

Συνοδεύα άτομων με Οπτική Αναπηρία

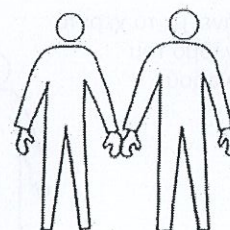
Τεχνικές συνοδοῦ ατόμων με Οπτική Αναπηρία

- Το άτομο με Οπτική Αναπηρία (ΟΑ), είτε είναι ολικά τυφλό, είτε έχει μειωμένη όραση είναι πιθανό, σε ορισμένες περιπτώσεις, να χρειαστεί τη βοήθεια ενός βλέποντα οδηγού.
- Η κίνηση με οδηγό, αποτελεί το πρώτο βήμα των εκπαιδευτικών προγραμμάτων κινητικότητας και προσανατολισμού.
- Ακόμα κι αν το άτομο με ΟΑ έχει τη δυνατότητα να κινείται μόνο του, η συνεργασία με κάποιο οδηγό, είναι απαραίτητη στα πρώτα στάδια του προσανατολισμού.
- Η τεχνική αυτή προτιμάται σε πολυσύχναστες περιοχές ή σε άγνωστο περιβάλλον.

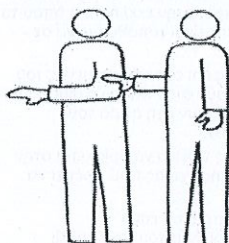
- Για ένα άτομο με πρόβλημα όρασης αλλά και με κινητικές ή άλλες δυσκολίες κίνησης, αποτελεί τη μόνη δυνατότητα κίνησης.
- Για την εφαρμογή αυτής της τεχνικής, απαραίτητη προϋπόθεση είναι να υπάρχει απόλυτη εμπιστοσύνη του ατόμου με ΟΑ προς το βλέποντα οδηγό του.
- Κατά τη διάρκεια της συνοδείας, η ασφάλεια του ατόμου βρίσκεται εξ ολοκλήρου στα χέρια του οδηγού και ως εκ τούτου η έλλειψη εμπιστοσύνης στον οδηγό, ελαχιστοποιεί τις δυνατότητες συνεργασίας μαζί του.

Η αρχή της επαφής

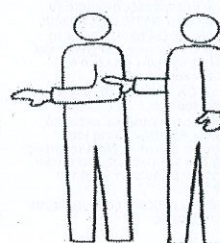
- Μόλις ο οδηγός πλησιάσει το άτομο με ΟΑ, αφού χαιρετήσει και συστηθεί, το ρωτάει αν χρειάζεται τη βοήθεια του.
- Το χέρι του οδηγού αγγίζει το πίσω μέρος της παλάμης του τυφλού ατόμου.



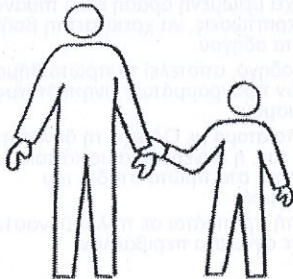
- Μετά από αυτό το σιγιάλο, το άτομο με ΟΑ πιάνει το μπράτσο του οδηγού, λίγο πάνω από τον αγκώνα, με τα τέσσερα δάχτυλα προς τα μέσα και τον αντίχειρα προς τα έξω.
- Το χέρι του ατόμου με ΟΑ πιάνει καλά το μπράτσο του οδηγού, ώστε να μη χάνεται η επαφή τους ενώ κινούνται.
- Δεν πρέπει όμως να προκαλεί πόνο στον οδηγό.
- Το χέρι του οδηγού, πέφτει ελεύθερα και φυσικά και βρίσκεται σε κατακόρυφη θέση.
- Το χέρι του ατόμου με ΟΑ σχηματίζει ορθή γωνία.



- Το άτομο με ΟΑ στέκει στη μια πλευρά του οδηγού και μισό βήμα πίσω από αυτόν, σε μια απόσταση από το σώμα του οδηγού ικανή να του επιτρέπει άνεση στις κινήσεις του, όχι όμως πολύ μακριά του γιατί το σύμπλεγμα των δύο ατόμων δεν πρέπει να καταλαμβάνει μεγάλο χώρο.

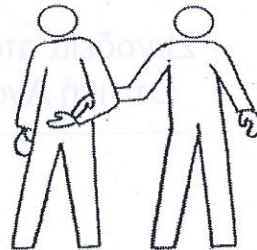


Το άτομο με ΟΑ είναι παιδί:



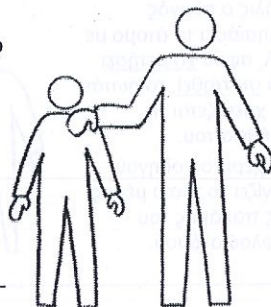
Το άτομο με ΟΑ έχει δυσκολία στη βάδιση:

- Αν το άτομο είναι ηλικιωμένο και χρειάζεται περισσότερη στήριξη, τότε ο οδηγός φέρνει το μπράτσο του πολύ κοντά στο σώμα του. Έτσι προσφέρει περισσότερη στήριξη και ασφάλεια στο ηλικιωμένο άτομο.



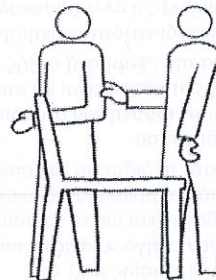
Το άτομο με ΟΑ είναι πολύ υψηλότερο από το συνοδό

- Πιάνει με το χέρι το τον ώμο του συνοδού.



Κάθισμα σε καρέκλα

- Όταν πλησιάζουμε στην καρέκλα, ο οδηγός ακουμπά στην πλάτη της καρέκλας, το χέρι που κρατά ο συνοδευόμενός του.
- Το άτομο με ΟΑ αφήνει το μπράτσο του οδηγού, έρχεται σε επαφή με την πλάτη της καρέκλας και με το άλλο χέρι ελέγχει που είναι το κάθισμα.
- Αν η καρέκλα είναι μπροστά του, θα αισθανθεί με τα πόδια (γόνατα) το κάθισμα, θα κάνει στροφή κι αφού έρθει ακριβώς μπροστά από την καρέκλα, ώστε να την ακουμπήσει με το πίσω μέρος των ποδιών, κάθεται.
- Σε περίπτωση που δεν πρόκειται για απλή καρέκλα, τον ενημερώνουμε αν είναι πολυθρόνα, καναπές, σκαμπό, κουניστή πολυθρόνα κτλ.



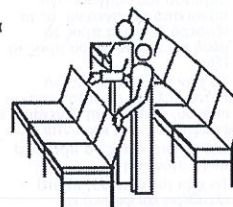
Κάθισμα στο τραπέζι

- Όταν ο οδηγός δείχνει στο άτομο με ΟΑ τη θέση του στο τραπέζι, ακουμπά το δικό του χέρι στην πλάτη της καρέκλας.
- Τότε το άτομο με ΟΑ ακολουθεί με το χέρι του την κατεύθυνση του χεριού του οδηγού, μέχρι να έρθει και κείνο σε επαφή με την καρέκλα.
- Το άτομο με ΟΑ ακουμπά το τραπέζι με το ελεύθερο του χέρι.
- Αφού καθίσει στην καρέκλα, ακουμπά τους αγκώνες του στην πλάτη του καθίσματος και φέρνει τα χέρια του προς το τραπέζι, έτσι ώστε τα δάχτυλα του να ακουμπήσουν εξίσου στην κόχη του τραπεζιού.
- Έτσι διορθώνει τη θέση της καρέκλας σε σχέση με το τραπέζι.



Κάθισμα σε σειρά

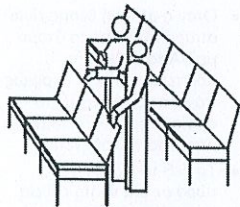
- Αυτή η διαδικασία χρησιμοποιείται όταν συνοδεύουμε ένα άτομο με ΟΑ στο θέατρο, στην εκκλησία ή όπου τα καθίσματα είναι τοποθετημένα σε σειρές.
- Ο οδηγός και ο συνοδευόμενός του προχωρούν στον κεντρικό διάδρομο. Όταν φτάσουν στη σειρά τους σταματούν.
- Ο οδηγός πρέπει να βρίσκεται στην πλευρά της σειράς που πρέπει να μπουν.
- Μπαίνει πρώτος και ο συνοδευόμενός του ακολουθεί, κάνοντας κι εκείνος πλάγια βήματα.



- Όταν βρεθεί άδειο κάθισμα πίσω από τον τυφλό, ο οδηγός σταματά. Το άτομο με ΟΑ αισθάνεται το κάθισμα με το πίσω μέρος των ποδιών του και κάθεται.

- Κατά την έξοδο, ο οδηγός περνά μπροστά από τον συνοδευόμενο του, μένει σε επαφή με το άτομο και προχωρούν πλάι-πλάι, πάλι με πλάγια βήματα μέχρι να βγουν στο διάδρομο.

- Εκεί αλλάζουν θέση πρόσωπο με πρόσωπο, το άτομο με ΟΑ πιάνει τον οδηγό του από το μπράτσο και κατευθύνονται στην έξοδο.



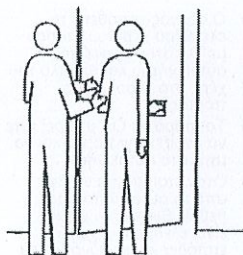
Αναστροφή θέσης πρόσωπο με πρόσωπο

- Ο οδηγός προειδοποιεί τον συνοδευόμενο του ότι χρειάζεται να κάνουν μεταβολή.
- Γυρίζει προς το πρόσωπο του συνοδευόμενου, προσφέροντάς του, το άλλο χέρι.
- Η κίνηση ολοκληρώνεται μόλις ο τυφλός συνοδευόμενος, τον κρατήσει πάλι από τον αγκώνα.
- Το άτομο με ΟΑ στρέφεται προς το πρόσωπο του οδηγού του.
- Αγγίζει το χέρι του, με το ελεύθερο δικό του χέρι και ελευθερώνει το άλλο.
- Επαναφέρει τη σωστή λαβή κρατήματος με το νέο χέρι.



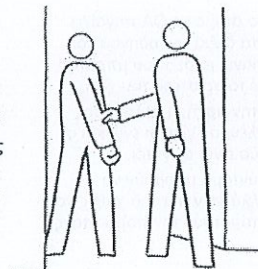
Άνοιγμα πόρτας

- Όταν βρισκόμαστε μπροστά από μια κλειστή πόρτα, είναι προτιμότερο, το άτομο με ΟΑ να βρίσκεται στην πλευρά των μεντεσέδων.
- Ο οδηγός ανοίγει την πόρτα, χρησιμοποιώντας το χέρι που κρατά ο συνοδευόμενος.
- Αυτό του δίνει τη δυνατότητα να ανιληφθεί σε ποιο σημείο βρίσκεται το πόμολο της πόρτας και την φορά του ανοίγματος.
- Ο οδηγός περνά πρώτος από το άνοιγμα, ο συνοδευόμενος ακολουθεί και κλείνει την πόρτα με το ελεύθερο χέρι του.



Στενό πέρασμα

- Όταν ο οδηγός κρίνει ότι δεν υπάρχει αρκετός χώρος για να περάσουν μαζί δύο άνθρωποι π.χ. σε ένα στενό διάδρομο, στην είσοδο και αλλού, τότε φέρνει το χέρι του σε διάγνια θέση πίσω από την πλάτη του.
- Το άτομο με ΟΑ αμέσως πρέπει να μετακινηθεί ακριβώς πίσω από τον οδηγό του, τεντώνοντας το χέρι του ώστε να υπάρχει απόσταση ενός βήματος από τον προπορευόμενο οδηγό, έτσι ώστε να μη πατάει στις φτέρνες του κατά την πορεία τους.
- Όταν περάσουν από το στενό διάδρομο, τότε επανέρχονται στην αρχική λαβή.

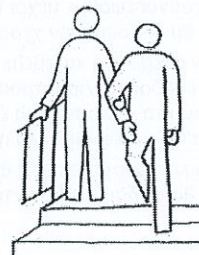


Σκάλες

- Ο οδηγός προειδοποιεί τον συνοδευόμενο του ότι πλησιάζουν σε σκάλα και τον ενημερώνει αν θα ανέβουν ή θα κατέβουν.
- Ο οδηγός σταματά για λίγο μπροστά στη σκάλα, είτε πρόκειται να ανέβουν, είτε πρόκειται να κατέβουν.

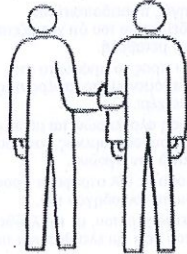


- Προηγείται πάντα ένα σκαλοπάτι κι έτσι το χέρι του τυφλού που κρατά τον οδηγό, βρίσκεται πιο χαμηλά όταν ανεβαίνουν και πιο ψηλά όταν κατεβαίνουν.
- Στο σημείο που το χέρι έρχεται στη κανονική του θέση, ο τυφλός καταλαβαίνει ότι η σκάλα τελείωσε ή προς το τέλος του λέμε: τελευταίο σκαλί.
- Σε περίπτωση που υπάρχει κιγκλιδώμα, πριν αρχίσουμε το ανέβασμα ή το κατέβασμα, πληροφορούμε τον σύντροφο μας, ότι αν θέλει, μπορεί να ακουμπήσει το ελεύθερο χέρι του στο κιγκλιδώμα.

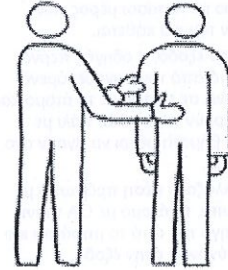


Αλλαγή πλευράς

- Υπάρχουν περιπτώσεις που χρειάζεται το άτομο με ΟΑ να αλλάξει θέση και να χρησιμοποιήσει την άλλη πλευρά του οδηγού.
- Αυτό γίνεται για να ανοίξει μια πόρτα, να χρησιμοποιήσει την κουπαστή της σκάλας, ή απλώς για λόγους ευκολίας.

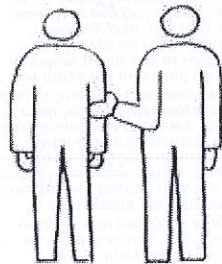


- Όταν η αλλαγή θέσης είναι απαραίτητη τότε το άτομο με ΟΑ τοποθετεί το αριστερό του χέρι, ακριβώς πάνω από το δεξί με το οποίο μέχρι τώρα έπιανε το μπράτσο του οδηγού.
- Το δεξί του χέρι κινείται τώρα σε μια νοητή ευθεία γραμμή στην πλάτη του οδηγού, μέχρι να βρει το δεξί του αγκώνα.



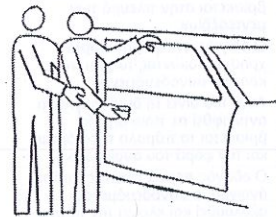
Αλλαγή πλευράς

- Το άτομο με ΟΑ πηγαίνει στα δεξιά του οδηγού και πιάνει το δεξί του μπράτσο με το αριστερό του χέρι.
- Στην αρχή, η αλλαγή της πλευράς γίνεται ενώ και οι δύο είναι ακίνητοι.
- Σύντομα μπορούν να αλλάζουν πλευρά χωρίς να σταματούν την πορεία τους.



Πως μπαίνουμε στο αυτοκίνητο

- Ο οδηγός τοποθετεί το ελεύθερο χέρι του ατόμου με ΟΑ στην οροφή του αυτοκινήτου και το άλλο του χέρι, στο χερούλι της πόρτας.
- Το άτομο με ΟΑ μπορεί τότε να ανοίξει την πόρτα και να μπει στο αυτοκίνητο.
- Όταν ετοιμάζεται να βγει από το αυτοκίνητο σας βεβαιωθείτε ότι ο χώρος είναι ελεύθερος, χωρίς εμπόδια και κινδύνους, για την πόρτα που θα ανοίξει.



Πως συνοδεύουμε στο λεωφορείο

- Θα συνοδεύσουμε μέχρι την πόρτα του λεωφορείου και θα δείξουμε την χερολαβή.
- Εάν ανεβείτε ή κατεβείτε μαζί να ξέρετε ότι πηγαίνει ο συνοδός πάντα μπροστά, δείχνει την χειρολαβή, ή δίνει το χέρι του, ενώ επισημαίνει εάν τα σκαλοπάτια είναι ψηλά ή χαμηλά.
- Στο κατέβασμα επίσης θα δείξουμε την χειρολαβή και θα αφήσουμε μόνο του το άτομο να κατέβει.

ΣΧΟΛΗ ΤΥΦΛΩΝ
«ΑΓΙΟΣ ΒΑΡΝΑΒΑΣ»