



**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE



**Save the Children**

# ՇԱՀՄԱՆԴԱՍՈՒԹՅՈՒՆ ՈՒՆԵՑՈՂ ԱՆՁԱՆՑ ՇԵՏ ԱՇԽԱՏԵԼՈՒ ՁԵՌՆԱՐԿ

**ՆԱԽՆԱԿԱՆ/ԱՐՅԵՍՏԱԳՈՐԾԱԿԱՆ  
ԵՎ ՄԻՋԻՆ ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ  
ՀԱՍՏԱՏՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ  
ԴԱՍԱԿԱՆԴՈՂՆԵՐԻ ՀԱՄԱՐ**

**Երևան 20 13**



*«Հաշմանդամություն ունեցող անձանց կենսամակարդակի բարելավում  
գրադրվածության խթանման միջոցով» ծրագիր (LIFE)*

## ՀԱՇՄԱՆԴԱՍՈՒԹՅՈՒՆ ՈՒՆԵՑՈՂ ԱՆՁԱՆՑ ՀԵՏ ԱՇԽԱՏԵԼՈՒ

# ՁԵՌՆԱԲԿ

ՆԱԽԱԿԱՆ/ԱՐՀԵՍՏԱԳՈՐԾԱԿԱՆ ԵՎ ՄԻՋԻՆ  
ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ՀԱՍՏԱՏՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ  
ԴԱՍԱՎԱՆԴՈՂՆԵՐԻ ՀԱՄԱՐ

Երևան 2013

Սույն ձեռնարկը մշակվել է ԱՄՆ ՄԶԳ-ի կողմից ֆինանսավորվող և «Մեյվ դը չիլդրեն» կազմակերպության կողմից իրականացվող «Հաշմանդամություն ունեցող անձանց կենսամակարդակի բարելավում զբաղվածության խթանման միջոցով» (LIFE) ծրագրի շրջանակներում: Այն նախատեսված է արհեստագործական և միջին մասնագիտական հաստատությունների ուսուցիչների կամ դասախոսական կազմի ներկայացուցիչների համար և նպատակ ունի ծանոթացնել հաշմանդամություն ունեցող անձանց հետ աշխատելու առանձնահատկությունները: Ձեռնարկում ներառված են հաշմանդամություն ունեցող անձանց հետ շփվելու առանձնահատկությունները և հաշմանդամությանը բնորոշող ճիշտ տերմինաբանությունը, ինչպես նաև ներկայացված է հանդուրժողականության գաղափարը և ներառական կրթության սահմանումն ու հիմնական սկզբունքները:

## Բովանդակություն

Նախաբան.....	5
Ներածական կրթության սահմանումը և հիմնական սկզբունքները .....	7
Ուսումնառության, զարգացման եվ մասնակցության խոչընդոտների վերացման գործնական խորհուրդներ.....	12
Հաշմանդամություն ունեցող անձանց հետ հաղորդակցությունը .....	22
Ընդհանուր կանոններ հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց հետ շփվելու համար .....	26
Տեսողության սահմանափակումներ ունեցող մարդիկ.....	29
Լսողության սահմանափակումներ ունեցող մարդիկ.....	34
Խոսքի սահմանափակումներ ունեցող մարդիկ .....	37
Հենաշարժողական խնդիրներ ունեցող մարդիկ .....	39
Ճանաչողական սահմանափակումներ ունեցող մարդիկ .....	41
Հոգեկան առողջություն .....	43
Հիպերկինեզով մարդիկ.....	47
Վերջաբան.....	48
Օգտագործված գրականության ցանկ և օգտակար հղումներ .....	49
Հավելված՝ Միավորված ազգերի կազմակերպության Հաշմանդամություն ունեցող անձանց իրավունքների մասին կոնվենցիայի բացատրական տարբերակ.....	51



## *Նախարան*

Աշխարհում ավելի քան մեկ միլիարդ մարդ ապրում է այս կամ այն տեսակի հաշմանդամությամբ, որոնցից 200 միլիոնը գործունեության ընթացքում առնչվում է զգալի դժվարությունների: Ամբողջ աշխարհում հաշմանդամություն ունեցող անձինք առողջապահական, կրթական և տնտեսական բնագավառներում մասնակցության համեմատաբար ցածր, իսկ աղքատության՝ ավելի բարձր ցուցանիշներ ունեն: Սա մասամբ այն պատճառով է, որ հաճախ առողջապահական, կրթական, զբաղվածության, տրանսպորտային և տեղեկատվական ծառայությունները մատչելի չեն հաշմանդամություն ունեցող անձանց համար: Մատչելիությանը խոչընդոտող գործոններն են անկատար չափանիշներն ու ընթացակարգերը, բացասական վերաբերմունքը, ծառայությունների անհասանելիությունը, տեղեկատվության և հաղորդակցության ոչ բավարար լինելը, գենդերային խտրականությունը և հաշմանդամություն ունեցող անձանց անբավարար մասնակցությունն իրենց վերաբերող որոշումների կայացման գործընթացում:

Վերջին 20 տարիների ընթացքում Հայաստանը մեծապես բարելավել է իր տնտեսությունը, ենթակառուցվածքներն ու հանրային ծառայությունները: Այսուհանդերձ, 2011թ. ՀՀ Ազգային վիճակագրական ծառայության տվյալներով պաշտոնապես զբանցված ավելի քան 180.000 հաշմանդամություն ունեցող անձանց

մեծամասնությունը շարունակում է դիմակայել հասարակության կողմից հաշմանդամության թյուր ընկալմանն ու ոչ պատշաճ կիրառում ունեցող օրենքներին ու կանոնակարգերին, որոնք հիմնականում անձանոթ են հաշմանդամություն ունեցող անձանց: Հատուկ մասնագիտական դպրոցների մեծ մասը կարողություններ և հնարավորություններ չունեն իրենց կրթական ծրագրերում հաշմանդամություն ունեցող անձանց ընդգրկելու համար: Վերապատրաստումների և աշխատատեղերի բացակայության պայմաններում հաշմանդամություն ունեցող անձինք բավարարվում են կառավարության կողմից սահմանված կենսաթոշակով: Նրանք համապատասխան տեղեկություն չունեն իրենց իրավունքների մասին և վարում են խիստ սահմանափակ կյանք՝ մերժվելով հասարակության կողմից և խտրականության ենթարկվելով աշխատավայրում:

## *Ներառական կրթության սահմանումը և հիմնական սկզբունքները*

Ներառումը մի գործընթաց է, որն ուղղված է և արձագանքում է բոլոր սովորողների բազմազան կարիքներին՝ մեծացնելով նրանց մասնակցությունը ուսման մեջ, մշակութային ու համայնքային կյանքում և նվազեցնելով անտեսումը կրթության մեջ և կրթությունից: Այն ունի մեկ ընդհանուր տեսլական, որը տարածվում է համապատասխան տարիքային խմբի բոլոր երեխաների վրա, և այն համոզմունքը, որ բոլոր երեխաներին կրթելը հանրակրթական համակարգի պարտականությունն է: Հետևաբար, անհրաժեշտություն կլինի փոփոխություններ և բարեփոխումներ կատարել կրթության բովանդակության, մոտեցումների, կառույցների ու մեթոդների մեջ:

Ներառումը պետք է համապատասխան կերպով արձագանքի կրթական բազմազան կարիքներին ֆորմալ և ոչ ֆորմալ կրթական ձևաչափերում: Սովորողներին կրթական համակարգում ինտեգրելու տարբերակների մասին մտածելու փոխարեն՝ ներառական կրթությունը ձգտում է այնպես վերափոխել կրթական համակարգն ու այլ կրթական միջավայրերը, որ դրանք արձագանքեն սովորողների բազմապիսի պահանջներին: Այն ձգտում է նրան, որ դասավանդողներն ու սովորողները հանգիստ վերաբերվեն մարդկանց միջև առկա տարբերություններին և ընկալեն դրանք որպես



մարտահրավեր և ուսումնական միջավայրի հարստացման միջոց, այլ ոչ թե՛ խնդիր: Ներառումը շեշտում է հնարավորության դեպքում հաշմանդամություն (ֆիզիկական, սոցիալական և/կամ հուզական) ունեցող անձանց հանրակրթական համակարգին մասնակցելու հավասար հնարավորություններ տրամադրելը՝ միաժամանակ հատուկ կարիքներ ունեցող անձանց համար պահպանելով հատուկ օժանդակության անձնական ընտրության հնարավորությունը: Ներառումը սահմանելիս կարևոր է շեշտել հետևյալ առանցքային տարրերը, որոնք ներառման հայեցակարգի մեջ կարևոր դեր են խաղացել.

- *Ներառումը գործընթաց է.* այսինքն՝ ներառումը պետք է դիտարկել որպես բազմազանությանն արձագանքելու ավելի արդյունավետ ձևերի շարունակական որոնում: Ներառում նշանակում է սովորել բազմազան միջավայրում ապրել և այդ բազմազանությունից սովորել: Այս դեպքում բազմազանությունը սկսում է ավելի դրականորեն ընկալվել՝ որպես թե՛ երեխաների և թե՛ մեծահասակների ուսմանը նպաստող խթան:
- *Ներառում նշանակում է բացահայտել և վերացնել խոչընդոտները.* հետևաբար, այն վերաբերում է ամենատարբեր աղբյուրներից տեղեկություններ հավաքելուն, համեմատելուն ու գնահատելուն՝ կրթական քաղաքականության և պրակտիկ գործունեության մեջ բարեփոխումներ իրականացնելու նպատակով: Այն վերաբերում է

սարքեր տեղեկությունների օգտագործմանը՝ սովորողների ստեղծագործական, ինչպես նաև խնդիր լուծելու ունակությունները խթանելու նպատակով:

- *Ներառում նշանակում է ապահովել բոլոր սովորողների ներկայությունը, մասնակցությունը և նվաճումները:* Այստեղ «ներկայությունը» նշանակում է, թե որտեղ են երեխաները/կրթություն ստանում և ինչպես են հաճախում դասերին: «Մասնակցությունը» վերաբերում է նրանց ստացած գիտելիքների և հմտությունների որակին և, ուստի, պետք է ներառի նաև սովորողների տեսակետները: «Նվաճումները» վերաբերում են ոչ միայն թեստերի ու քննությունների, այլ նաև համապատասխանելիությունը ուսումնական ծրագրով նախատեսված չափանիշներին:
- *Ներառումը ենթադրում է հատուկ ուշադրություն սովորողների այն խմբերին, որոնց կարող են սպառնալ մարզինալացման, անտեսման կամ ցածր արդյունքների վտանգը:* Սա ընդգծում է մարզինալացման ենթարկվելու ամենամեծ ռիսկային խմբերի նկատմամբ անհրաժեշտ մոնիթորինգ իրականացնելու բարոյական պատասխանատվությունը և, անհրաժեշտության դեպքում, կրթական համակարգում նրանց ներկայությունը, մասնակցությունը և նվաճումներն ապահովող միջոցներ ձեռնարկելու կարևորությունը:

Ամփոփելով, ներառում նշանակում է կրթական և սոցիալական ձևաչափերի բարեփոխում՝ կրթական կառույցների և կառավարման ոլորտում առկա նոր միտումներին համահունչ մնալու նպատակով: Ներառում նաև նշանակում է ներդրումների, գործընթացների և միջավայրերի բարելավում, որը կոչված է նպաստելու կրթությանն ինչպես սովորողի մակարդակում՝ նրա ուսումնական միջավայրում, այնպես էլ՝ կրթական համակարգի մակարդակում, որը նպաստում է ուսմանը:

Ներառման հիմնական սկզբունքն այն է, որ բոլոր երեխաները, անկախ իրենց հաշմանդամություն կամ հատուկ կրթական կարիքներ ունենալ-չունենալու հանգամանքից, պետք է հաճախեն հանրակրթական դպրոցներ և մասնագիտական ուսումնական հաստատություններ: Ներառական կրթական հաստատության հիմնարար սկզբունքն այն է, որ բոլոր երեխաները պետք է կրթություն ստանան միասին՝ անկախ դժվարություններից և նրանց միջև առկա տարբերություններից: Ներառական կոչվելու համար կրթական հաստատությունը պետք է հարմարեցված լինի այնտեղ հաճախող բոլոր սովորողների կարիքներին և նրանց բազմազանությունն ընդունի որպես կրթությունն էլ ավելի հարստացնելու հնարավորություն: Հաշմանդամություն կամ սահմանափակում ունեցող որևէ աշակերտին մերժելը նշանակում է ոչ միայն թուլացնել այդ կոնկրետ աշակերտին, այլ նաև զրկել հաստատությունն իր կրթական համակարգն էլ ավելի բարելավելու և հարստացնելու հնարավորություններից: Ներառական

կրթության հիմքում ընկած սկզբունքն այն է, որ հաշմանդամություն կամ հատուկ կարիքներ ունեցող և չունեցող բոլոր երեխաները միասին ավելի արդյունավետ են սովորում՝ համապատասխան օժանդակ ցանցի առկայության դեպքում: Այս սկզբունքը նշանակում է, որ մենք թույլ ենք տալիս բոլոր սովորողներին ամբողջական մասնակցություն ունենալ կյանքում և ուսումնական հաստատության աշխատանքի կազմակերպման հարցերում՝ անկախ իրենց կարիքներից: Սրան հասնելու տարբեր մոտեցումներ գոյություն ունեն, և ներառումը կարող է տարբեր դրսևորումներ ունենալ տարբեր աշակերտների դեպքում: Ներառական ուսումնական հաստատությունում արդյունավետ կրթությունն ապահովելու համար անհրաժեշտ է հետևյալ սկզբունքներին հետևել.

- *Գիրաովող մեթոդաբանությունը նպաստում է տարբեր հնարավորություններ ունեցողների ուսուցմանը:*
- *Ներառական կրթության զարգացմանն օժանդակում են ուսուցիչները, ծնողները, բոլոր նրանք, ում միջամտությունը կարող է այս կամ այն կերպ օգտակար լինել:*
- *Ներառական կրթությունը օգնում է կանխել խտրականությունը սովորողների նկատմամբ:*
- *Դասավանդվող բոլոր նյութերը պետք է համապատասխանեցվեն բոլոր սովորողների տարիքին, կարիքներին, հետաքրքրություններին և հակվածություններին:*
- *Անսպասելի կրթական նյութը հասկանալու կամ յուրացնելու խնդիրների ի հայտ գալու դեպքում պետք է ուսումնական ծրագրից շեղվել, սակայն այնպես, որ դասընթացի հիմնական նպատակը չկորչի:*

*Ուսումնառության, զարգացման եվ  
մասնակցության խոչընդոտների վերացման  
գործնական խորհուրդներ*

Անհրաժեշտ է ստեղծել մի միջավայր, որում բոլոր երեխաները հավասարապես գնահատված են զգում:

- Երիտասարդներին պետք է ժամանակ հատկացվի՝ իրենց մտքերն ու կարծիքներն արտահայտելու համար: Հաշմանդամություն ունեցող շատ երիտասարդներ ինքնարտահայտման համար ավելի շատ ժամանակի կարիք կունենան, քան մյուսները:
- Հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդներին այնպիսի հարցեր է պետք տալ (հատկապես նրանց, ովքեր ակադեմիական ուսումնառության խնդիրներ ունեն), որոնց Դուք վստահ եք, որ նրանք կկարողանան պատասխանել: Սա վստահություն կստեղծի և երիտասարդներին կխրախուսի շարունակել իրենց ուսումնառությունը:

*«Մեր լսարանում մենք աշխատում են գույզերով, փոքր ու մեծ խմբերով: Մենք շատ ժամանակ ենք տրամադրում զարգացնող միջոցառումներին և ինտերակտիվ խաղերին: Հիմա ես չեմ մտահոգվում իմ դասերի մասին այնքան, որքան նախկինում: Բւժ խմբում կան հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդներ: Ես ասում եմ, որ բոլորն էլ կարող են սովորել, նրանցից յուրաքանչյուրը տաղանդավոր է...»:*

*Մի ուսուցչի մեկնաբանությունը*

- Գովասանքի խոսքեր ասելիս պետք է լինել մեծահոգի, անկեղծ և ազնիվ: Սա կօգնի երիտասարդներին վստահություն կառուցել և առողջ ինքնագնահատական զարգացնել:
- Պետք է խրախուսել երիտասարդներին ձևակերպել իրենց կարծիքը, իսկ Դուք պետք է փորձեք օգտագործել նրանց առաջարկությունները, երբ դա հնարավոր է:
- Պետք է խրախուսել թե՛ տղաներին և թե՛ աղջիկներին ընդգրկվել ուսումնական և արտաուսումնական բոլոր միջոցառումներում:
- Եթե երիտասարդը հանկարծ փոխում է վարքը կամ գործում է սովորականից տարբերվող ձևով, անհրաժեշտ է պարզել դրա պատճառը: Եթե պարզվում է, որ դա իրենց հանդեպ խտրականության կամ իրենց կողմից չարաշահման (բառային, զգացական, ֆիզիկական կամ սեռական) արդյունք է, ապա անհրաժեշտ է դիմել երեխաների իրավունքներով ու պաշտպանությամբ զբաղվող կազմակերպություններին (օրինակ՝ «Սեյվ դը չիլդրեն»-ի և ՄԱԿ-ի մանկական հիմադրամի ամենամոտ գրասենյակները):
- Անհրաժեշտ է գնահատել հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդների ակադեմիական, սոցիալական, զգացական և ֆիզիկական զարգացումը (առաջընթացը)՝ մյուսների համեմատությամբ նրանց առաջադիմությունը պարզապես չափելու փոխարեն:
- Որոշ դեպքերում կարիք է լինում կազմակերպել լսարանն ու նստեցնել երիտասարդներին այնպես,

որ լսարանում բոլորի համար ստեղծվեն հաղորդակցվելու, փոխգործակցելու և սովորելու առավելագույն հնարավորություններ՝ հատուկ ուշադրություն դարձնելով այն երիտասարդներին, ովքեր ունեն ուսումնառության, զարգացման և մասնակցության խոչընդոտներ:

- Հարկավոր է համոզվել, որ լսարանում բոլորը գիտեն, որ դուք հոգում եք նրանց և նրանց կարիքների մասին:

*Ստորև բերված հաշմանդամության տարբեր տեսակների վերաբերյալ համառոտ տեղեկությունները և խորհուրդները կարող են նույնպես օգտակար լինել դասավանդողներին.*

### **Լսողության խանգարումներ**

- Երիտասարդը պետք է նստի մանկավարժին որքան հնարավոր է մոտ (մետրից ոչ հեռու հեռավորության վրա):
- Մանկավարժը պետք նստի կամ կանգնի դեմքով դեպի երիտասարդը: Ընթերցելիս նա չպետք է շրջվի կողքի, իսկ գրատախտակին գրելիս չպետք է խոսի:
- Դասասենյակի լույսը չպետք է թափանցի մանկավարժի մեջքի կողմից, քանի որ այդ դեպքում նրա դեմքը ստվերում կլինի: Սենյակի լուսավորումը պետք է այնքան բավարար լինի, որպեսզի աշակերտը լավ տեսնի ուսուցչի դեմքը, շուրթերը և ձեռքերը:

- Ցանկալի է նստարանները դասավորել այնպես, որ լսողության խնդիր ունեցողի տեսադաշտում լինեն ն՛ մանկավարժը, ն՛ դասընկերները:

## **Տեսողության խանգարումներ**

- Անհրաժեշտ է պարզել երիտասարդից՝ դասարանի որ մասից է իրեն ավելի լավ երևում գրատախտակը:
- Եթե երիտասարդի աչքերը գերզգայուն են լույսի նկատմամբ, ապա նա չպետք է նստի պատուհանի մոտ: Կարողալու և գրելու ժամանակ աչքերը արևից պաշտպանելու համար կարելի է թույլ տալ նրան գլխարկ հագնել, կամ օգտագործել ստվեր ստեղծող այլ միջոցներ:
- Անհրաժեշտ է պարզել, թե երիտասարդը որքան է ճանաչում դպրոցի շրջակա տեղանքն ու դասասենյակի ներսի դասավորությունը: Դասախոսները և լավ տեսողություն ունեցող դասընկերները նրան ուղեկցելիս պետք է քայլեն կողքից և մի վրոքը առջևից. անհրաժեշտության դեպքում նա կարող է թևանցուկ անել իրեն ուղեկցողին: Անհրաժեշտ է նախազգուշացնել նրան, եթե ճանապարհին հանդիպում են աստիճաններ կամ նեղ դռնախորշեր:



## Մտավոր խանգարումներ

Անհրաժեշտ է տարբերել մտավոր խանգարումներ ունեցող մարդկանց հոգեկան հիվանդություններ ունեցողներից:

Մտավոր խանգարումներ և նյութի յուրացման դժվարություններ ունեցող երիտասարդների հետ աշխատող մանկավարժներին խորհուրդ է տրվում.

- Չշեղել երիտասարդին թեմայից դասի ընթացքում գրատախտակը մաքրելու ժամանակ:
- Եթե երիտասարդը անհանգիստ է և դասի ընթացքում անընդհատ շրջվում է այս ու այն կողմ, անհրաժեշտ է նրան նստեցնել պատի մոտ: Կարելի է նաև նրան առաջադրանք տալ՝ դարձնելով նրա ակտիվությունը ավելի կառուցողական, օրինակ՝ առաջարկել նրան բաժանել ուսումնական նյութերը, տեսրերը կամ գրքերը:
- Անհրաժեշտ է ժամանակ գտնել, թեկուզ և շատ կարճ ընդմիջում, տվյալ երիտասարդի հետ անհատական աշխատանքի համար. դա կարելի է անել, օրինակ, այն ժամանակ, երբ մյուսները որևէ առաջադրանք են կատարում: Այդ ընթացքում ջանացե՛ք երիտասարդի տեսադաշտից հեռացնել այն առարկաները, որոնք առնչություն չունեն թեմային և նվազագույնի հասցնել այն ամենը, ինչը նրան կարող է շեղել, օրինակ՝ դասարանի կամ դրսի աղմուկը:

## Ուղեղային կաթվածի հետևանքներ

Ուղեղային կաթվածով երեխաների համար հիմնականում դասարանի նվազագույն հարմարեցում է պահանջվում, մինչդեռ այն դեպքերում, երբ առկա են տվյալ հիվանդության պատճառով ծագած լուրջ խանգարումներ, անհրաժեշտ է ձեռնարկել հետևյալ քայլերը.

- Ապահովել հատուկ աթոռներ, որոնք կօգնեն երիտասարդին մեջքը և գլուխը ուղիղ պահել նստած ժամանակ:
- Ապահովել հատուկ դպրոցական նստարաններ, որոնց վրա նստելիս երիտասարդը կարող է ուղղվել:
- Օգտագործել հաղորդակցության օժանդակ միջոցներ (նկարներ, նշաններ և այլն), որոնք կօգնեն ուսուցիչներին և դասընկերներին հասկանալ տվյալ տեսակի հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդին:

## Այլ տեսակների խնդիրներ

Ստորև բերված է հաշմանդամության կամ ֆունկցիոնալ սահմանափակումների ևս 6 տեսակների համառոտ նկարագրությունը: Այս տեսակներից յուրաքանչյուրը կարող է դառնալ խոչընդոտ երիտասարդի կրթության ճանապարհին:

## **Ասթմա**

Այս բառը նշանակում է «շնչահեղձություն»: Ասթմայի նոպայի դեպքում շնչառական ուղիները թոքերում նեղանում են, և երիտասարդը չի կարողանում օդը արտաշնչել: Որոշ անձանց մոտ ասթմայի դրդապատճառ կարող է լինել հուզական սթրեսը, օրինակ՝ չափից դուրս գրգռվածությունը կամ վախը քննությունից առաջ: Նոպայի ժամանակ հիվանդների մեծամասնությունը օգտագործում է բրոնխների պատի մկանային հյուսվածքները թուլացնող միջոցներ. առավել հաճախ այդ միջոցները թողարկվում են ակտիվների տեսքով: Բոլոր դեպքերում հարկավոր է հանգստություն պահպանել և փորձել հանգստացնել երիտասարդին:

## **Աուտիզմ**

Սա բավական հակասական տերմին է, որը ծագել է մոտ 40 տարի առաջ, սակայն մինչ այժմ ակտիվ վեճեր են ընթանում այն մասին, թե կարո՞ղ է արդյոք մարդը (սովորաբար դա վերաբերում է մանկական հասակին) եղած ախտանիշների հիման վրա համարվել «աուտիկ»: Հիմնական ցուցանիշն այն է, որ երիտասարդը ծայրաստիճան անհաղորդ է, խուսափում է շփումից ու ապրում է իր սեփական փակ աշխարհում: Շատ հաճախ աուտիկները կենտրոնանում են կոնկրետ մեկ գործունեության տեսակի վրա (օրինակ՝ գեղանկարչություն), որում, որպես կանոն, հաջողություններ է ունենում: Աուտիզմը ոչ միշտ է նկատելի:

## **Շաքարախառ**

Ծանր հիվանդություն է, որի առաջացումը կապված է ժառանգական գործոնի հետ: Հիվանդության հիմքում էներգետիկ ծախսումների համար օրգանիզմի շաքար յուրացնելու և այն օգտագործելու անկարողությունն է: Երբ մարդու արյան մեջ գլյուկոզայի քանակը նորմայից շատ բարձր կամ հակառակը՝ ցածր է, նա կարող է իրեն շատ վատ զգալ և նույնիսկ գիտակցությունը կորցնել: Թուլության զգացումը, կենտրոնանալու բացակայությունը, բարձր քրտնարտադրությունը, տեքստ կարդալիս և խոսակցության մեջ ի հայտ եկող դժվարությունները շաքարախտն ուղեկցող տազնապալի ախտանիշներից են: Եթե անգամ երիտասարդը ընդունում է ինսուլին, սնվում է որոշակի ժամերին, միևնույն է, նրա սննդակարգը պետք է բացառի որոշ մթերքներ: Նրան հակացուցված է ծանր ֆիզիկական բեռնվածություն:

## **Հուզական/ Վարքագծային շեղումներ նորմայից**

Որոշ երիտասարդներ ունենում են հուզական խնդիրներ: Նրանք կարող են դեպրեսիվ և տազնապալի լինել կամ դրսևորել անսովոր վարքագիծ անտեղի ծիծաղի կամ լացի տեսքով: Այսպիսի երիտասարդները կարող են ցուցաբերել ծայրահեղ ակտիվություն կամ անտարբերություն, լինել ապաստիկ և ցրված: Նրանք դժվարությամբ են կենտրոնանում առարկայի վրա: Հուզական շեղումները կարող են պայմանավորված լինել որևէ հոգեկան ապրումներով, օրինակ՝ ծնողի մահվան պատճառով, կամ լինել

մտավոր զարգացման խանգարման հետևանք: Նման դեպքերում շատ ցանկալի է հազդեբանի (կամ անգամ հոգեբույժի) խորհրդատվությունը: Բուժումը կարող է ներառել հատուկ թերապևտիկ միջոցներ: Ուսուցիչները պետք է ձգտեն օգնել երիտասարդին հաղթահարել հոգեկան տրավման և խրախուսել նրա լավ վարքագիծը:

### **Էպիլեպսիա**

Նոպաների ընթացքում անձի մոտ դիտվում են շատ ուժեղ ցնցումներ, որից հետո նա կորցնում է գիտակցությունը: Դեղորայքային բուժումը նշանակվում է ախտանիշների թուլացման և նոպաների հաճախականության նվազեցման նպատակով: Նոպաներից դուրս էպիլեպսիա ունեցող մարդիկ լրիվ հանգիստ շփվում են շրջապատի հետ և սովորական կյանք են վարում:

Էպիլեպսիան գերակշռում է մտավոր զարգացման խանգարումներ ունեցող երեխաների մոտ (ինտելեկտի խանգարումով յուրաքանչյուր ութ երեխայից մեկն ունի էպիլեպսիա), սակայն դա ամեննին չի նշանակում, որ էպիլեպսիա ունեցող երեխան անպայման ունի ինտելեկտի խանգարում:

### **Կակազում**

Խոսքի ձևավորման վաղ շրջանում կակազումը որոշ չափով հանդիպում է երեխաներից շատերի մոտ: Նրանք կմկմում են՝ ջանալով արտաբերել բառը, կրկնում են մինևույն հնչյունը մի քանի անգամ:

Սակայն խոսքի խանգարման այս տեսակը որոշ երեխաների մոտ զարգանում է մեծանալու հետ զուգահեռ՝ դառնալով լուրջ խնդիր: Նման խնդիր ունեցող երիտասարդներին միտքն ավարտելու հնարավորություն տվեք, մի՛ շտապեցրեք նրան, եղե՛ք համբերատար ու հարգալից:

## *Հաշմանդամություն ունեցող անձանց հետ հաղորդակցությունը*

Շատերը հաշմանդամություն ունեցող անձանց հետ հաղորդակցվելու ընթացքում որոշակի անհարմարություն են զգում: Մարդիկ կարող են չիմանալ, թե ինչ է պետք անել, ինչպես գործել, ինչ ասել, ինչն է ճիշտ և ինչը՝ վիրավորական: Հնարավոր սխալներից ապահովագրող լավագույն ռազմավարությունն անկեղծ և ճկուն լինելն է: Նրբանկատության և ճկունության պակասը կարող է անհարմար իրավիճակ ստեղծել և չկանխամտածված խտրականության պատճառ դառնալ: Անհարմարության զգացումից խուսափելու ցանկությունը մեզ ստիպում է սովորել: Հաշմանդամության մասին խոսելը մասամբ դժվար է նաև համապատասխան տերմինաբանության անհստակության և հաճախ նաև հակասական ու վիրավորական ենթատեքստ պարունակելու պատճառով: Ներկայումս ամենաընդունելի տերմինը «հաշմանդամություն ունեցող անձն» է, քանի որ այստեղ շեշտը դրվում է անձի, այլ ոչ թե հաշմանդամության կամ սահմանափակումների վրա: Մարդկանց պետք է վերաբերվել իբրև մարդկանց՝ անկախ նրանց հաշմանդամություն ունենալու կամ չունենալու հանգամանքից: Պետք չէ ենթադրել, որ Դուք գիտեք, թե ինչ է հաշմանդամությունը: Շատ տարբեր հանգամանքներ կարող են նմանատիպ դրսևորումներ ունենալ: Մարդը կարող է ժամանակավոր սահմանափակումներ ունենալ՝

պայմանավորված իր առողջական վիճակի հետ, սակայն միննույն ժամանակ հաշմանդամություն չունենալ: Պետք է նկատի ունենալ, որ կան հաշմանդամության տեսակներ, որոնք անտեսանելի են և մարդու հետ շփման ժամանակ կարող են անմիջապես ի հայտ չգալ, սակայն կարող են Ձեզ հետ շփումների ժամանակ դժվարություններ ստեղծել: Պետք է շփվել կոնկրետ անձի հետ և բավարարել նրա անհատական կարիքները: Տարբեր մշակույթներում հաշմանդամությունը դիտարկվում է տարբեր կերպ, և հաշմանդամություն ունեցող անձանց նկատմամբ վերաբերմունքը կարող է էականորեն տարբերվել: Հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց մասին գիտելիքների պակասը, ինչպես նաև տարբեր կարծրատիպերի առկայությունը, խոչընդոտ են հաշմանդամություն ունեցող անձանց հետ հաղորդակցության ընթացքում: Եղե՛ք հարգալից, քաղաքավարի և ուշադիր, անհրաժեշտության դեպքում առաջարկե՛ք Ձեր օգնությունը և մի՛ վախեցեք հարցեր տալուց:

***Ամենակարևորն է հիշել, որ հաշմանդամություն ունեցող անձն առաջին հերթին ՄԱՐԴ է, ԱՆՀԱՏԱՍԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ, և նրան պետք է վերաբերվել այնպես, ինչպես, որ կցանկանայիք, որ Ձեզ վերաբերվեին:***

*Ստորև ներկայացված են հաշմանդամություն ունեցող անձանց մասին խոսելիս ընդունելի և անընդունելի տերմինները:*



<b>Օգտագործել ք բառեր և հասկացություններ, որոնք չեն ստեղծում կարծրատիպեր:</b>	<b>Պետք չէ՝ օգտագործել նման արտահայտություններ:</b>
Հաշմանդամ, հաշմանդամություն ունեցող անձ, ֆունկցիոնալ խանգարում ունեցող մարդ	Հիվանդ, կադ, անլիարժեք, դեֆորմացված
Ոչ հաշմանդամ մարդ, հաշմանդամություն չունեցող մարդ	Նորմալ, առողջ (ի տարբերություն հաշմանդամի)
Անվասայլակից օգտվող մարդ, սայլակավոր մարդ, ողնուղեղի վնասվածք ունեցող մարդ, սպինալ հաշմանդամ	Անվասայլակին գամված, «կայասկայով»
Ի ծնե հաշմանդամություն, մանկուց հաշմանդամ	Ի ծնե արատ, դժբախտություն
Մանկական ցնցակաթված (կամ նման այլ բան) ունի	Տառապում է մանկական ցնցակաթվածով
Տարել է պոլիոմիելիթ, պոլիոմիելիթի հետևանքով հաշմանդամություն ունի, հիվանդություն տարած մարդ, հաշմանդամ է դարձել ինչ-որ բանի արդյունքում	Տառապում է պոլիոմիելիթով, պոլիոմիելիթի հետևանքներից, պոլիոմիելիթի գոհ
Մտավոր խնդիր ունեցող մարդ (միայն չափահաս մարդկանց համար)	Թերհաս, մտավոր թերի
Զարգացման հասպաղում ունեցող երեխա, դանդաղ ընկալող երեխա, մտավոր հատուկ կարիքներ ունեցող մարդ	«Արգելակված», թերամիտ, դեբիլ
Դաունի համախտանիշով մարդ (երեխա)	«Դաուն», «մոնոլոլիդ», «դաունիկ»

Էպիլեպսիա ունեցող մարդ, ցնցումների ենթակա մարդ	Էպիլեպտիկ, ցնցումավոր, ընկնավոր, լուսնոտ
Հոգեկան խնդիրներ ունեցող մարդ	Գիժ, հոգեկան
Կույր, չտեսնող, վատ տեսնող մարդ, տեսողության խնդիր ունեցող մարդ	Լրիվ կույր, քոռ
Լսողության խնդիր ունեցող մարդ, թույլ կամ վատ լսող մարդ, լսողության թերություն ունեցող մարդ (երեխա)	Խուլ-համր, խուլ
Շվիման դժվարություններ ունեցող մարդ, մարդ, ով չի կարող խոսել՝ «համր մարդ»	Համր
Մատչելի ավտոկանգառ, մատչելի սանհանգույց	Ինվալիդների ավտոկանգառ, ինվալիդների սանհանգույց

## *Ընդհանուր կանոններ հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց հետ շփվելու համար*

- Հաշմանդամություն ունեցող անձի հետ շփվելիս նայե՛ք և դիմե՛ք անմիջապես իրեն, այլ ոչ թե իր ուղեկցողին կամ սուրդոթարգմանչին, ով ներկա է գրույցին:
- Հարցրե՛ք, թե որն է իր հետ շփվելու լավագույն ձևը, եթե վստահ չեք:
- Հաշմանդամություն ունեցող անձին դիմե՛ք ճիշտ այնպես, ինչպես Դուք կվարվեիք հաշմանդամություն չունեցող մարդուն դիմելիս: Երբեք մի՛ դրսևորեք չափազանց մեծ հոգատարություն կամ հովանավորչություն:
- Առաջարկե՛ք Ձեր օգնությունը, եթե դրա անհրաժեշտությունը կա, սակայն պարտադիր չի, որ ենթադրեք, որ հաշմանդամություն ունեցող անձը դրա կարիքն ունի կամ կընդունի այն: Սպասե՛ք, որ Ձեր օգնության առաջարկն ընդունվի, ապա ճշտե՛ք, թե կոնկրետ ինչ է պետք անել: Հարգե՛ք մարդկանց ցանկությունները և վատ մի՛ զգացեք, եթե նա մերժել է Ձեր օգնությունը: Հիշե՛ք, որ հաշմանդամություն ունեցող անձինք, ի հակասություն նրանց մասին տարածված կարծրատիպերի, ի վիճակի են շատ ու շատ գործողություններ ինքնուրույն կատարելու՝ առանց որևէ մեկի օգնության:
- Հիշե՛ք, որ միանգամայն բնական է հաշմանդամություն ունեցող մարդու ձեռքը սեղմելը նրա հետ ծանոթանալու ժամանակ,

նույնիսկ այն դեպքերում, երբ նա ձեռքը շարժելու հետ կապված դժվարություններ ունի: Հիշե՛ք, որ նա՛ աջ, նա՛ ձախ ձեռքը սեղմելը միանգամայն ընդունելի է:

- Սայլակից օգտվող մարդու հետ շփվելիս հիշե՛ք, որ Ձեր աչքերը պետք է նույն մակարդակի վրա լինեն, որպիսի նա կարիք չունենա գլուխը թեքելու՝ Ձեզ հետ խոսելու համար: Հնարավորության դեպքում նստե՛ք՝ անհարմարություններից խուսափելու համար:
- Հաղորդակցման դժվարություններ ունեցող մարդու հետ խոսելիս ուշադրությամբ լսե՛ք նրան՝ առանց ընդհատելու կամ նրա փոխարեն նախադասությունն ավարտելու: Հնարավորության դեպքում հարցերը ձևակերպե՛ք հնարավորինս կարճ և հասկանալի, միևնույն ժամանակ այնպես, որ պատասխանը նույնպես կարճ լինի: Մի՛ ձևացրեք, որ հասկացել եք նրան, եթե իրականում այդպես չէ:
- Լսողության սահմանափակումներ ունեցող մարդու հետ շփվելիս, նրանց ուշադրությունը գրավելու համար թեթև հպվե՛ք նրա ուսին կամ թափահարե՛ք Ձեր ձեռքը: Հիշե՛ք, որ լսողության սահմանափակումներ ունեցող մարդու հետ խոսելիս պետք է այնպես անել, որ ձեր դեմքը լինի նրա համար առավելագույնս տեսանելի: Լսողության սահմանափակումներ ունեցող մարդկանց մեծ մասը կարողանում է շուրթերով կարդալ, ուստի բերանը ձեռքերով մի՛ փակեք և խուսափե՛ք խոսելու ընթացքում ծխելուց կամ ծամելուց:

- Տեսողական սահմանափակումներ ունեցող մարդու հետ հանդիպելիս անպայման ներկայացե՛ք և ներկայացրե՛ք Ձեզ հետ եկած բոլոր մարդկանց:

*Ստորև ներկայացված են որոշ խորհուրդներ, որոնք Ձեզ կօգնեն տարբեր տեսակի հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց հետ արդյունավետ կերպով աշխատել:*

## *Տեսողության սահմանափակումներ ունեցող մարդիկ*

Տեսողության խախտումն ունի բազմաթիվ աստիճաններ: Մարդը կարող է բոլորովին չտեսնել կամ վատ տեսնել: Ոչինչ չտեսնող մարդիկ մոտավորապես 10% են կազմում, մնացածներն ունեն մնացորդային տեսողություն. կարող են տարբերել լույսն ու մութը, երբեմն՝ գույներն ու առարկաների ուրվագծերը, իսկ մի մասի մոտ թույլ պերիֆերիկ տեսողություն է: Այս ամենը պետք է պարզաբանել շփման ընթացքում:

- Խոսե՛ք և շփվե՛ք հենց տեսողական սահմանափակումներ ունեցող մարդու հետ, այլ ոչ թե նրան ուղեկցողի:
- Ինչպես արդեն նշեցինք, հարկավոր է ծանոթանալիս ներկայանալ և ներկայացնել Ձեզ հետ եկած բոլոր մարդկանց:
- Խմբում խոսելու ժամանակ յուրաքանչյուրին դիմե՛ք անունով, որպեսզի տեսողության սահմանափակումներ ունեցող մարդն իմանա, թե ում մասին է խոսքը:
- Եթե գիտեք տվյալ մարդու անունը, ապա դիմե՛ք նրան իր անունով, որպեսզի նա իմանա, որ իրեն եք դիմում:
- Առաջարկե՛ք Ձեր օգնությունը, եթե գտնում եք, որ դրա կարիքը կա, և ուշադի՛ր եղեք նրա պատասխանին: Պետք չէ ենթադրել, որ նա

անպայմանորեն Ձեր օգնության կարիքն ունի կամ կընդունի այն:

- Եղե՛ք ավելի ուշադիր տեսողական սահմանափակումներ ունեցող մարդուն ուղղություններ ցույց տալու ժամանակ: Խուսափե՛ք «այստեղ», «այս կողմ» և նման այլ արտահայտություններից: Փոխարենը՝ օգտագործե՛ք «աջ», «ձախ» կամ «ուղիղ» բառերը, այնպես որ դրանք վերաբերեն հենց իրեն՝ տեսողական սահմանափակումներ ունեցող անձին:
- Առաջարկելով ձեր օգնությունը՝ ուղեկցե՛ք մարդուն, մի՛ սեղմեք նրա ձեռքը, քայլե՛ք այնպես, ինչպես Դուք միշտ քայլում եք: Պետք չէ բռնել կույր մարդուն և քարշ տալ նրան ձեր ետևից:
- Տեսողության սահմանափակումներ ունեցող մարդուն ուղեկցելիս քայլե՛ք նրա կողքով՝ նրանից մի փոքր ավելի առաջ: Պետք չէ բռնել նրա ձեռքը, այլ պետք է թույլ տալ, որպեսզի նա ինքը բռնի Ձեր ձեռքը, եթե նրան օգնություն է անհրաժեշտ:
- Տեսողության սահմանափակում ունեցող մարդկանց երբեք միայնակ մի՛ թողեք բաց տարածության մեջ, եթե նա Ձեր տեսադաշտից դուրս է: Նրան ապահով վայրում թողե՛ք՝ միննույն ժամանակ անպայման ներկայացնելով, թե ինչ կողմնորոշիչներ են առկա տվյալ տարածքում, և որն ինչ հեռավորության և ուղղության վրա է գտնվում:
- Խուսափե՛ք պտտվող դռներից: Աստիճանների կամ շարժասանդուղքների վրա անպայման օգնե՛ք տեսողության սահմանափակումներ ունեցող

մարդուն՝ նրա ձեռքը դնելով բռնակի վրա: Շատ կարևոր է, որ մարդն իմանա, թե աստիճանները կամ շարժասանդուղքները դեպի վերն են բարձրանում, թե՛ հակառակը: Հնարավորության դեպքում նրան անպայման հնարավորություն տվե՛ք ընտրելու աստիճանների, վերելակի կամ շարժասանդուղքի միջև:

- Դռները բացե՛ք և փակե՛ք ամբողջությամբ. երբեք դրանք կիսաբաց մի թողեք:
- Երբ տեսողության սահմանափակումներ ունեցող մարդուն օգնում եք նստել, նրան հնարավորություն տվե՛ք շոշափելու աթոռի թիկնակը, որից հետո նա ի վիճակի կլինի ինքնուրույն նստել:
- Եթե սենյակում կատարում եք իրերի կամ կահույքի տեղափոխություն, միշտ տեղյա՛կ պահեք տեսողության սահմանափակումներ ունեցող մարդկանց: Բացի այդ, եթե հեռանում եք, ապա անպայման տեղյա՛կ պահեք Ձեր գրուցակցին ու մի՛ ստիպեք նրան գուշակություններ անել, թե արդյոք դեռ տեղում եք, թե՛ ոչ:
- Մի՛ ենթադրեք, որ մարդը ոչինչ չի տեսնում: Եթե գտնում եք, որ իրավիճակը հարմար է, կարող եք հարցնել, թե որքան է տվյալ մարդը տեսնում:
- Երբ թույլ տեսողություն ունեցող մարդկանց համար որևէ փաստաթուղթ եք պատրաստում, լավագույն տարբերակը նրանցից հարցնելն է, թե ինչ ձևաչափով են նրանք նախընտրում, որ այս փաստաթղթերը պատրաստվեն: Թույլ տեսողություն ունեցող մարդկանց համար գրավոր նյութերը պետք է պատրաստել **18 տասնաչափով և մզեցված տատերով**:



- Միշտ պարզե՛ք, թե ինչ ձևով է մարդը ցանկանում ստանալ տեղեկատվություն՝ բրայլով, մեծ տառաչափով, թե՞ ձայներիզով: Եթե դուք հնարավորություն չունեք փոխելու տեղեկատվությունը ներկայացնելու ձևաչափը, ապա այն տվե՛ք այնպես, ինչպես որ կա. դա չեղածից լավ է:
- Եթե Դուք պատրաստվում եք կարդալ չտեսնող մարդու համար, տեքստը կարդացե՛ք ամբողջությամբ, բաց մի՛ թողեք որևէ հատված, եթե Ձեզ այդ մասին չեն խնդրում:
- Տեքստ կարդալիս հարկավոր չէ փոխել ձևաչափն ու այն պատմողական դարձնել: Երբ չտեսնող մարդը պետք է փաստաթուղթ ստորագրի, այն անպայման ամբողջականորեն կարդացե՛ք: Հիշե՛ք, որ հաշմանդամությունը մարդուն չի ազատում փաստաթղթով ամրագրված պատասխանատվությունից:
- Տեսողության սահմանափակումներ ունեցող մարդկանց լույսի հանդեպ պահանջները կարող են շատ տարբեր լինել: Լույսը կարող է շատ մեծ դեր խաղալ, օրինակ՝ տեսողության սահմանափակում ունեցող շատ մարդիկ վառ լուսավորության դեպքում կարողանում են նշմարել առարկաների ուրվագծերը կամ դրանց գույները:
- Մի՛ շեղեք ուղեկցող շան ուշադրությունը:
- Ընդունելի է «տե՛ս», «նայի՛ր» և նման այլ արտահայտությունների օգտագործումը տեսողական սահմանափակումներ ունեցող մարդկանց հետ շփվելիս, քանի որ դրանք ամենօրյա բառապաշարի մասն են կազմում:

Հիշե՛ք, որ տեսողական սահմանափակումներ ունեցող մարդիկ նույնպես օգտագործում են նմանատիպ արտահայտություններ իրենց ամենօրյա կյանքում:

- Հարցրե՛ք տեսողական սահմանափակումներ ունեցող մարդկանց, թե ինչի կարիք ունեն և ինչ են ուզում, այլ ոչ թե ինքներդ ենթադրեք դրանք:

## *Լսողության սահմանափակումներ ունեցող մարդիկ*

Գոյություն ունեն լսողության խնդիրների մի քանի տեսակներ և աստիճաններ: Համապատասխանաբար՝ գոյություն ունեն վատ լսող մարդկանց հետ հաղորդակցվելու բազմաթիվ եղանակներ: Եթե Դուք չգիտեք՝ որը նախընտրել, հարցրե՛ք նրանց:

- Լսողության սահմանափակումներ ունեցող մարդու ուշադրությունը գրավելու համար զբաղեցրե՛ք այնպիսի դիրք, որտեղ նա կկարողանա Ձեզ տեսնել:
- Համոզվե՛ք, որ նա Ձեզ է նայում, երբ խոսում եք իր հետ:
- Սենյակում կամ այլուր զբաղեցրե՛ք այնպիսի դիրք, որ Ձեր դեմքն առավելագույնս լուսավորված լինի:
- Լսողության սահմանափակումներ ունեցող մարդու հետ խոսելիս նայե՛ք ուղիղ նրա ուղղությամբ և խոսե՛ք հնարավորինս պարզ, հասկապես, եթե նա ցանկանում է շուրթերով կարդալ: Խոսելիս խիստ մի՛ ընդգծեք շուրթերի շարժումները և ձեռքը մի՛ պահեք բերանին մոտ: Մաստակ մի՛ ծամեք և մի՛ ծխեք խոսելիս, քանի որ այս ամենը դժվարեցնում է շուրթերով կարդալը: **Մինևույն ժամանակ հիշե՛ք նաև, որ լսողության սահմանափակումներ ունեցող ոչ բոլոր մարդիկ են կարողանում շուրթերով կարդալ:**
- Ճկո՛ւն եղեք: Եթե մարդը չի հասկանում, թե Դուք ինչ եք ասում, այլ կերպ ձևակերպե՛ք Ձեր ասելիքը՝

այն նույն բառերով կրկնելու փոխարեն: Ձեր ասելիքը թղթի վրա գրե՞ք, եթե կա դրա անհրաժեշտությունը:

- Նվագագույնի հասցրե՛ք կողմնակի աղմուկը, քանի որ այն կարող է խանգարել լսողական սարքերից օգտվող մարդկանց:
- Հարցրե՛ք, թե արդյոք լսողության սահմանափակումներ ունեցող մարդը լսում է Ձեզ, թե՛ ոչ: Հնարավոր է, որ բարձր խոսելու կարիք չլինի:
- Հարցերը ձևակերպե՛ք հակիրճ և այնպես, որ պատասխանները նույնպես հակիրճ լինեն:
- Լսողության խնդիրներ ունեցող մարդուն մի՛ վերաբերվեք այնպես, ինչպես միևնույն ժամանակ չլսող ու չխոսող մարդկանց: Շատ մարդիկ, ովքեր չեն լսում կամ լսողական սարքեր են օգտագործում, կարողանում են խոսել, իսկ մյուսները խոսել չեն կարող և օգտագործում են ժեստերի լեզուն:
- Եթե դուք տեղեկատվություն եք հաղորդում, որն իր մեջ ներառում է համար, հասցե, տեխնիկական կամ այլ բարդ տերմին, գրե՛ք այն, հաղորդե՛ք ֆաքսով կամ էլեկտրոնային փոստով կամ էլ ցանկացած այլ կերպ, սակայն այնպես, որ այն ճշգրիտ հասկացվի:
- Հանգի՛ստ եղեք և անհարմար մի՛ զգացեք, եթե օգտագործել եք, օրինակ, «լսել եք այն մասին, որ...» կամ նման այլ արտահայտություններ:
- Համոզվե՛ք, որ նա հասկացել է Ձեզ: Մի՛ ձևացրեք, իբրև հասկացել եք, եթե իրականում այդպես չէ:
- Առանց զգուշացնելու մի՛ փոխեք խոսակցության թեման: օգտագործե՛ք նմանատիպ

արտահայտություններ, օրինակ՝ «Լավ, հիմա մենք պետք է քննարկենք...»:

- Եթե բանավոր շփման դեպքում գոյություն ունեն դժվարություններ, հարցրե՛ք, թե՛ արդյոք ավելի հեշտ չէր լինի նամակներ գրել: Մի՛ սասցեք. «Լավ, դա կարևոր չէ»: Հաղորդակցությունը պետք է պարզ լինի:
- Եթե ներկա է սուրդոթարգմանիչը, ապա վերջինիս հետ խոսելիս դեմքով դարձե՛ք դեպի լսողության սահմանափակումներ ունեցող մարդը:
- Մեկնաբանողին Ձեր կողքին պահե՛ք այնպես, որ նա նույնպես տեսանելի լինի:
- Ոչ բոլոր վատ լսող մարդիկ են կարողանում կարդալ շուրթերով: Ավելի լավ է այդ մասին հարցրե՛ք նրանց առաջին հանդիպման ժամանակ: Եթե Ձեր գրուցակիցը տիրապետում է այդ ունակությանը, հետևե՛ք մի քանի կարևոր կանոնների:

Հիշե՛ք.

1. որ տասից միայն երեք բառն է լավ կարդացվում,
2. նայե՛ք գրուցակցի երեսին և խոսե՛ք պարզ և դանդաղ, օգտագործե՛ք սովորական արտահայտություններ և խուսափե՛ք ոչ էական բառերից,
3. օգտագործե՛ք դեմքի արտահայտությունը, ժեստերը, եթե ուզում եք ընդգծել և պարզեցնել ասվածի իմաստը:

## *Խոսքի սահմանափակումներ ունեցող մարդիկ*

Խոսքի սահմանափակումներ ունեցող մարդկանց մի մասը կարող է նաև ուրիշի խոսքը հասկանալու դժվարություն ունենալ: Սակայն հիշե՛ք՝ բոլորը չէ, որ այդպես են, ենթադրություններ մի՛ արեք:

- Խոսե՛ք լուռ միջավայրում, եթե դա հնարավոր է:
- Համբերատա՛ր եղեք:
- Մի՛ խաղացեք ուրիշի ձայնային հարմարանքով, քանի որ այն մարդու անձնական և սեփական պատկանելությունն է:
- Մի՛ մոռացեք, որ խոսքի սահմանափակումներ ունեցող մարդիկ ևս արտահայտվելու կարիք ունեն: Մի՛ շտապեցրեք խոսողին, հնարավորություն և ժամանակ տվեք նրան՝ իր խոսքը ձևակերպելու և արտահայտելու համար:
- Մի՛ ենթադրեք, որ այն մարդը, ով դժվարություններ է ունենում խոսելիս, չի կարող Ձեզ հասկանալ:
- Մի՛ կարծեք, որ խոսքի սահմանափակում ունենալը մարդու իմացության ցածր ցուցանիշ է:
- Մի՛ փորձեք արագացնել խոսակցությունը. պատրաստ եղեք նրան, որ դժվար խոսող մարդու հետ զրույցը երկար ժամանակ կարող է խլել: Եթե Դուք շտապում եք, ավելի լավ է՝ ներողություն խնդրեք և պայմանավորվեք ուրիշ, ավելի ազատ ժամանակ խոսել:
- Մի՛ ընդհատեք և մի՛ ուղղեք մարդուն, ով խոսելիս դժվարանում է: Մկսե՛ք խոսել միայն այն ժամանակ, երբ համոզվեք, որ նա ավարտել է իր միտքը:

- Մի՛ վախեցեք խնդրել նրանց ևս մեկ անգամ կրկնել իրենց ասելիքը. նրանք գիտեն, որ իրենց խոսքը դժվար հասկանալի է:
- Եթե Դուք, այնուամենայնիվ, չեք հասկանում Ձեր գրուցակցին, խնդրե՛ք նրան այլ բառերով ձևակերպել իր ասելիքը:
- Խնդրե՛ք, որ նա տառ առ տառ ասի այն, ինչ ուզում է ասել, եթե չեք հասկացել իրեն:
- Եթե մարդը խոսելու համար օգտագործում է էլեկտրոնային օժանդակ սարք, կանգնե՛ք նրա դիմաց և հետո նոր խոսե՛ք նրա հետ: Հիշե՛ք, որ նրա համար շատ կարևոր է Ձեզ հետ խոսելիս Ձեզ տեսնելը:
- Մի՛ ձևացրեք, թե իբրև հասկացել եք, եթե իրականում այդպես չէ:
- Հարցրե՛ք՝ արդյոք մոտակայքում ինչ-որ մեկը կա, ով կկարողանա մեկնաբանել Ձեզ համար:
- Եթե նրան հասկանալու բոլոր փորձերն անհաջող են անցել, ապա ընդունե՛ք դա և հարցրեք՝ արդյոք այն, ինչ ուզում էր ասել, հրատապ է, թե՛ ոչ:
- Երբեք մի՛ կարծեք, որ խոսքի սահմանափակումներ ունեցող մարդիկ Ձեր խոսքը չեն հասկանում: Նրանք կարող են շփման համար նախատեսված օժանդակ միջոցների կարիք ունենալ՝ Ձեզ հասկանալու համար, այսինքն՝ ձայնաստեղծ սարք, գրատախտակ՝ գրելու կամ նկարելու համար և այլն:

## *Հենաշարժողական խնդիրներ ունեցող մարդիկ*

- Եթե մարդը սայլակ է օգտագործում, ապա բոլոր այն դեպքերում, երբ հնարավորություն կա, նստե՛ք, որպեսզի նա կարիք չունենա վեր նայել Ձեզ հետ խոսելիս: Այնպե՛ս արեք, որ Ձեր երկուսի աչքերը միևնույն մակարդակի վրա լինեն շփման ժամանակ:
- Խոսե՛ք ուղիղ այդ մարդու, այլ ոչ թե նրան ուղեկցող կամ օգնող որևիցե այլ մարդու հետ:
- **Երբեք չի կարելի** սայլակի օգնությամբ շարժվող մարդու ուսին կամ գլխին ընկերական դիպչել:
- Համոզվե՛ք, որ հանդիպումների և ժողովների ժամանակ ապահովված է սայլակի համար նախատեսված ճանապարհի առկայությունը: Ժողովների ժամանակ սեղանի մոտ ազատ տե՛ղ թողեք, որտեղ աթոռ դրված չի լինի և հնարավոր կլինի սայլակով մոտենալ:
- Եթե առկա են լուրջ ֆիզիկական խոչընդոտներ, զգուշացրե՛ք նրան այդ մասին, որպեսզի մարդը նախապես հնարավորություն ունենա որոշում կայացնել:
- Սայլակը հրե՛ք միայն այն դեպքում, երբ հաշմանդամություն ունեցող անձն ինքն է խնդրում Ձեզ: Պետք չէ առանց հարցնելու որևէ գործողություն իրականացնել:



- Սայլակի օգնությամբ տեղաշարժվող մարդուն որևէ տեղից բարձրանալ կամ իջնել օգնելուց հետոն՝ ք նրա հրահանգներին: Երբեք մի՛ հենվեք կամ կախվեք որևէ մեկի սայլակից: Հիշե՛ք, որ սայլակը նրա անձնական տարածքի մի մասն է, և դրան հենվելը կարող է շատ վիրավորական լինել:

## *Ճանաչողական սահմանափակումներ ունեցող մարդիկ*

Ճանաչողական սահմանափակումը հաշմանդամության տեսակ է, որն ազդում է մարդու ստացած տեղեկատվության մշակման կարողության վրա: Դա կարող է պայմանավորված լինել մտավոր հաշմանդամությամբ, որն ի ծնե ուղեկցում է մարդուն (օրինակ՝ դաունի համախտանիշը), կամ ուղեղի հետ կապված ինչ-որ վնասվածքով (օրինակ՝ դժբախտ պատահար կամ ուղեղի կաթված): Ճանաչողական սահմանափակումներ ունեցող մարդկանց կարողությունները խիստ տարբերվում են միմյանցից, այդ իսկ պատճառով պետք է արձագանքել մարդու անհատական կարիքներին, այլ ոչ թե ենթադրություններ անել նրանց կարողությունների կամ կարիքների մասին:

- Խոսե՛ք ուղղակիորեն հաշմանդամություն ունեցող մարդու հետ, այլ ոչ թե նրան ուղեկցող կամ օգնող մարդու:
- ՀԱՄԲԵՐԱՏԱ՛Ր ԵՂԵՔ:
- Ձեր ցուցումները հնարավորինս պարզ և կարճ ձևակերպե՛ք, սակայն պետք չէ ավելորդ խղճահարություն դրսևորել. բոլոր մարդիկ արժանի են հարգանքի: Մի՛ նյարդայնացեք, եթե ստիպված լինեք կրկնել Ձեր խոսքը:
- Մի՛ վախեցեք խնդրել նրան կրկնել, եթե չեք հասկացել:

- Ուշադի՛ր եղեք հատկապես այն դեպքերում, երբ մարդն ունի նաև խոսքի սահմանափակում: Պետք չէ նախադասությունն ավարտել իր փոխարեն:
- Երբեմն օգտակար է տեղեկատվությունը գրել կամ օգտագործել նկարներ այն մարդկանց համար, ովքեր հիշողության հետ կապված խնդիրներ ունեն: Հարցրե՛ք նրանց՝ արդյոք կցանկանան գրի առնել այն, ինչ Դուք ասել եք, օրինակ՝ պայմանավորվածության ժամեր և այլն:
- Ջարգացման խնդիրներ ունեցող մարդկանց վերաբերվե՛ք այնպես, ինչպես Դուք կվերաբերվեիք ցանկացած ուրիշի հետ, ով չունի նման խնդիր: Խոսակցության ընթացքում քննարկե՛ք այն նույն թեմաները, որոնք դուք քննարկում եք մյուս մարդկանց հետ, օրինակ՝ ազատ օրերի ծրագրերը, արձակուրդը, եղանակը, վերջին իրադարձությունները: Դիմե՛ք ուղղակի մարդուն:
- Հիշե՛ք, որ դանդաղ զարգացող մարդիկ կարող են տարբեր գործողություններ կատարել, որոշ դեպքերում իրավունք ունեն քվեարկել, բժշկական օգնության համաձայնություն տալ և այլն:
- Եթե անհրաժեշտ է, գրե՛ք ձեր առաջարկությունը կամ հաղորդագրությունը թղթի վրա, առաջարկե՛ք Ձեր գրուցակցին քննարկել այն իր ընկերոջ կամ ընտանիքի հետ: Նշե՛ք Ձեր հեռախոսի համարը, առաջարկե՛ք քննարկել այն հաջորդ հանդիպման ժամանակ:

## *Հոգեկան առողջություն*

Յուրաքանչյուր հինգերորդ չափահաս մարդ իր կյանքի որոշակի փուլում հոգեկան առողջության հետ կապված խնդրի է առնչվում: Հոգեկան առողջության հետ կապված խնդիրները տարբեր ժամանակահատվածներում կարող են փոփոխել մարդու մտածելակերպը, ընկալումները, զգացողությունները և հուզական վիճակը: Այս փոփոխությունները կարող են դառնալ այնպիսի վարքագծի դրսևորման պատճառ, որը կոնտեքստից դուրս է և չի համապատասխանում իրավիճակին: Այսպիսի հոգեկան խնդիրներ ունեցող մարդիկ սովորաբար կարողանում են զսպել ախտանիշերը (սիմպտոմները) դեղերի կամ մասնագիտական օժանդակության միջոցով:

Սոցիալական շփումները կարող են շատ բարդանալ այն մարդու համար, ով այսպիսի հոգեկան խնդիրներ ունի իր կյանքի տվյալ ժամանակահատվածում: Այս պարագայում պետք է անաչառ գտնվել, չքննադատել մարդուն և որոշակի ժամանակ տրամադրել որոշումների կայացման համար:

Եթե մարդը դանդաղ է խոսում կամ ցրված է, դա սովորաբար պայմանավորված է վտանգված հոգեկան առողջությամբ, այն է՝ դեղերի կողմնակի ազդեցությունները կամ քնի խանգարումը: Հոգեկան խնդիրներ ունեցող մարդիկ կարող են հուզական խանգարումներ և խախտումներ ունենալ,

որոնք բարդացնում են նրանց կյանքը: Նրանք աշխարհի նկատմամբ ունեն իրենց հատուկ և փոփոխական հայացքները:

Եթե մարդու հետ շփվելիս նկատում եք, որ նա

- ապակողմնորոշված է և անհամապատասխան կերպով է արձագանքում իրավիճակներին, ապա սա կարող է նշանակել, որ նա կորցրել է կապն իրականության հետ,
- դարձել է չափազանց մտահոգ և վախեցած այնքան, որ վտանգի զգացողությունը կառավարում է իր վարքը կամ հույզերը, ապա սա կարող է նշանակել, որ նա պարանոյա/խելագարություն ունի:

Խորհուրդ ենք տալիս.

- Հանգի՛ստ եղեք.
- Հետևե՛ք նրա ժեստերին իրավիճակը գնահատելու համար: Ոչ վերբալ հաղորդակցությունը կարող է շատ օգտակար լինել նմանատիպ իրավիճակներում: Ազա՛տ թողեք մարդուն իր տարածքում և խուսափե՛ք հպումներից ու նրա աչքերի մեջ ուղիղ նայելուց:
- Ըմբռնո՛ւմ և կարեկցա՛նք ցուցաբերեք: Կարևորե՛ք նրանց զգացողությունները առանց անպայմանորեն համաձայնվելու նրանց ասածներին. օրինակ՝ «Ես հասկանում եմ, որ Դուք վախենում եք Ձեր ներկայիս իրավիճակից...» և այլն:

- Հարցրե՛ք՝ ինչպես կարող եք օգնել: Մարդը կարող է ցանկանալ, որ Դուք նստեք և խոսեք իր հետ, ինչ-որ մեկին զանգահարեք կամ պարզապես, որ իրեն մենակ թողնեն: Հարգե՛ք մարդու տվյալ իրավիճակը և մի՛ ճնշեք նրան՝ Ձեր օգնությունն առաջարկելով:
- Իրավիճակն անձնական մի՛ համարեք: Հիշե՛ք, որ նա կարող է չգիտակցել իր վարքը և դրա ազդեցությունը շրջապատող մարդկանց վրա:
- Օգտագործե՛ք կարճ և պարզ նախադասություններ շփոթությունների առաջացման ռիսկը նվազեցնելու համար: Խոսե՛ք հանգիստ, ցածր տոնայնությամբ և առանց շտապելու:
- Կրկի՛ն հանդիպեք այդ մարդուն: Լուրջ հոգեկան խնդիրների ախտանիշերն էպիզոդիկ բնույթ են կրում և հեշտությամբ կարգավորվում են համապատասխան դեղերի և մասնագիտական օգնության միջոցով: Միշտ տեսե՛ք մարդուն, այլ ոչ թե նրա հիվանդության ախտանիշերը:
- Մի՛ մտածեք, որ հոգեկան խնդիրներ ունեցող մարդիկ անպայման լրացուցիչ օգնության և հատուկ վերաբերմունքի կարիք ունեն:
- Հոգեկան խնդիրներ ունեցող մարդկանց վերաբերվե՛ք որպես անհատների: Պետք չէ որևէ հաշմանդամություն ունեցող մարդու մասին նախնական ենթադրություններ անել նախկինի փորձի հիման վրա:
- Մի՛ կարծեք՝ հոգեկան խնդիրներ ունեցող մարդիկ մյուսներից ավելի շատ են հակված բռնության: Դա հորինվածք է: Եթե Դուք բարեհամբույր եք, նրանք իրենց հանգիստ կզգան:

- Ճշմարիտ չէ, որ հոգեկան խնդիրներ ունեցող մարդիկ չեն կարող փաստաթղթեր ստորագրել կամ բուժվելու համաձայնություն տալ: Որպես կանոն, նրանք համարվում են գործունակ:
- Ճշմարիտ չէ, որ հոգեկան խնդիրներ ունեցող մարդիկ հասկանալու դժվարություն ունեն կամ ինտելեկտով ավելի ցածր են, քան մարդկանց մեծամասնությանը:
- Ճշմարիտ չէ, որ հոգեկան խնդիրներ ունեցող մարդիկ ի վիճակի չեն աշխատել: Նրանք կարող են բազմաթիվ պարտականություններ կատարել, որոնք որոշակի հմտություններ և կարողություններ են պահանջում:
- Մի՛ կարծեք, որ հոգեկան խնդիրներ ունեցող մարդիկ չգիտեն, թե ինչն է իրենց համար լավ և ինչը՝ վատ:
- Եթե հոգեկան խնդիրներ ունեցող մարդը սրտնեղած է, հանգիստ նրան հարցրե՛ք, թե ինչ կարող եք անել՝ նրան օգնելու համար:
- Մի՛ մտածեք, որ հոգեկան խնդիրներ ունեցող մարդը չի կարող հաղթահարել սթրեսը:
- Հոգեկան խնդիրներ ունեցող մարդու հետ կտրուկ մի՛ խոսեք, եթե նույնիսկ Դուք դրա համար պատճառ ունեք:

## *Հիպերկինեզով մարդիկ*

Հիպերկինեզները, մարմնի կամ վերջույթների ակամա (մարդու կամքից անկախ) շարժումներ են, որոնք սովորաբար բնորոշ են մանկական ուղեղային կաթվածով հիվանդ մարդկանց: Ակամա շարժումներ կարող են առաջանալ նաև ողնուղեղի վնասվածքով մարդկանց մոտ:

- Խոսակցության ընթացքում մի՛ տարվեք Ձեր խոսակցի ակամա շարժումներով, որովհետև Դուք կարող եք ինչ-որ կարևոր բան բաց թողնել, և այդ դեպքում երկուսդ էլ անհարմար իրավիճակի մեջ կհայտնվեք:
- Օգնությո՜ւն առաջարկեք՝ համընդհանուր ուշադրություն առանց գրավելու և նրան նյարդայնացնելու:
- Մի՛ վախեցեք հակաճառել հիպերկինեզով մարդու հետ՝ վախենալով հուզմունք պատճառել նրան, իսկ «միայն մի՛ հուզվեք» կամ «լավ» արտահայտությունները կարող են ժամանակի կորուստ լինել ու նյարդերի վրա ազդել: Հանգի՛ստ շարադրեք ձեր փաստերը, նույնիսկ եթե տեսնում եք, որ Ձեր գրուցակիցը նյարդայնանում է:
- Հիպերկինեզի դեպքում հանդիպում են նաև խոսքի հետ կապված դժվարություններ: Տվյալ դեպքում խորհուրդ ենք տալիս կիրառել «Խոսելու դժվարություններ ունեցող մարդիկ» բաժնի խորհուրդները:



## *Վերջաբան*

Ձեռնարկը մշակող աշխատանքային խմբի ներկայացուցիչները հուսով են, որ տվյալ նյութը օգտակար տեղեկատվություն կհաղորդի նախնական/արհեստագործական և միջին մասնագիտական ուսումնական հաստատությունների դասավանդողներին հաշմանդամություն ունեցող անձանց համար ներառական սկզբունքներով մասնագիտական կրթություն իրականացնելու համար:

## *Օգտագործված գրականության ցանկ և օգտակար հղումներ*

- «Ամենքն էլ կարող են», ՅՈՒՆԻՍԵՖ, 2008թ ապրիլ
- «Հաշմանդամներ. Վարվեցողություն և էթիկա», «Փարոս» ՀԿ
- «Հաշմանդամություն ունեցող երեխաների և երիտասարդների ներառում» մեթոդական ձեռնարկ, Ունիսոն ՀԿ, Երևան 2009
- «Ներառական կրթության սկզբունքների վերաբերյալ թրենինգի մոդելային ծրագիր և գործիքներ» Երևան 2009թ (World Vision)
- Proclamation of the United Nations Year for Tolerance and Declaration on Tolerance, Paris, UNESCO, 1993
- Teaching Children with Disabilities in Inclusive Settings. Bangkok: UNESCO Bangkok, 2009. 109 pp.

[http://www.unesco.org/education/pdf/34\\_57.pdf](http://www.unesco.org/education/pdf/34_57.pdf)

<http://www.dmc-employ.org/docs/Etiquette.pdf>

<http://www.disabilityconsultants.com.au/userfiles/COMMUNICATING%20WITH%20PEOPLE%20WITH%20DISABILITIES.pdf>

[http://www.cbm.org/article/downloads/82788/Guidance\\_note\\_Working\\_with\\_persons\\_with\\_disabilities\\_in\\_forced\\_displacement\\_UNHCR.pdf](http://www.cbm.org/article/downloads/82788/Guidance_note_Working_with_persons_with_disabilities_in_forced_displacement_UNHCR.pdf)

[http://www.goodwill.org/wp-content/uploads/2011/01/Working\\_with\\_People\\_with\\_Disabilities\\_Guide.pdf](http://www.goodwill.org/wp-content/uploads/2011/01/Working_with_People_with_Disabilities_Guide.pdf)

[http://www.health.qld.gov.au/pahospital/mentalhealth/docs/damh\\_guidelines.pdf](http://www.health.qld.gov.au/pahospital/mentalhealth/docs/damh_guidelines.pdf)

[http://www.ncse.ie/uploads/1/NCSE\\_Inclusion.pdf](http://www.ncse.ie/uploads/1/NCSE_Inclusion.pdf)

<http://www.bridgeofhope.am/am/ourpublications/55/>

<http://www.disabilityarmenia.am/am/14/free.html>

<http://www.life-disability.am/>

## *Հավելված՝ Հաշմանդամություն ունեցող անձանց իրավունքների մասին ՄԱԿ-ի կոնվենցիայի բացատրական տարբերակ*

Կոնվենցիան մեծ հեռանկարներ է խոստանում: Դրանում ներառված 50 հոդվածները հստակ կերպով մեկնաբանում են այդ խոստումների էությունը: Սույն կոնվենցիայի շրջանակներում «կառավարություն» ասելով՝ մենք նկատի ունենք այն կառավարությունները (նաև՝ «մասնակից պետություններ»), որոնք վավերացրել են Կոնվենցիան:

Հայաստանը վավերացրել է «Հաշմանդամություն ունեցող անձանց իրավունքների մասին» ՄԱԿ-ի կոնվենցիան, որն ուժի մեջ է մտել 2010թ. հոկտեմբերի 22-ից:

### **Հոդված 1. Նպատակը**

Սույն հոդվածն ամփոփում է Կոնվենցիայի հիմնական նպատակը, այն է՝ սատարել, պաշտպանել և ապահովել հաշմանդամություն ունեցող բոլոր անձանց՝ ներառյալ երեխաների՝ իրենց մարդու իրավունքներից և հիմնարար ազատություններից լիարժեք և հավասար կերպով օգտվելը:

### **Հոդված 2. Մահմանումներ**

Սույն հոդվածում ներկայացվում են բառեր և արտահայտություններ, որոնք որոշակի իմաստ ունեն Կոնվենցիայի շրջանակներում: Օրինակ՝ «լեզու» բառը նշանակում է խոսակցական և նաև ժեստերի լեզուն,

ինչպես նաև ոչ խոսակցական լեզվի մյուս ձևերը: «Հաղորդակցություն» բառը նշանակում է լեզուները և տեքստային պատկերումը, Բրայլի տպման համակարգը (որի ժամանակ տառերը և թվերը տպվում են ցայտուն կետերի ձևով), շոշափման միջոցով հաղորդակցությունը, խոշոր տառերով տպագրությունը և մատչելի մուլտիմեդիան (ինչպես նաև՝ կայքէջերը և աուդիոն):

### **Հոդված 3. Սկզբունքներ**

Սույն Կոնվենցիայի հիմնական սկզբունքներն են՝

(ա) Հարգանքը յուրաքանչյուր անձի բնածին արժանապատվության, սեփական ընտրությունը կատարելու ազատության և անկախության հանդեպ:

(բ) Խտրականության բացառումը (արդարացի վերաբերմունքը յուրաքանչյուր անձի նկատմամբ):

(գ) Լիարժեք մասնակցությունը և ընդգրկվածությունը հասարակական կյանքում (համայնքին ինտեգրված լինելը):

(դ) Հարգանքը տարբերությունների հանդեպ և հաշմանդամություն ունեցող անձանց ընդունելը՝ որպես մարդկային տեսակի բազմազանության բաղկացուցիչ մաս:

(ե) Հնարավորությունների հավասարությունը:

(զ) Մատչելիությունը (տրանսպորտային միջոցներից, տարբեր վայրերից, տեղեկատվությունից օգտվելու հնարավորություն ունենալը և այդ հնարավորությունից զրկված չլինելը միայն հաշմանդամություն ունենալու պատճառով):

(է) Տղամարդկանց և կանանց միջև հավասարությունը:

(ը) Հարգանքը հաշմանդամություն ունեցող երեխաների զարգացող կարողությունների և իրենց ինքնությունը պահպանելու իրենց իրավունքի հանդեպ (իրենց ունակությունների համար հարգված լինելը և հպարտանալը իրենց այդպիսին լինելով):

#### **Հոդված 4. Ընդհանուր պարտավորություններ**

Չպետք է լինեն այնպիսի օրենքներ, որոնք խտրականություն են ցուցաբերում հաշմանդամություն ունեցող անձանց նկատմամբ: Անհրաժեշտության դեպքում, կառավարությունները պետք է ստեղծեն նոր օրենքներ՝ հաշմանդամություն ունեցող անձանց իրավունքները պաշտպանելու համար, և կիրառության մեջ դնեն այդ օրենքները: Եթե հին օրենքները խտրականություն են ցուցաբերում հաշմանդամություն ունեցող անձանց նկատմամբ, ապա կառավարությունները պետք է հնարավոր եղանակներ գտնեն դրանք փոփոխելու համար: Նոր օրենքներ և նորմեր մշակելու համար կառավարությունները պետք է խորհրդակցեն հաշմանդամություն ունեցող անձանց՝ ներառյալ երեխաների հետ:

### **Հոդված 5. Հավասարություն և խտրականության բացառում**

Կառավարություններն ընդունում են, որ բոլոր մարդիկ ունեն օրենքով պաշտպանված լինելու իրավունք, և որ երկրի օրենքները տարածվում են տվյալ երկրում բնակվող յուրաքանչյուր անձի վրա:

### **Հոդված 6. Հաշմանդամություն ունեցող կանայք**

Կառավարությունները գիտակցում են, որ հաշմանդամություն ունեցող կանայք և աղջիկները բախվում են խտրականության շատ տարբեր դրսևորումների: Նրանք համաձայն են պաշտպանել իրենց մարդու իրավունքները և ազատությունները:

### **Հոդված 7. Հաշմանդամություն ունեցող երեխաները**

Կառավարությունները համաձայն են ձեռնարկել բոլոր հնարավոր միջոցները, որպեսզի հաշմանդամություն ունեցող երեխաները մյուս երեխաների հետ հավասարապես, կարողանան օգտվել մարդու բոլոր իրավունքներից և ազատություններից: Նրանք նաև համաձայնել են ապահովել, որ հաշմանդամություն ունեցող երեխաները կարողանան ազատ կերպով արտահայտել իրենց տեսակետները բոլոր այն հարցերի վերաբերյալ, որոնք ազդում են իրենց կյանքի վրա: Պետք է միշտ նախ և առաջ քննարկել այն տարբերակը, որը լավագույնը կլինի երեխայի համար:

### **Հոդված 8. Իրազեկվածության մակարդակի բարձրացում**

Կառավարությունները պետք է բոլորին իրազեկեն հաշմանդամություն ունեցող անձանց իրավունքների և

արժանապատվության, ինչպես նաև նրանց ձեռքբերումների և հմտությունների մասին: Նրանք համաձայն են պայքարելու կարծրատիպերի, նախապաշարմունքի և այն գործողությունների դեմ, որոնք կարող են վնասել հաշմանդամություն ունեցող անձանց: Օրինակ՝ դպրոցը պետք է նպաստի հաշմանդամություն ունեցող անձանց նկատմամբ հարգալից վերաբերմունքի ձևավորմանը՝ նույնիսկ ամենակրտսեր երեխաների շրջանում:

### **Հոդված 9. Մատչելիություն**

Կառավարությունները համաձայն են հաշմանդամություն ունեցող անձանց համար հնարավոր դարձնել ինքնուրույն ապրելը և հասարակական կյանքին մասնակցելը: Հանրության համար մատչելի ցանկացած վայր՝ ներառյալ շենքերը, ճանապարհները, դպրոցները և հիվանդանոցները պետք է մատչելի լինեն հաշմանդամություն ունեցող անձանց՝ ներառյալ երեխաների համար: Եթե դուք գտնվում եք որևէ հանրային շինությունում և օգնության կարիք ունեք, ապա ձեզ աջակցելու համար այնտեղ պետք է լինի ուղեկցորդ, ընթերցող կամ ժեստերի լեզվի հմուտ թարգմանիչ:

### **Հոդված 10. Կյանքի իրավունք**

Յուրաքանչյուր մարդ արարած ծնվում է կյանքի իրավունքով: Կառավարությունները երաշխավորում են, որ սա հավասարապես վերաբերում է թե՛ հաշմանդամություն ունեցող և թե՛ չունեցող անձանց:



### **Հոդված 11. Վտանգավոր և արտակարգ իրավիճակներ**

Հաշմանդամություն ունեցող անձինք ունեն պատերազմի, արտակարգ իրավիճակների կամ բնական աղետների ժամանակ պաշտպանված և անվտանգության մեջ լինելու նույն իրավունքը, ինչ որ՝ ցանկացած այլ մարդ: Հաշմանդամություն ունեցող անձին չեն կարող օրենքով ապաստան չտրամադրել կամ միայնակ թողնել, այն դեպքում, երբ փրկում են մյուսներին՝ միայն այն պատճառով, որ նա հաշմանդամություն ունի:

### **Հոդված 12. Հավասարություն օրենքի առջև**

Հաշմանդամություն ունեցող անձինք իրավունք ունեն օգտվելու իրենց «իրավունակությունից» այնպես, ինչպես բոլոր անձինք: Սա նշանակում է, որ հաշմանդամություն ունեցող անձինք կարող են, օրինակ, ուսման համար վարկ վերցնել կամ լիզինգային պայմանագիր ստորագրել՝ իրենց սեփական բնակարանը վարձակալության հանձնելու համար: Նրանք կարող են նաև գույք և ունեցվածք ունենալ կամ ժառանգել:

### **Հոդված 13. Արդարադատության մատչելիություն**

Եթե դուք տուժել եք ինչ-որ մեկի չարագործությունից, ականատես եք եղել մեկ ուրիշի հանդեպ չարագործության կամ մեղադրվում եք որևէ սխալ արարք գործելու մեջ, ապա դուք ձեր նկատմամբ անաչառ վերաբերմունքի իրավունք ունեք ձեր գործի քննության և վարման ընթացքում: Ձեզ պետք է տրամադրվի աջակցություն՝ բոլոր իրավական

գործընթացներում ձեր արտահայտվելու հնարավորությունն ապահովելու համար:

#### **Հոդված 14. Անձի ազատությունը և անվտանգությունը**

Կառավարությունները պետք է ապահովեն, որ հաշմանդամություն ունեցող անձանց ազատությունը, ինչպես մյուս բոլոր անձանց դեպքում, պաշտպանված լինի օրենքով:

#### **Հոդված 15. Խոշտանգումներից կամ դաժան, անմարդկային կամ նվաստացուցիչ վերաբերմունքից կամ պատժից զերծ մնալը**

Ոչ ոք չպետք է ենթարկվի խոշտանգումների կամ նվաստացման կամ դաժան վերաբերմունքի: Յուրաքանչյուր մարդ իրավունք ունի հրաժարվելու բժշկական կամ գիտական փորձարկումների ենթարկվելուց:

#### **Հոդված 16. Բռնություններից և դաժան վերաբերմունքից զերծ մնալը**

Հաշմանդամություն ունեցող անձինք պետք է պաշտպանված լինեն բռնություններից և դաժան վերաբերմունքից: Նրանց հանդեպ թե՛ տանը, թե՛ դրսում, չպետք է ցուցաբերվի ոչ պատշաճ կամ վիրավորական վերաբերմունք: Եթե ձեր հանդեպ գործադրել են բռնություն կամ վատ վերաբերմունք, դուք իրավունք ունեք օգնություն ստանալու՝ դաժան վերաբերմունքը կասեցնելու և վերականգնվելու համար:

### **Հոդված 17. Մարդուն պաշտպանելը**

Ոչ ոք չի կարող հաշմանդամություն ունեցող անձին՝ որպես թերի մարդ վերաբերվել նրա մտավոր կամ ֆիզիկական կարողությունների պատճառով: Նրանք իրավունք ունեն մարդկանց կողմից հարգվելու այնպիսին, ինչպիսին կան:

### **Հոդված 18. Տեղաշարժման իրավունք և քաղաքացիություն**

Յուրաքանչյուր երեխա ունի օրինականորեն գրանցված անունի, քաղաքացիություն ստանալու և հնարավորության սահմաններում իր ծնողներին ճանաչելու և նրանց խնամքի տակ գտնվելու իրավունք: Բացի այդ, մարդուն չեն կարող արգելել մուտք գործել որևէ երկիր կամ դուրս գալ այնտեղից, միայն այն պատճառով, որ նա հաշմանդամություն ունի:

### **Հոդված 19. Ինքնուրույն ապրելը և համայնքին ինտեգրվելը**

Մարդիկ իրավունք ունեն ընտրելու իրենց ապրելու վայրը՝ անկախ իրենց հաշմանդամություն ունենալուց: Յուրաքանչյուր մարդ ունի ինքնուրույն ապրելու և համայնքին ինտեգրվելու իրավունք: Եթե հաշմանդամություն ունեցող մարդուն օգնություն է հարկավոր, նրա համար պետք է նաև մատչելի լինեն աջակցության ծառայությունները, ինչպես օրինակ՝ ներտնային խնամքը և անձնական օժանդակությունը:

## **Հոդված 20. Անձնական շարժունակություն**

Հաշմանդամություն ունեցող անձինք ունեն մի տեղից մյուսը տեղաշարժվելու և ինքնուրույն լինելու իրավունք: Կառավարությունները պետք է աջակցեն նրանց՝ ապահովելով նրանց շարժունակությունն ու անկախությունը:

## **Հոդված 21. Արտահայտման, կարծիքի ազատության և տեղեկատվության մատչելիություն**

Մարդիկ իրավունք ունեն իրենց կարծիքներն արտահայտելու, տեղեկատվություն փնտրելու, ստանալու և փոխանակելու: Բացի այդ, նրանք իրավունք ունեն տեղեկատվությունը ստանալու հաղորդակցման այնպիսի ձևերով, որոնք հնարավորություն կտան իրենց հասկանալ և օգտագործել այն:

## **Հոդված 22. Հարգանք մասնավոր կյանքի գաղտնիության հանդեպ**

Ոչ ոք չի կարող միջամտել մարդկանց անձնական գործերին՝ անկախ նրանց հաշմանդամություն ունենալու կամ չունենալու հանգամանքից: Ուրիշների մասին տեղեկություններ (օրինակ՝ նրանց առողջական վիճակի մասին) իմանալու դեպքում, մարդիկ պետք է գաղտնի պահեն այդ տեղեկությունները:

## **Հոդված 23. Հարգանք տան և ընտանիքի հանդեպ**

Մարդիկ իրավունք ունեն ապրելու իրենց ընտանիքների հետ: Կառավարությունը պետք է աջակցի հաշմանդամություն ունեցող անձի

ընտանիքին՝ հաշմանդամության հետ կապված ծախսերը հոգալու, ինչպես նաև տեղեկատվություն և ծառայություններ ստանալու հարցում: Հաշմանդամություն ունեցող երեխային չեն կարող հեռացնել իր ծնողներից միայն այն պատճառով, որ նա հաշմանդամություն ունի: Եթե նա չի կարող ապրել իր ընտանիքի կամ ամենամոտ հարազատների հետ, ապա կառավարությունը պետք է աջակցի, որպեսզի նրան խնամք տրամադրվի ընտանեկան՝ ազգակցական ավելի լայն շրջանակներում կամ իր համայնքում: Հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդներն ունեն վերարտադրողական առողջության վերաբերյալ տեղեկատվություն ստանալու նույն իրավունքները, ինչ որ՝ մյուս երիտասարդները, և ամուսնանալու և ընտանիք կազմելու նույն իրավունքները՝ ինչը և մյուսները:

#### **Հոդված 24. Կրթություն**

Մարդիկ իրավունք ունենք դպրոց գնալու: Հաշմանդամություն ունեցող անձին չեն կարող զրկել կրթությունից զուտ միայն այն պատճառով, որ նա հաշմանդամություն ունի: Նրանք չպետք է կրթություն ստանան մեկուսացված դպրոցներում: Նրանք ունեն նույն կրթությունը ստանալու և նույն ուսումնական ծրագրերը ընտրելու իրավունք, ինչը և մյուս երեխաները: Կառավարությունը պետք է աջակցի նրանց՝ տրամադրելով նրանց կարիքներին համապատասխան օգնություն, որպեսզի նրանք կարողանան օգտվել իրենց այս իրավունքներից: Օրինակ՝ կառավարությունը պետք է ապահովի հաղորդակցվելու համար նրանց անհրաժեշտ

միջոցները, որպեսզի նրանց ուսուցիչները կարողանան հասկանալ, թե ինչպես կարող են արդյունավետորեն արձագանքել նրանց կարիքներին:

### **Հոդված 25 և 26. Առողջություն և վերականգնում**

Հաշմանդամություն ունեցող անձինք իրավունք ունեն ստանալու նույն տեսակի և որակի, անվճար և մատչելի առողջապահական խնամք, ինչ որ տրամադրվում է մյուս մարդկանց: Եթե մարդը հաշմանդամություն ունի, ապա նա իրավունք ունի օգտվել նաև առողջապահական և վերարտադրողական ծառայություններից:

### **Հոդված 27. Աշխատանք և զբաղվածություն**

Հաշմանդամություն ունեցող անձինք ունեն աշխատանքի ազատ ընտրություն կատարելու հավասար իրավունք՝ առանց խտրականության ենթարկվելու:

### **Հոդված 28. Համապատասխան կենսամակարդակ և սոցիալական պաշտպանվածություն**

Հաշմանդամություն ունեցող անձինք ունեն սննդի, մաքուր ջրի, հագուստի և կացարանի մատչելիության իրավունք՝ առանց խտրականության ենթարկվելու: Կառավարությունը պետք է օժանդակություն տրամադրի աղքատության մեջ ապրող հաշմանդամ երեխաներին:

## **Հոված 29. Մասնակցություն քաղաքական և հասարակական կյանքին**

Հաշմանդամություն ունեցող անձինք ունեն քաղաքական և հասարակական կյանքին մասնակցելու իրավունք: Երկրի օրենսդրությամբ սահմանված տարիքին հասնելուց հետո, նրանք կունենան խմբեր ստեղծելու, հասարակությանը ծառայելու, քվեարկության խցիկներում քվեարկելու և կառավարության որևէ պաշտոնի ընտրվելու իրավունք՝ անկախ նրանց հաշմանդամություն ունենալ-չունենալու հանգամանքից:

## **Հոդված 30. Մասնակցություն մշակութային կյանքին.**

### **հանգստի, ժամանցի և սպորտային վայրեր հաճախելը**

Հաշմանդամություն ունեցող անձինք ունեն արվեստի տարբեր տեսակի միջոցառումներին մասնակցելու, դրանցից հաճույք ստանալու, սպորտով զբաղվելու, խաղեր խաղալու, ֆիլմեր դիտելու և այլ՝ զվարճանքներից օգտվելու նույն իրավունքը, ինչը ուրիշները: Հետևաբար, թատրոնները, թանգարանները, խաղահրապարակները և գրադարանները պետք է մատչելի լինեն բոլորի՝ այդ թվում նաև հաշմանդամություն ունեցող երեխաների համար:

## **Հոդված 31. Վիճակագրություն և տվյալների հավաքագրում**

Երկրները պետք է տվյալներ հավաքագրեն հաշմանդամության վերաբերյալ՝ իրենց ծրագրերն ու ծառայություններն ավելի բարելավելու համար: Հաշմանդամության վերաբերյալ

ուսումնասիրություններին օժանդակող հաշմանդամություն ունեցող անձինք իրավունք ունեն հարգալից և մարդկային վերաբերմունքի: Նրանց կողմից հաղորդված անձնական բնույթի ցանկացած տեղեկություն պետք է գաղտնի պահվի: Կազմված վիճակագրությունը պետք է հասանելի լինի հաշմանդամություն ունեցող, ինչպես նաև մյուս բոլոր մարդկանց:

### **Հոդված 32. Միջազգային համագործակցություն**

Երկրները պետք է աջակցեն միմյանց սույն կոնվենցիայի հոդվածներն իրականացնելու հարցում: Սա վերաբերում է այն երկրներին, որոնք ավելի շատ ռեսուրսներ (օրինակ՝ գիտական տեղեկություններ, օգտակար տեխնոլոգիաներ) ունեն՝ մյուս երկրների հետ դրանք փոխանակելու համար, ինչի արդյունքում ավելի շատ մարդիկ կկարողանան օգտվել Կոնվենցիայով սահմանված իրավունքներից:

### **Հոդված 33-50. Կանոններ համագործակցության, մոնիթորինգի և Կոնվենցիայի իրականացման վերաբերյալ**

Հաշմանդամություն ունեցող անձանց իրավունքների մասին Կոնվենցիան ներառում է ընդամենը 50 հոդված: 33-50 հոդվածներն այն մասին են, թե ինչպես պետք է չափահասները՝ հատկապես հաշմանդամություն ունեցող անձինք և նրանց կազմակերպություններն ու կառավարությունները համագործակցեն՝ ապահովելով բոլոր հաշմանդամություն ունեցող անձանց՝ իրենց իրավունքներից օգտվելը: Այս հոդվածների



բովանդակությունը տեքստային տարբերակով  
տեսնելու համար այցելեք [www.un.org/disabilities](http://www.un.org/disabilities):

**«Սեյվ դը չիլդրեն հինթերնեշնլ» կազմակերպության  
հայաստանյան ներկայացուցչություն**

Հասցեն: ք. Երևան, 0014, Ազատության 27

Հեռ: (+374-10) 201014, 201025, 201029

Ֆաքս: (+374-10) 201229

Էլ-փոստ: [Armenia@savethechildren.org](mailto:Armenia@savethechildren.org)

Գտիր «Սեյվ դը չիլդրեն հինթերնեշնլ» կազմակերպության հայաստանյան ներկայացուցչության  
էջը Facebook, YouTube և Twitter-ում: