фасилитаторът на обучението може да направи заключения относно представянето на обучаемите.

9.5. Ролева игра 5 „Хора, използващи слухови апарати – как се чувстват?“

Тази игра е подходяща за групова дейност и изисква сътрудничество между членовете на групата. Ролята на обучителния фасилитатор е да дава инструкции и да обяснява сценария на играта, както и да наблюдава и анализира резултатите.

Двама доброволци трябва да участват в разговор лице в лице, докато останалата част от групата не вдигне шум (пляскане с ръце, тропане с крака, по-високо говорене и т.н.). Задачата на двамата доброволци е да си уговорят час за среща – времетраене 1 мин.

Накрая доброволците споделят как са се почувствали, докато са се споразумели за нещо в шумна среда. Фасилитаторът на обучението трябва да обясни какви са предизвикателствата пред хората, използващи слухови апарати без опция за премахване на фоновия шум.

9.6. Ролева игра 6 „Четене по устни“

Тази игра е подходяща за групова дейност и изисква сътрудничество между членовете на групата. Ролята на обучителния фасилитатор е да дава инструкции и да обяснява сценария на играта, както и да наблюдава и анализира резултатите.

Разделете групата на двойки. Единият от всяка двойка е А, а другият В. Дайте им съответните инструкции и обяснете накратко играта. Те не трябва да виждат инструкциите един на друг.

Накарайте ги да се редуват в четенето по устните, докато партньорът им „чете“ (движейки устните си, но не издавайки звуци) списък с думи или изречения.

В своите двойки те трябва:

- „кажете“ всяка дума или фраза само веднъж;
- преминете през цялото упражнение, преди да си кажат отговорите ;
- когато приключат, обсъдете какво са научили за четенето по устните.

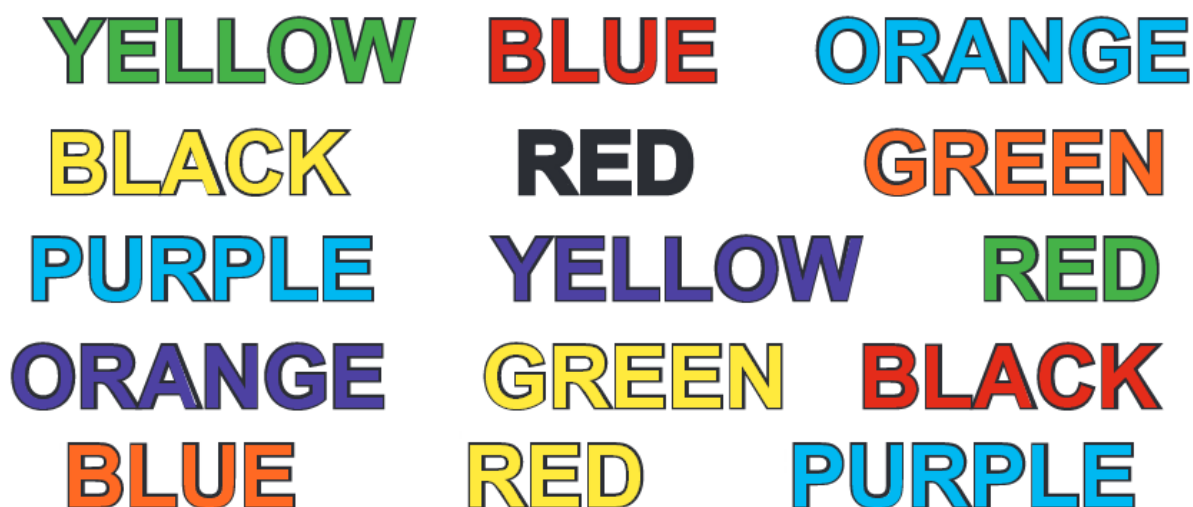
Отделете 15 минути за упражнението по двойки и след това отново сформирайте основната група.

9.7. Ролева игра 7 „Кажете думата. Разберете как се чувстват младежи с обучителни затруднения“

Тази игра е подходяща за групов дейност и изисква сътрудничество между членовете на групата. Ролята на обучителния фасилитатор е да дава инструкции и да обяснява сценария на играта, както и да наблюдава и анализира резултатите.

Прехвърлете следващата фигура върху прозрачно фолио. Накарайте групата да го прочете на глас. Всеки участник трябва да прочете ЦВЕТА, с който е написана думата, а не самата дума. След това обсъдете как мозъкът ви иска да прочете истинската дума. Дори когато можете да се накарате да го направите правилно, трябва да четете много по-бавно от нормалното. Това е пример за това колко трудно е за младеж с обучителни затруднения да изкара думата. Техният мозък разбира какво трябва да се направи, но те трябва да се борят, за да го накарат да излезе правилно.

Това, че не можете да извършвате тази дейност правилно, не означава, че не сте умни. Това просто означава, че мозъкът ви иска да направи нещо различно.



Фигура 7 Цветни думи

9.8. Ролева игра 8 „Намерете алтернативен начин за ръкостискане“

Тази игра е подходяща за групова дейност и изисква сътрудничество между членовете на групата. Ролята на обучителния фасилитатор е да дава инструкции и да обяснява сценария на играта, както и да наблюдава и анализира резултатите.

Групата е разделена на двойки. Един доброволец влиза в ролята на човек с увреждане на горните крайници – поставяйки дясната си ръка на гърба си, така че да не може да я използва. Другият доброволец в двойката трябва да намери алтернатива за ръкостискане. Той/тя трябва да се придържа към следните принципи. Фасилитаторът на обучението трябва да насърчава креативността на участниците и да ги насочва да намерят дискретни и учтиви маниери.

9.9. Ролева игра 9 „Хора със зрителни увреждания – как се чувстват?“

Тази игра е подходяща за групова дейност и изисква сътрудничество между членовете на групата. Ролята на обучителния фасилитатор е да дава инструкции и да обяснява сценария на играта, както и да наблюдава и анализира резултатите.

Групата е разделена на двойки. Всяка двойка се състои от доброволец, който играе ролята на незрящ човек и друг, който играе ролята на водач. За ролята на слепия можете да използвате шал или нещо подобно. Всяка двойка има задачата да премине през предварително зададен маршрут с няколко препятствия и когато достигне крайната точка, участниците сменят ролите си на връщане. След завършване на сценария участниците са поканени да споделят своя опит и чувства. Фасилитаторът на обучението пита групата коя роля е била по-трудна и как са се чувствали. Продължителността на играта е около 30 минути.

10. Основна информация за дигиталните помощни технологии, които могат да бъдат полезни по време на обучението

Съществуват редица определения по отношение на помощните технологии (АТ). Обикновено се отнася до устройства или услуги, насочени към компенсиране на функционални ограничения, улесняване на независимия живот или позволяване на възрастни хора или хора с увреждания с ограничения на активността да реализират пълния си потенциал. Обхватът на такова широко определение дава възможност на АТ да обхване всякакъв вид оборудване или услуга, способни да изпълнят гореспоменатото определение: от устройства за ходене до инвалидни колички, от продукти за интелигентен дом до напомняния за лекарства.

В този наръчник се фокусираме върху дигитални помощни технологии или такива, управлявани от ИКТ. В това отношение ние се фокусираме върху помощната технология, която се използва от младежи с увреждания, за да изпълняват функции, които иначе биха били трудни или невъзможни за тях и които изискват желанието на лицето да използва устройство или приложение, което е ИКТ по своята същност.

10.1 Електронно водене на бележки

10.1.1 Аудио бележки

Вижте повече тук: <https://www.youtube.com/watch?v=ms5XQFIdwnQ>

Описание: Софтуер за поддържане на цифрови записи с място за текстова транскрипция или бележки и аудио маркировки и подчертаване.

Предназначение: Предназначено да помогне на тези, които използват записващи устройства в лекции, срещи и интервюта. Може да помогне на тези, които работят в областта на научните изследвания, или на студентите, които

може да имат специфични затруднения с ученето и наистина предпочитат да използват аудио вход за учене.

Характеристики: Audio Notetaker работи с WAV и MP3. Записите могат да бъдат разделени на части, маркирани и анотирани с изображения, PowerPoint слайдове, ключови думи или пълни транскрипции. Включена е програма за проверка на правописа и ако Microsoft Office е на компютъра, тя ще използва речника за проверка на правописа на Word.

Изисква се умение	Ниво		
	1	2	3
Слух			3
Сръчност		2	
Памет		2	
Реч			
Осезаемост		2	
Визуалност			3
Ниво 1	Изисква се минимално умение		
Ниво 2	Изискват се умерени умения		
Ниво 3	Изисква се добро умение		

10.1.2. Цифрови бележници



Описание: Цифрово улавя и съхранява текст и графики на обикновена хартия A4, за да ги изтеглите по-късно на компютър.

Предназначение: Подходящо за водене на бележки и добро за диаграми и чертежи и т.н. Текстът се записва като графика, така че няма да работи със софтуер за текст към говор, освен ако не е транскрибиран с MyScript Notes, но текстът трябва да бъде ясно написан за най-голям успех. Може да помогне на хора със специфични обучителни затруднения, включително дислексия, които искат да комбинират графики в текстообработените си документи.

Характеристики: Бележник (до 150 mm x 232 mm) е прикрепен към дигиталната дъска за бележки, а електронната мастилена писалка използва касети, които могат да бъдат закупени в повечето канцеларски материали. Подложката не трябва да е твърде дебела, най-много около 12 мм и е най-добре да пише ясно.

Изисква се умение	Ниво		
	1	2	3
Слух			
Сръчност			3
Памет		2	
Реч			
Осезаемпст			3
Визуалност			3

Ниво 1	Изисква се минимално умение
Ниво 2	Изискват се умерени умения
Ниво 3	Изисква се добро умение

10.1.3. Електронна писалка „Didiscribble“



Описание: Обърнете внимание на електронна писалка и преносима щипка на приемното устройство с LCD за писане или режим на мишката.

Предназначение: Това устройство може да се използва далеч от компютъра за водене на бележки, бележки и чертежи. Подходящ е за тези, които работят с графики и предпочитат да пишат бележки, отколкото да пишат. Може да помогне на тези със специфични обучителни затруднения и дислексия, които обичат да правят карти на ума на ръка, вместо да използват софтуер.

Характеристики: Приемникът, закрепен върху подложката, се свързва към настолен компютър или лаптоп чрез USB кабел, за да изтегли запазените бележки, където написаното може да се транскрибира с помощта на софтуера MyScript и снимките се записват в графичен формат. Има моменти, когато, ако написаното не е ясно, може да е по-лесно да запазите целия изход като

картина. Функциите на мишката позволяват контрол на компютъра и автоматично работят с приложения за таблет като OneNote и Windows Journal.

Изисква се умение	Ниво		
	1	2	3
Слух			
Сръчност		2	
Памет	1		
Реч			
Осезаемост			3
Визуалност		2	
Ниво 1	Изисква се минимално умение		
Ниво 2	Изискват се умерени умения		
Ниво 3	Изисква се добро умение		

10.1.4. Електронни химикали „e-pens Mobile Notes“



Описание: Бележки и рисунки, заснети на хартия с писалка и приемник за Windows PC.

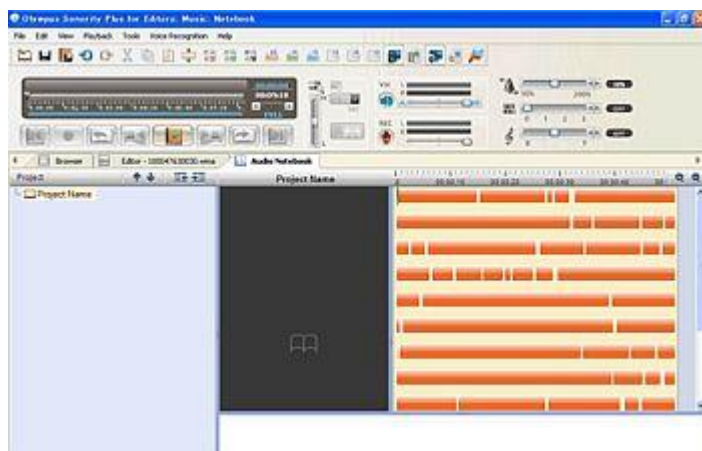
Предназначение: Подходящо за водене на бележки и добро за диаграми и чертежи и т.н. Текстът се записва като графика, така че няма да работи със софтуер за текст в говор, освен ако не е транскрибиран с MyScript Notes, но

текстът трябва да бъде относително ясно написан за най-голям успех. Може да помогне на тези със специфични обучителни затруднения, включително дислексия, които искат да комбинират графики в текстообработените си документи.

Характеристики: Основният модул на писалката и приемника запазва вашия почерк върху нормална хартия. След като заснемете и запазите вашите бележки, включете основното устройство и прехвърлете в софтуера NoteManager , базиран на Windows . След това бележките могат да се преобразуват в достъпен текст с помощта на софтуера за транскрипция MyScript и да се експортират в избрани приложения като Microsoft Word за използване със софтуера за текст в реч.

Изисква се умение	Ниво		
	1	2	3
Слух			
Сръчност			3
Памет			3
Реч			
Осезаемост			3
Визуалност			3
Ниво 1	Изисква се минимално умение		
Ниво 2	Изискват се умерени умения		
Ниво 3	Изисква се добро умение		

10.1.5 Olympus Audio Notebook



Вижте повече тук: <https://www.youtube.com/watch?v=kz1n8apty6s>

Описание: Сортирайте, управлявайте и пояснявайте записи на Olympus и ги запазвайте като последователен формат.

Предназначение: Полезно за тези, които желаят да правят бележки от своите цифрови записи, както и да слушат в други формати. Може да подхожда на хора със специфични обучителни затруднения, включително дислексия и зрителни увреждания.

Характеристики: Това е допълнителна добавка за софтуера Sonority, предлаган със записващите устройства Olympus за управление на аудио файлове. Последният предоставя плейър и средства за конвертиране на формати в MP3. Добавката добавя възможност за водене на бележки, анотация и възможност за разделяне на файлове на секции.

Изисква се умение	Ниво		
	1	2	3
Слух		2	
Сръчност		2	
Памет			3
Реч			
Осезаемост		2	

Визуалност		2	
Ниво 1	Изисква се минимално умение		
Ниво 2	Изискват се умерени умения		
Ниво 3	Изисква се добро умение		

10.1.6. Безжичен таблет с писалка и JustWrite Office (Just Write Office)



Описание: Писалка за рисуване плюс софтуер за ръкописно писане върху документи, добавяне на лепкави бележки и рисунки.

Цел: Може да помогне да направите текстовите елементи по-запомнящи се и да подчертаете секции от графики и т.н. Добър за съвместна работа и може да подхожда на хора със специфични обучителни затруднения, включително дислексия, където анотациите и цветовете могат да подпомогнат паметта. Писателят трябва да бъде доста сръчен, за да използва точно този инструмент.

Характеристики: Софтуерът Just Write предлага на потребителите допълнителна лента с инструменти в Excel, PowerPoint и Word и може да се използва с всяко устройство за въвеждане, но е най-подходящ за устройства тип писалка.

Изисква се умение	Ниво		
	1	2	3
Слух			
Сръчност			3
Памет		2	
Реч			
Осезаемост			3
Визуалност			3
Ниво 1	Изисква се минимално умение		
Ниво 2	Изискват се умерени умения		
Ниво 3	Изисква се добро умение		

10.2. Помощни технологии, свързани с клавиатурата

10.2.1 Contour RollerMouse Classic и PRO Station



Описание: Подложка за китката на компютърна клавиатура с интегрирано оптично входно устройство.

Предназначение: Подходящо както за леви, така и за десни манипулатори, това устройство ви убеждава да пишете и местите курсора с централно разположени

ръце. Той е проектиран да предотвратява напрежението и също така заема много малко място на работния плот.

Характеристики: Системата работи чрез завъртане на хоризонтално монтиран вал за движение нагоре и надолу и плъзгане на вала наляво и надясно контролира курсора . .

Изисква се умение	Ниво		
	1	2	3
Слух			
Сръчност		2	
Памет	1		
Реч			
Осезаемост		2	
Визуалност		2	
Ниво 1	Изисква се минимално умение		
Ниво 2	Изискват се умерени умения		
Ниво 3	Изисква се добро умение		

10.2.2 Преносима стойка за лаптоп



Описание: Лека акрилна поставка за лаптоп за до 17 инча лаптоп или хартия.

Предназначение: Ако лаптоп е поставен на бюро, той може да принуди потребителя да се наведе напред, за да прочете екрана, което може да доведе до проблеми с врата, гърба, раменете, ръцете и китките. Поставянето на лаптопа на стойка означава, че потребителят може да седи изправен с екрана по-близо до нивото на очите, предлагайки много по-удобна и по-безопасна работна позиция.

Характеристики: Стойката може да се използва с наклонен нагоре лаптоп и отделна клавиатура и мишка. Когато се използва като държач за документи, има 5 ъгъла от 3- 52 градуса. Въртящата се основа позволява много ъгли на видимост, а кабелите могат да се прибират под стойката.

Изисква се умение	Ниво		
	1	2	3
Слух			
Сръчност			
Памет			
Реч			
Осезаемост	1		
Визуалност	1		
Ниво 1	Изисква се минимално умение		
Ниво 2	Изискват се умерени умения		
Ниво 3	Изисква се добро умение		

10.2.3. Клавиатура TrackBoard



Описание: Спестяваща място компактна клавиатура с вграден трекбол и много програмируеми клавиши.

Предназначение: Тази клавиатура не само спестява място, но над линията от обичайни клавиши има 15 дефинирани от потребителя заоблени клавиша, които предлагат възможност да се възползвате максимално от навигацията и действията на клавиатурата, като намалявате необходимото използване на мишката. Топката за дясна ръка може да не е подходяща за левичари, но може да бъде полезна за тези, които намират за трудно използването на мишка поради трудности с подвижността, сръчността или напрежението.

Характеристики: Клавиатурата има 15 дефинирани от потребителя функционални клавиша, а двойните функционални клавиши дават 105 функционални клавиша.

Изисква се умение	Ниво		
	1	2	3
Слух			
Сръчност		2	
Памет		2	
Реч			
Осезаемост		2	
Визуалност		2	
Ниво 1	Изисква се минимално умение		
Ниво 2	Изискват се умерени умения		
Ниво 3	Изисква се добро умение		

10.2.4. Ергономична контурна клавиатура



Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

Описание: Голяма извита клавиатура с програмируеми мултимедийни горещи клавиши.

Предназначение: Разработено за подпомагане на тези, които може да имат наранявания при разтягане или желаят да използват клавиатура с дизайн с разделени клавиши. Тази система насърчава доброто писане и е по-лесно да свикнете, ако човек пише с докосване. Трябва да се отбележи, че мишката ще трябва да бъде позиционирана на известно разстояние от централна позиция, така че версията с вградения тъчпад може да си струва да се изпробва, въпреки че последният има PS/2 конектор.

Характеристики: 105-клавишната разширена клавиатурна подредба с 8 горещи клавиша е малко по-голяма от повечето стандартни клавиатури. Той е извит с лек наклон и интегрирана опора за китката.

Изисква се умение	Ниво		
	1	2	3
Слух			
Сръчност		2	
Памет		2	
Реч			
Осезаемост		2	
Визуалност	1		
Ниво 1	Изисква се минимално умение		
Ниво 2	Изискват се умерени умения		
Ниво 3	Изисква се добро умение		

10.2.5. BrailleKey



Описание: USB малка брайлова клавиатура, която може да бъде свързана към компютър или лаптоп.

Предназначение: Подходящо за тези, които учат брайл, както и за опитни потребители на брайл. Той не е толкова сложен като Брайловото писмо на Папенмайер в клавиатурата и е по-компактен, но „кутия“ на вид.

Характеристики: Има шест стандартни брайлови клавиша за въвеждане в една линия с клавиша за интервал, разположен централно под клавишите за въвеждане, връщане назад отляво и изтриване отдясно. Точка 7 се произвежда от клавиша за нов ред, осигуряващ изместен набор от знаци, който също се намира под клавишите за въвеждане.

Изисква се умение	Ниво		
	1	2	3
Слух			
Сръчност			3
Памет		2	
Реч			
Осезаемост			3
Визуалност			
Ниво 1	Изисква се минимално умение		
Ниво 2	Изискват се умерени умения		
Ниво 3	Изисква се добро умение		

10.2.6. Безключова клавиатура



Описание: Два циферблата заемат мястото на клавишите на тази клавиатура с длан и вградена мишка.

Предназначение: Това може да помогне на тези с наранявания, както и на тези, които имат проблеми със сръчността на фините пръсти и не могат да се справят с обичайните действия при натискане на клавиши.

Характеристики: Тази клавиатура няма клавиши, а два кръгли купола/циферблата, които се движат с дланите на ръцете в различни посоки, за да съставят букви и буквени комбинации. Те не се въртят, а се плъзгат в диапазона на компаса.

Изисква се умение	Ниво		
	1	2	3
Слух			
Сръчност	1		
Памет	1		
Реч	1		
Осезаемост		2	
Визуалност		2	
Ниво 1	Изисква се минимално умение		
Ниво 2	Изискват се умерени умения		
Ниво 3	Изисква се добро умение		

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

10.2.7. Педал с 3 клавиша



Описание: 3 програмируеми педала за щракане, преместване, влизане или извършване на други операции от клавиатурата или мишката.

Предназначение: X-Key педалите могат до известна степен да заменят някои действия на мишката или аспекти на клавиатурата за тези, които желаят да работят с компютъра с помощта на краката си.

Характеристики: Програмирането на педалите се постига с помощта на предоставения софтуер. X-Keys приема всички команди и последователности от клавиатурата, както и команди за въвеждане на мишката и играта, които са настроени да отговарят на изискванията на потребителя.

Изисква се умение	Ниво		
	1	2	3
Слух			
Сръчност	1		
Памет		2	
Реч			
Осезаемост	1		
Визуалност	1		
Ниво 1	Изисква се минимално умение		
Ниво 2	Изискват се		

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

	умерени умения
Ниво 3	Изисква се добро умение

10.3. Свързани с мишката

10.3.1. Мишка Gyration GO 2.4 Gyro



Описание: Безжична въздушна мишка с обхват 30 метра за презентации и на бюрото.

Предназначение: За тези, които имат много малко движение в китката, все още е възможно да използват тази мишка както на работния плот, така и извън него. Възможно е да накарате курсора да пресича екрана, когато използвате движение на предмишницата. Подходящ за хора с определени видове наранявания при разтягане.

Характеристики: Мишката Gyro Mouse използва многоканално радио, което елиминира необходимостта да насочвате директно към екрана или да го насочвате към приемника.

Изисква се умение	Ниво		
	1	2	3
Слух			
Сръчност		2	
Памет		2	
Реч			
Осезаемост		2	
Визуалност		2	
Ниво 1	Изисква се		

	минимално умение
Ниво 2	Изискват се умерени умения
Ниво 3	Изисква се добро умение

10.3.2. Мишка PenClic



Описание: Мишка с писалка с ръка, държана сякаш за писане с прости действия с щракване и превъртане, подходящи както за лява, така и за дясна ръка.

Предназначение: Писалката ви позволява да поставите предмишницата си на бюрото и да позволите на курсора да работи върху екрана, сякаш пишете с химикал. Идеята е да се намали напрежението в китката, ръката и врата, причинено от нормално движение с мишката. Писалката пасва на всички размери ръце. Възможно е да промените позите и да намерите удобни позиции, ако болката в гърба или други напрежения са проблем.

Характеристики: Писалката е лесна за използване и се усеща удобно. Това е случай да запомните, че трябва да натиснете надолу дръжката на писалката за щракване с левия бутон и да използвате бутоната на писалката, близо до показалеца за щракване с десния бутон.

Изисква се умение	Ниво		
	1	2	3
Слух			
Сръчност		2	
Памет	1		

Реч			
Осезаемост		2	
Визуалност			3
Ниво 1	Изисква се минимално умение		
Ниво 2	Изискват се умерени умения		
Ниво 3	Изисква се добро умение		

10.3.3. Магически тракпад



Описание: Multi-Touch тракпад за Мас се подравнява с безжичната клавиатура.

Предназначение: Осигурява алтернатива на магическата мишка за потребителите на Мас и може да подхожда на тези, които предпочитат леко докосване с пръст за достъп до приложения и трябва да работят с графики. Също така помага на тези с намалено движение на пръстите, тъй като подложката може да бъде настроена на много чувствителни реакции до минимално докосване.

Характеристики: Подложката има няколко настройки, които позволяват жестовете да бъдат адаптирани според нуждите на потребителя, заедно с чувствителността на проследяване, двойно щракване и скоростта на превъртане на страници и т.н. Различен брой пръсти могат да се използват по начин, подобен на техните използвайте на iPhone като три пръста за уголемяване на размера на шрифта, както и обичайните два за движение „щипка за мащабиране“.

Прозорците могат да се плъзгат и страниците да се прелистват с плъзгане на пръст.

Изисква се умение	Ниво		
	1	2	3
Слух			
Сръчност	1		
Памет	1		
Реч			
Осезаемост			3
Визуалност		2	
Ниво 1	Изисква се минимално умение		
Ниво 2	Изискват се умерени умения		
Ниво 3	Изисква се добро умение		

10.3.4. Крачен превключвател с тройно действие Savant Elite



Описание: Програмируеми крачни превключватели за използване вместо или заедно с мишка и клавиатура. .

Предназначение: Има три версии на крачния превключвател, които позволяват на тези, които изпитват затруднения при използването на мишка или желаят да програмират действия на клавиатурата, за достъп до компютър чрез краката.

Може да подхожда на някои потребители, които имат затруднения с мобилността или сръчността.

Характеристики: Има избор от три вида крачен превключвател - единична версия за просто щракване с мишката или едно действие на клавиатурата - двойна за действия с левия и десния бутон на мишката или две действия на клавиатурата. Трите крачни превключвателя на тройната версия предлагат по-програмируем достъп, а външните подложки за храна могат да се преместват за по-малки крака.

Изисква се умение	Ниво		
	1	2	3
Слух			
Сръчност	1		
Памет		2	
Реч			
Осезаемост	1		
Визуалност	1		
Ниво 1	Изисква се минимално умение		
Ниво 2	Изискват се умерени умения		
Ниво 3	Изисква се добро умение		

10.3.5. Ергономична мишка с джойстик



Описание: Това е малка мишка с джойстик за хора с дясна ръка - все още няма модели за лява ръка.

Цел: Той е лек и лесен за използване, като помага на тези с RSI, тъй като ръката остава вертикална, но може да не е подходящ за тези, които използват CAD техники.

Характеристики: Бутонът на мишката е в горната част на набитото стъбло и се управлява с палец.

Изисква се умение	Ниво		
	1	2	3
Слух			
Сръчност	1		
Памет	1		
Реч			
Осезаемост		2	
Визуалност			3
Ниво 1	Изисква се минимално умение		
Ниво 2	Изискват се умерени умения		

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

Ниво 3	Изискват се добри умения
--------	-----------------------------

10.4. Сензорни екрани

10.4.1. Magic Touch TFT LCD монитор



Описание: 12 инча, 15 инча, 17 инча или 19 инча TFT екран с чувствителна сензорна технология.

Предназначение: Подходящо за използване в библиотеки, павилиони и други обществени места за използване от всички, но особено полезно, когато сръчността или мобилността са проблем и използването на клавиатура или мишка е трудно. Тези екрани работят добре с причинно-следствени програми със сензорен екран.

Изисква се умение	Ниво		
	1	2	3
Слух			
Сръчност	1		
Памет	1		
Реч			
Осезаемост		2	

Визуалност		2	
Ниво 1	Изисква се минимално умение		
Ниво 2	Изискват се умерени умения		
Ниво 3	Изисква се добро умение		

11. Основни думи и фрази в образователния процес - на Български жестомимичен език

Днес думата "знак" означава всяка често използвана графична фигура, която трябва да дава съобщение. Знакът е и жестът, използван за даване на информация. Думата "знак" също така означава други различни начини или средства за даване на информация, съобщения, индикации и предупреждения. Освен с думи, можем да даваме и запазваме информация и с друг знак. Например жестове, мимика и др.

Езикът на знаците се основава на общуване с жестове и изражения на лицето. Обикновено това съчетание от думи насочва към богатата, пълна, сложна, сама по себе си система от ръчни и мимически знаци, използвани от хора с увреден слух.

11.1. Международна азбука с една ръка – gestuno



11.2. Британска двуръчна азбука



11.3 Важни думи и фрази, които могат да бъдат използвани от подкрепящите модератори на младежи с увреждания

Хора	Човек	
	Мъж	
	Жена	
	Име	
	Фамилия	
	Рождена дата	
	Господин	
	Госпожице	
	Госпожа	
Поздрави	Добро утро	
	Добър ден	
	Добър вечер	
	Чао	
	Здрасти	
Числа	Едно	
	Две	
	Три	
	Четири	
	Пет	
	Шест	
	Седем	
	Осем	

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

	Девет	
	Десет	
	Единадесет	
	Дванадесет	
	Тринадесет	
	Четиринадесет	
	Петнадесет	
	Шестнадесет	
	Седемнадесет	
	Осемнадесет	
	Деветнадесет	
	Двадесет	
Образование	Училище	
	Университет	
	Изпит	
	Изискване	
	Марк	
	Диплома	
	Ниво	
	Тест	
	Упражнение	
	Оценка	
	Такса за обучение	

	Студент	
	Кафне	
	Лектор	
	Колега	
	Офис	
	Класна стая	
	Етаж	
	Адрес	
	Цел	
	Компетентност	
	Съдържание	
	Оценка	
	Краен срок	
	Оплакване	
Време	Сутрин	
	Обяд	
	Вечер	
	Време	
	Дата	
	Час	
	Днес	
	Вчера	
	Утре	
Мислене и	Ум	

разговор	Знание	
	Помислете	
	Помнете	
	Знам	
	Забравете	
	Присъствайте	
	Защо	
	Да	
	Не	
	Аз не знам	
	Благодаря	
	Помощ	
	Неприятности	
	Събитие	
	Лошо	
	Не е толкова зле	
	Добре	
	Много добре	
Имейл комуникация	Поща	
	Обадете се	
	Имейл адрес	
	Изпратено	
	Получено	

Важни думи университета	Работно време	
	Призвание	
	Стипендия	
	Общежитие	
	Разписание	
	Секретариат	
	Академичен портал	
	Записване	
	Храна	