

# ZDRAVOTNÉ POSTIHNUTIE A DOSPELÍ



Foto: BEKIM, RED BULL - internet

Ľudí, ktorí žijú so zdravotným znevýhodnením je mnoho. Aby sme im uľahčili život v spoločnosti, mali by sme citlivo o tejto téme hovoriť čo najskôr aj s deťmi a ľuďmi okolo.

Či už je to osoba, ktorá používa invalidný vozík, a stretnete ju v obchode s potravinami, dieťa v triede, ktoré má autizmus, alebo súrodenec s ADHD, vo svojom živote určite stretneme človeka, ktorý má nejaké zdravotné postihnutie. Otvorene a úprimne hovoriť o zdravotnom znevýhodnení je kritickým prvým krokom v živote v inkluzívnejšej komunite, ktorá prijíma rozmanitosť. Rozhovory o postihnutí môžu pomôcť lepšie pochopiť, prečo niektorí ľudia vyzerajú, hovoria, konajú alebo sa pohybujú trochu inak.

## AKO SA ROZPRÁVAŤ O ĽUĎOCH SO ZDRAVOTNÝM POSTIHNUTÍM?

Deti, hlavne malé, sú prirodzene zvedavé. Keď uvidia niekoho s postihnutím, ich prvým inštinktom je opýtať sa na odlišnosť, ktorú si všimli. Ak vidíte, že hľadajú na niekoho s postihnutím, chopte sa vedenia a začnite konverzáciu, ale vyhnite sa podrobnému vysvetľovaniu alebo prehnaným emóciám pri vysvetľovaní. Krátky a vecný popis odpovie na ich otázky a zároveň im ukáže, že daný človek sa nemá za čo hanbiť. Napríklad, ak vidíte dieťa so svalovou dystrofiou na invalidnom vozíku, môžete svojim deťom povedať: „Vidím, ako sa pozeráš na toho malého chlapčeka na invalidnom vozíku a možno rozmýšľaš, prečo ho potrebuje. Svaly niektorých ľudí fungujú trochu inak a jeho invalidný vozík mu pomáha pohybovať sa, rovnako ako nám pomáhajú naše nohy.“ Snažte sa, aby ste

svoje vysvetlenia mali pozitívne ladené. Vysvetlite napríklad, že načúvacie prístroje pomáhajú ostatným počuť a invalidné vozíky pomáhajú iným pohybovať sa, namiesto použitia negatívnej štylizácie, ako ona nepočuje, on nechodí...



MINISTERSTVO PRÁCE,  
SOCIÁLNYCH VECÍ A RODINY  
SLOVENSKEJ REPUBLIKY



EURÓPSKA ÚNIA

Európsky sociálny fond  
Európsky fond regionálneho rozvoja



OPERAČNÝ PROGRAM  
ĽUDSKÉ ZDROJE

Dopytovo-orientovaný projekt  
VZDELÁVANÍM PROTI DISKRIMINÁCIU ŽIAKOV  
A ŠTUDENTOV

sa realizuje vďaka podpore z Európskeho sociálneho fondu a Európskeho fondu regionálneho rozvoja v rámci Operačného programu Ľudské zdroje.  
Kód projektu: 312041Z203, Operačný program Ľudské zdroje, výzva OP LZ DOP.

Realizácia: 1.1. 2021 - 30.6. 2023,  
EQUILIBRIUM EUROPE o. z., Železničná 1190/40  
98601 Fiľakovo, Kontakty:  
equilibriumeurop@gmail.com, 0948 391 627,  
www.employment.gov.sk, www.esf.gov.sk

## VYHNITE SA DOMNIENKAM A PREVZATÝM INTERPRETÁCIÁM

Či už poznáte osobu, na ktorú sa vaše okolie pýta, alebo nie, nepridávajte svoj výklad toho, ako sa daná osoba môže cítiť v dôsledku svojho postihnutia, alebo čo ho spôsobilo. Neviete, čo tá osoba cíti alebo prežíva, ak ju nepoznate a nie ste s ňou v bežnom kontakte. Existuje veľa domniek a mylných predstáv o postihnutí, ktoré sa skrývajú pod povrchom našich interakcií, ako, napríklad, „ľudia so zdravotným postihnutím sú výnimoční a malo by sa s nimi zaobchádzať inak“ alebo „život ľudí s postihnutím je ťažký a náročný“ či „takíto ľudia určite musia byť nešťastní“. Tieto nesprávne predpoklady pramenia z nepochopenia alebo predsudkov.

### ZDÔRAZNITE PODOBNOSTI

Je dôležité, aby sa vaše okolie naučilo, že niekto s postihnutím je v mnohých smeroch stále rovnaký ako my, stále má emócie, rád sa zabáva, miluje svoju rodinu a má svoje záľuby. Dbajte na to, aby ste osobu oddelili od jej postihnutia tým, že sa so svojimi blízkymi porozprávate o tom, ako sú si ony a osoba s postihnutím podobní. Napríklad, možno vaše dieťa a jeho spolužiak s autizmom radi pozerajú futbal a chodia plávať. Možno sú v rovnakom veku alebo možno obaja majú psíka. Rozprávanie o podobnostiach im ukáže, že postihnutie nedefinuje človeka, podobne ako fyzické vlastnosti vašich detí ich nedefinujú.



## UČTE SA SPOLU O POSTIHNUTÍ

Ako mladí ľudia dospievajú, sú schopné klásť zložitejšie otázky a dúfajú, že dostanú komplexnejšie odpovede. Berte ich otázky ako príležitosť, ako sa spoločne dozvedieť o rôznych postihnutiach. Čo viete o Downovom syndróme? Porucha autistického spektra? Mozgová obrna? Hľadajte webové stránky vhodné pre deti, ktoré ponúkajú informácie o autizme, Downovom syndróme, poruchách učenia alebo iných postihnutiach, na ktoré sa môže vaše dieťa pýtať. Potom si spolu prejdite informácie. Prečítajte si aj knihy o postihnutí vhodné pre daný vek a hľadajte televízne programy, ktoré sa venujú špecifickým problémom.

### ŠIKANOVANIE JE NESPRÁVNE

Ľudia so zdravotným postihnutím sú ľahkým terčom a sú náchylnejší na šikanovanie zo strany iných a dokonca aj dospelých. Porozprávajte sa s blízkymi o tom, prečo je ubližovanie citom iného človeka nesprávne, a naučte ich, aby sa ospravedlnili, keď to urobili. Je dôležité, aby vedeli, že každý má rovnaké pocity ako ony a zaslúži si, aby sa s ním zaobchádzalo pekne a s rešpektom.

## PODPORUJTE LÁSKAVOSŤ A CITLIVOSŤ

Bohužiaľ, je veľká šanca, že vaši blízki započujú neláskavé slová používané na opis niekoho s postihnutím a existuje aj pravdepodobnosť, že ich zopakujú. Vysvetlite im, že takéto slová sú zraňujúce a nie je v poriadku ich používať. Ak pokračujú v používaní týchto slov aj po vysvetlení, že sú nevhodné, vyvodte negatívny dôsledok. Ujasnite si, že zhadzovanie ľudí a neúctivé rozprávanie o druhých nemôže byť tolerované.

Povinnosťou zamestnávateľov je prijať opatrenia, ktoré umožnia ZŤP osobe prístup k určitému zamestnaniu, k výkonu určitej činnosti v zamestnaní, k funkčnému či inému postupu v zamestnaní alebo prístupu k odbornému vzdelávaniu. Ak by však prijatie takých opatrení bolo pre zamestnávateľa neprimerane náročné, tak sa na neho táto povinnosť nevzťahuje. Berie sa do úvahy

- prospech, ktorý by prijatie opatrenia prinieslo osobe s postihnutím,
- finančné možnosti zamestnávateľa vrátane dostupnosti finančnej alebo inej pomoci potrebnej na prijatie opatrenia a
- možnosť dosiahnuť účel opatrenia náhradným spôsobom.



MINISTERSTVO PRÁCE,  
SOCIÁLNYCH VECÍ A RODINY  
SLOVENSKEJ REPUBLIKY



EURÓPSKA ÚNIA

Európsky sociálny fond  
Európsky fond regionálneho rozvoja



OPERAČNÝ PROGRAM  
ĽUDSKÉ ZDROJE