

ŚWIADOMOŚĆ NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI



MITY I STEREOTYPY NA TEMAT NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI



ZAANGAŻUJ SIĘ I NIE BĄDŹ OBOJĘTNY!

Kampania Świadomość Niepełnosprawności realizowana jest
przez Miasto Leszno oraz leszczyńskie organizacje pozarządowe.



MITY I STEREOTYPY NA TEMAT NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

WPROWADZENIE

Niepełnosprawność zawsze była poważnym wyzwaniem dla człowieka i zadaniem dla całego społeczeństwa. Często nie posiadając dostatecznych informacji na dany temat swoje przekonania opieramy na wiedzy potocznej i występujących w społeczeństwie stereotypach. Zdarza się także, że chcąc pomóc osobie z niepełnosprawnością postępujemy zgodnie z zasadami, które wydają się nam słuszne, a w rzeczywistości jest nieco inaczej. W ramach kampanii "Świadomość Niepełnosprawności" we współpracy z leszczyńskimi Organizacjami Pozarządowymi postaraliśmy się wybrać najpopularniejsze mity i stereotypy związane z niepełnosprawnością i przedstawiliśmy je w formie graficznej na wystawach mieszczących się na leszczyńskim Rynku oraz w Galerii Leszno.



Dzięki takim inicjatywom problem niepełnosprawności wychodzi na światło dzienne i jest ujawniany we wszystkich aspektach życia. Jak powszechnie wiadomo ludzie wytwarzają mechanizmy obronne w postaci stereotypów myślowych, które pozwalają im upraszczać rzeczywistość i tworzyć schematy, dzięki którym łatwiej definiują innych ludzi. Niestety najczęściej jest to niezgodne z prawdą, a w konsekwencji bardzo krzywdzące dla osób stereotypizowanych. Każdy człowiek, jako istota społeczna, potrzebuje kontaktu z innymi ludźmi, w związku z czym ważne jest przełamywanie mitów i stereotypów dotyczących osób z niepełnosprawnościami. Ważne jest nastawienie do drugiego człowieka i jego postrzeganie. To, że ktoś np. utracił jakąkolwiek sprawność, nie oznacza, że jest osobą inną, a jak niektórzy uważają, osobą na straconej pozycji. Często dzieje się odwrotnie, czego przykładem mogą być sukcesy osób z niepełnosprawnościami w sporcie czy kulturze, o których coraz częściej można usłyszeć.

Stereotypy i przesady są najczęstszą przyczyną przejawiania przez osoby sprawne wobec osób z niepełnosprawnościami postawy obojętnej czy negatywnej. Osoby sprawne często nie zdają sobie sprawy z tego, jaki wpływ na życie oraz aktywność osób z niepełnosprawnościami mają przejawiane przez nich postawy. To nasze zachowanie wobec drugiego człowieka często staje się motywacją oraz podporą dla podjętych przez osoby z niepełnosprawnościami wyzwań oraz aktywności. Żyjąc w społecznościach ludzkich należy pracować nad rozwojem humanitaryzmu, którego nieodzownym elementem jest empatia, bo bez tego współistnienie z osobami z niepełnosprawnościami jest często utrudnione. Niezmiernie ważne jest otwarcie się na drugą osobę i jej akceptacja. Społeczna aprobata i tolerancja przyczyniają się do zmniejszenia zjawiska tworzenia





MITY I STEREOTYPY NA TEMAT NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

odrębności tożsamościowej i osobowościowej osób z niepełnosprawnościami. Natomiast stereotypy społeczne i uprzedzenia wpływają na dezintegrację życia społecznego i dysharmonię ludzką oraz zafałszowanie obrazu osób z dysfunkcjami.

Prezentowana wystawa, jak i przeglądana przez Państwa broszura ma formę teoretyczną, opisuje wiele problemów dotyczących zjawiska stereotypizacji i uprzedzeń wokół osób z niepełnosprawnościami.



Pamiętajmy, że osoby z niepełnosprawnościami, podobnie jak osoby sprawne mają swoje rodziny, małe i duże problemy, pracę, zainteresowania, a także sympatie i antypatie. To ludzie, którzy też chcą szczerze się cieszyć, a czasem popłakać w samotności, gdyż KAŻDY ma do tego prawo i nikt nie może sobie nawzajem tych praw zabierać lub ograniczać. Wprawdzie niepełnosprawność jest integralną częścią tego kim są, jednakże sama w sobie nie charakteryzuje tych osób. Ważne jest, aby traktować osoby z niepełnosprawnościami jak indywidualne jednostki, a nie spoglądać na te osoby przez pryzmat ich niepełnosprawności. Istotnym jest także, aby uświadomić sobie, że rozmawiamy, śmiejemy się, idziemy do kina z OSOBA, a nie z jej niepełnosprawnością.





MITY I STEREOTYPY NA TEMAT NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

MIT NR 1

OSOBY Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI SĄ JAK DZIECI I POTRZEBUJĄ NASZEJ POMOCY

**ŚWIADOMOŚĆ
NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI**

MIT! *Osoby z niepełnosprawnościami są jak dzieci – potrzebują naszej pomocy.*

Jeśli chcesz pomóc, najpierw zapytaj, czy ktoś sobie tego życzy.

PRAWDA! Osoby z niepełnosprawnościami, tak jak każdy z nas, chcą być samodzielne i niezależne od innych. Wypracowują sobie własne sposoby na wykonywanie codziennych obowiązków. Radzą sobie świetnie przy wykonywaniu tych samych czynności co inni, ale często muszą w to włożyć dużo więcej wysiłku. Czasami potrzebują naszej pomocy, ale też bardzo często nie lubią, kiedy na siłę się im pomaga.

/LeszczyńskieNGO

www.ngo.leszno.pl

PAMIĘTAJ!
**OSOBY Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI
CHCĄ I POTRAFIĄ BYĆ SAMODZIELNE**



MITY I STEREOTYPY NA TEMAT NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

MIT NR 2

RAK TO WYROK

ŚWIADOMOŚĆ NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

MIT! Rak to wyrok.

Prowadź zdrowy tryb życia, cyklicznie poddawaj się badaniom profilaktycznym.

PRAWDA! W dzisiejszych czasach dzięki postępowi nauki rak stał się chorobą przewlekłą i wcześniej wykryty może być 100 % wyleczalny. Raka nie można wyleczyć ziołami lub witaminą C ani tym bardziej pestkami moreli gorzkiej. Najbardziej efektywną metodą walki z rakiem jest interwencja chirurgiczna oraz inne zabiegi lecznicze: chemioterapia i/lub radioterapia. Rakiem nie można się zarazić.

MITY I STEREOTYPY

[f](#) [t](#) [@](#) /LeszczyńskieNGO

www.ngo.leszno.pl

PAMIĘTAJ!

**RAK JESZCZE NICZEGO NIE OZNACZA, MOŻNA Z NIM ŻYĆ,
MOŻNA Z NIM WALCZYĆ I MOŻNA Z NIM WYGRAĆ**



MITY I STEREOTYPY NA TEMAT NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

MIT NR 3

OSOBY NIEWIDOME POSIADAJĄ LEPSZE POZOSTAŁE ZMYŚŁY

**ŚWIADOMOŚĆ
NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI**

MIT! *Osoby niewidome mają lepszy słuch i bardziej wyczulony dotyk.*

Jeżeli osoba niewidząca wymaga poprowadzenia, zamiast chwytać ją za rękę, zaproponuj jej swoje ramię. W kontakcie z osobą niewidomą nie bój się używać codziennych zwrotów typu: „dobrze było cię widzieć”, „do widzenia”, „do zobaczenia”.

PRAWDA! Z racji utraconego wzroku są jedynie bardziej skoncentrowani na odbiorze bodźców słuchowych. Słuch pełni u nich rolę kompensacyjną. Współpracując z pozostałymi zmysłami, dostarcza informacji o otaczającym świecie. Konieczność życiowa sprawia, że zapotrzebowanie na wyćwiczenie innych zmysłów (zwłaszcza słuchu i dotyku) staje się wyjątkowo ważne. Dotyk pozwala odbierać wrażenia wywierane na skórę. Daje człowiekowi możliwość poznania cech (np. szorstkość, gładkość, elastyczność), których nie da się ująć wzrokowo. Z racji braku wzroku wrażenia dotykowe dostarczają wskazówek poznawczych, jakie widzącym przynosi wzrok.

MITY I STEREOTYPY

[f](#) [t](#) [@](#) /LeszczyńskieNGO

www.ngo.leszno.pl

PAMIĘTAJ!

**WAŻNA DLA OSÓB NIEWIDOMYCH JEST ROZMOWA, DOTYK,
CZYLI PO PROSTU KONTAKT Z DRUGIM CZŁOWIEKIEM**



MIT NR 4

OSOBY NIESŁYSZĄCE CZYTAJĄ Z RUCHU WARG



**ŚWIADOMOŚĆ
NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI**

MIT! *Wszystkie osoby niesłyszące czytają z ruchu warg.*

Kiedy rozmawiasz z osobą mającą problemy ze słuchem, nie zastanawiaj twarzy. Mów w sposób naturalny, nie za szybko, nie za wolno.

PRAWDA! Zdolność czytania z ruchu warg nie jest umiejętnością, którą posiadają wszystkie osoby z wadą słuchu. Osoby niesłyszące lub niedosłyszące koncentrują się na innych sposobach odbioru informacji, dlatego doskonałą u siebie między innymi umiejętność czytania z ruchu warg. Dzięki temu mogą zrozumieć osobę mówiącą, która stoi w pewnej odległości lub w głośnym otoczeniu.

MITY I STEREOTYPY

[f](#) [t](#) [@](#) /LeszczyńskieNGO

www.ngo.leszno.pl

PAMIĘTAJ!

**NIE ZAWSZE OSOBA NIESŁYSZĄCA POTRAFI CZYTAĆ Z UST.
CZĘSTO NALEŻY PRZEKAZYWAĆ KOMUNIKAT W INNY SPOSÓB**



MITY I STEREOTYPY NA TEMAT NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

MIT NR 5

WÓZEK INWALIDZKI MOŻE SŁUŻYĆ JAKO MIEJSCE DO PRZEWOŻENIA RÓŻNYCH PRZEDMIOTÓW ŻYCIA CODZIENNEGO

ŚWIADOMOŚĆ NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

MIT! *Osoba na wózku może być „bagażowym”.*

 Rozmawiając z osobą siedzącą na wózku inwalidzkim, przysiądź do niej na pobliskim krześle, przykucnij lub przynajmniej stań w dalszej odległości.

PRAWDA! Wózek inwalidzki stanowi część przestrzeni osobistej osoby poruszającej się na wózku, dlatego też nie należy traktować go jako wózka na zakupy, płaszcz itp. Niektóre osoby korzystające z wózka mogą z niego wstać i samodzielnie pokonać krótki dystans. Obciążenie osoby na wózku dodatkowym „bagażem” utrudnia jej swobodne poruszanie się i stanowi dyskomfort.

 /LeszczyńskieNGO www.ngo.leszno.pl

PAMIĘTAJ!
**OSOBY PORUSZAJĄCE SIĘ NA WÓZKACH INWALIDZKICH
POTRZEBUJĄ PRZESTRZENI OSOBISTEJ I KOMFORTU ŻYCIA**



MITY I STEREOTYPY NA TEMAT NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

MIT NR 6

NA CHOROBY ALZHEIMERA I CHOROBY REUMATYCZNE CHORUJĄ TYLKO OSOBY STARSZE

ŚWIADOMOŚĆ NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

MIT! *Choroby Alzheimera i choroby reumatyczne dotyczą tylko osób starszych.*

Bądź wsparciem dla osoby chorej, wykaż się empatią, cierpliwością i zrozumieniem.

PRAWDA! Zapadają na nie głównie osoby starsze, ale zdarza się, że choroba atakuje również trzydziesto- i czterdziestolatków. Choroby Alzheimera nie leczy psychiatra, to choroba neurologiczna, której objawy można skutecznie leczyć farmakologicznie (redukcja zaburzeń nastrojów i pamięci, kłopotów ze snem, objawów depresji). W chorobach reumatycznych wskazany jest ruch i właściwie dobrane zabiegi rehabilitacyjne, w tym także fizykoterapia.

[f](#) [t](#) [@](#) /LeszczyńskieNGO www.ngo.leszno.pl

PAMIĘTAJ!
CHOROBY ALZHEIMERA I CHOROBY REUMATYCZNE MOGĄ DOTYCZYĆ RÓWNIEŻ OSÓB W ŚREDNIM WIEKU



MIT NR 7

CHOROBA JEST POWODEM WSTYDU

ŚWIADOMOŚĆ NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

MIT! *Osoby z niepełnosprawnościami wstydzą się swojej niepełnosprawności.*

W kontaktach z osobą z niepełnosprawnością traktuj ją tak, jak sam chciałbyś być traktowany.

PRAWDA!

Każdy z nas ma potrzebę pozytywnego odbioru własnej osoby, aby czuć się w pełni aktywnym członkiem społeczności. Nieujawnianie swojej niepełnosprawności jest związane z zachowaniem sfery prywatności. Osoby z widoczną niepełnosprawnością mogą próbować skrywać posiadaną dysfunkcję, gdyż nie chcą wzbudzać nadmiernego zainteresowania. Powodem takiego zachowania może być także fakt, iż osoby z niepełnosprawnościami nie chcą być postrzegane przez pryzmat swojej niepełnosprawności, ale chcą, by inni dostrzegali w nich po prostu człowieka – kolegę, koleżankę, współpracownika...

[f](#) [t](#) [@](#) /LeszczyńskieNGO www.ngo.leszno.pl

PAMIĘTAJ!
**POZYTYWNE PODEJŚCIE DO SWOJEJ CHOROBY POTRAFI ZNACZNIE
POLEPSZYĆ PSYCHICZNY, A NAWET I FIZYCZNY STAN ZDROWIA**



MIT NR 8

OSOBY Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI MAJĄ NADZWYCZAJNE UMIEJĘTNOŚCI



**ŚWIADOMOŚĆ
NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI**

MIT! *Osoby z niepełnosprawnościami mają szósty zmysł/dar.*

W obecności osoby z niepełnosprawnością postaraj się być sobą, nie udawaj nikogo, kim nie jesteś.

PRAWDA! Każdy człowiek jest inny i niepowtarzalny, ma różne umiejętności, talenty, zalety czy wady. Nie inaczej jest wśród osób z niepełnosprawnościami. Jedni uczą się na kierunkach ścisłych, inni na humanistycznych, jedni interesują się sportem, inni kinem, a jeszcze inni elektroniką... Jak widać, nie jest możliwe wyodrębnienie u osób z niepełnosprawnością żadnej szczególnej cechy, której nie posiadaliby ludzie pełnosprawni. Osoby z niepełnosprawnościami nie charakteryzują się żadnymi niezwykłymi zdolnościami, umiejętnościami ani właściwościami. Podobnie jak każdy mogą osiągnąć bardzo dużo, jednak wymaga to wytrwałości, zaangażowania, zwiększonego wysiłku, a także uporę w dążeniu do określonego celu.

[f](#) [t](#) [@](#) /LeszczyńskieNGO www.ngo.leszno.pl

PAMIĘTAJ!

KAŻDY Z NAS JEST TAKI SAM – MA PRAWO DO ŻYCIA



MIT NR 9

OSOBY Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI ŻYJĄ TYLKO SWOJĄ CHOROBA

**ŚWIADOMOŚĆ
NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI**

MIT! *Osoby z niepełnosprawnościami nie pracują, nie bawią się, nie korzystają z rozrywek.*

W kontaktach z osobą z niepełnosprawnością traktuj ją tak, jak sam chciałbyś być traktowany.

PRAWDA!

Dla wielu z nas niepełnosprawność wiąże się z niestychną tragedią. Wydaje się, że będąc osobą z niepełnosprawnością, już nic ciekawego w życiu nie uda się zrobić, że wszystko traci sens i jedyne, co pozostaje, to pogrążyć się w depresji i smutku. Jednak osoby z niepełnosprawnościami spełniają się w życiu zarówno prywatnym, społecznym, jak i zawodowym. Osiągają sukcesy zawodowe, sportowe, artystyczne; świętują i cieszą się ze swoich osiągnięć, posiadają wysokie aspiracje i niezwykle marzenia. Tak jak każdy z nas, korzystają w pełni z tego, co daje im życie, nie zważając na to, że mają pewne ograniczenia.

[f](#) [t](#) [@](#) /LeszczyńskieNGO

www.ngo.leszno.pl

PAMIĘTAJ!
**PRACA, ZABAWA, SPOTKANIA ZE ZNAJOMYMI – TO RÓWNIEŻ
ELEMENTY DNIA CODZIENNEGO OSÓB
Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI**



MITY I STEREOTYPY NA TEMAT NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

MITY I STEREOTYPY PRZYGOTOWANE PRZEZ LESZCZYŃSKIE ORGANIZACJE POZARZĄDOWE

Stowarzyszenie Chorych Na Choroby Reumatyczne

Mity i Prawdy w schorzeniach reumatycznych

Mit - reumatyzm jest spowodowany starzeniem się, że cierpią wyłącznie osoby starsze.

Prawda - na reumatyzm zapadają także osoby przed 30 rokiem życia oraz dzieci np. na Młodzieżowe Idiopatyczne Zapalenie Stawów (MIZS)

Mit – przy reumatyzmie należy leżeć i brać leki

Prawda – chore kości lubią ruch – ruch jest wskazany, ale należy go dawkować. Bardzo ważna w chorobach RZS jest rehabilitacja.

Mit– reumatyzm leczymy ciepłem

Prawda – ważna jest termoterapia (ogrzewanie lub oziębienie tkanek – krioterapia)

Mit - na reumatyzm chorują tylko kobiety

Prawda – kobiety chorują częściej, ale u mężczyzn występuje częściej zesztywniające zapalenie stawów kręgosłupa (trzykrotnie częściej)

Leszczyńskie Stowarzyszenie Alzheimerowskie

Mity i prawdy o chorobie Alzheimera

Mit – przy chorobie Alzheimera chodzi się do psychiatry czy psychologa

Prawda – Choroba Alzheimera to choroba neurologiczna

Mit - choroba Alzheimera dotyczy wyłącznie osób w podeszłym wieku

Prawda - to fakt, choroba Alzheimera najczęściej dotyka osoby po 65 roku życia, a potem ryzyko rośnie jeszcze bardziej. Zdarza się jednak, że chorują również osoby w wieku 50, 40, a nawet 30 lat!

Fundacja Aktywnej Rehabilitacji Regionalne Biuro FAR

Mity dotyczące osób poruszających się na wózkach - po urazie rdzenia i z rozszczepem kręgosłupa

Mit - wózek to wyrok

Prawda - wózek to nie wyrok. W tych przypadkach wózek to niezbędne narzędzie żeby samodzielnie się poruszać, funkcjonować na co dzień i uczestniczyć w życiu społecznym. Temat przedstawiający istotę wózków aktywnych



MITY I STEREOTYPY NA TEMAT NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

Mit - sparaliżowany od pasa w dół

Prawda - paraliż obejmuje część ciała od miejsca uszkodzenia. Jeśli rdzeń uszkodzony jest na poziomie np. 4 i 5 kręgu piersiowego to od tego miejsca jest paraliż. Przy tym temacie można przedstawić jakie konsekwencje ma za sobą uszkodzenia rdzenia - nie tylko powszechnie znany paraliż mięśni dotyczący kończyn dolnych

Stowarzyszenie „Wygraj Siebie”

Mit - ageizm to dyskryminacja ludzi ze względu na wiek. Dotyka ludzi starych, postrzeganych jako niepotrzebnych i mniej wartościowych. Ageizm jest postawą lansowaną przez media, które kreują kult młodości i pięknego ciała. Seniorzy są postrzegani jako osoby pozbawione energii, depresyjne, wątpliwe. Uznaje się ich za chorowitych, przesadnie religijnych i nieaktywnych

Prawda - przeciwdziałanie stereotypom, uprzedzeniom, gorszemu traktowaniu osób starszych wpływa nie tylko na poprawę sytuacji seniorów w społeczeństwie, lecz również sprzyja racjonalnemu gospodarowaniu ich potencjałem. Konieczne jest uświadomienie, szczególnie młodszemu pokoleniu, że starość jest fazą życia, której dożywa większość ludzi, że ten okres może być także twórczy i radosny, a seniorzy mają często dużo energii, która może zostać spożytkowana np. na rzecz wspólnoty lokalnej i działań międzypokoleniowych. Pozytywnych przykładów przeczących stereotypowi schorowanego, biednego i biernego seniora jest wiele, od działalności prowadzonych przez Kluby Seniora po Uniwersytety Trzeciego Wieku oraz organizacje pozarządowe, które angażują seniorów do różnych inicjatyw i realizują wspólnie z nimi wiele ciekawych projektów

Stowarzyszenie malinewidzialni.pl

Mit - niepełnosprawny oznacza wybrakowany, niepełny

Prawda - osoba niepełnosprawna jest pełną osobą i powinna być traktowana z należytą każdemu człowiekowi godnością i szacunkiem - pomimo ograniczeń jakie nakłada na tę osobę jej choroba.

Mit - niepełnosprawność to jest sprawa indywidualna

Prawda - kiedy w rodzinie, najbliższym otoczeniu pojawia się osoba z niepełnosprawnością, jej choroba dotyka również jej bliskich. Oni również borykają się z przeróżnymi trudnościami i wyzwaniem, które wynikają z niepełnosprawności najbliższej osoby. Cierpi zatem nie tylko jednostka, ale także jej otoczenie, które również potrzebuje odpowiedniego wsparcia.

Leszczyńskie Stowarzyszenie "Razem z Nami" oraz Zespół Szkół Specjalnych w Lesznie

Mity - osoby w spektrum autyzmu mają swój świat, nie komunikują się, nie mają przyjaciół i zainteresowań, dzieci z autyzmem są źle wychowane, zimne matki dzieci z autyzmem

Prawda - Autyzm może przejawiać się w różny sposób. Nie ma dwóch takich samych dotkniętych nim osób. Dotyczy to zakresu i nasilenia doświadczanych trudności, obejmuje też zagadnienia takie jak wygląd, temperament czy cechy osobowości. Zgodnie z obowiązującymi kryteriami



MITY I STEREOTYPY NA TEMAT NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

diagnostycznymi autyzm jest rozpoznawany u osób, u których występują problemy w rozwoju społecznym, komunikowaniu się oraz ograniczone wzorce zachowania, aktywności i zainteresowań

Fakty i mity na temat autyzmu

Mit - autyzm występuje bardzo rzadko.

Fakt - autyzm dotyka coraz więcej ludzi. Aktualnie na autyzm cierpi 1 na 300 osób w Polsce (dane szacunkowe Fundacji SYNAPSIS), 1 na 100 w Wielkiej Brytanii (National Autistic Society) i aż 1 na 88 w USA (Centers for Disease Control and Prevention).

Mit - autyzm jest nowym zaburzeniem

Fakt - autyzm został opisany po raz pierwszy przez Leo Kanner'a w 1943 roku. Jednak opisy dzieci z charakterystycznymi dla autyzmu objawami pojawiły się w literaturze już pod koniec XVIII wieku!

Autyzm

Mit - autyzm jest skutkiem błędów wychowawczych rodziców

Fakt - wiemy, że autyzm jest skutkiem innej pracy mózgu. Nie wiemy jednak na razie, jakie są tego przyczyny

Mit - autyzm jest chorobą psychiczną

Fakt - autyzm jest zaburzeniem neurorozwojowym, wynikającym z odmiennej pracy mózgu. Zdarza się, że tak samo jak inni ludzie, osoby z autyzmem mogą cierpieć na depresję, nerwicę natręctw, psychozy itp.

Mit - „To jest ADHD, a nie autyzm.”

Fakt - u 35%-50% dzieci z ADHD występują również zaburzenia spektrum autyzmu. A aż 60%-80% dzieci z Zespołem Aspergera ma również ADHD

Mit - dzieci z autyzmem są upośledzone umysłowo

Fakt - aktualne badania wskazują, że większość dzieci ze spektrum autyzmu (62%) nie jest niepełnosprawna intelektualnie (dane ADDM, USA)

Mit - osoby z autyzmem są źle wychowane

Fakt - większość osób z autyzmem ma trudności z adekwatnym zachowaniem się w sytuacjach społecznych, co wynika z trudności z rozumieniem rządzących nimi zasad. Wielu osobom z autyzmem trudno jest zrozumieć mimikę twarzy, ton głosu, czy żarty

Nie widzę przeszkód sp. z o.o. non profit

Mit- osoby niewidome nie powinny - nie mogą uprawiać sportu

Prawda: osoby niewidome mogą uprawiać sport. Istnieje wiele różnych dyscyplin sportowych (nawet ekstremalnych), które są dedykowane osobom niewidomym. Jest to m.in. blind soccer (piłka nożna dla niewidomych), narciarstwo alpejskie zjazdowe, strzelectwo, tenis stołowy dla osób niewidomych itp.



MITY I STEREOTYPY NA TEMAT NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

Polski Związek Niewidomych

Mit - człowiek starszy, przygarbiony z białą laską i w ciemnych okularach – to osoba postrzegana jako niewidoma, niezdolna do egzystencji w społeczeństwie

Prawda - osoba z dysfunkcją wzroku przy pomocy i akceptacji społecznej zdolna do nauki, do pracy oraz przy pomocy nowoczesnej technologii do samodzielnej egzystencji gotowa pomagać i wspierać niepełnosprawnych i niesamodzielnych

Leszczyńskie Stowarzyszenie Rehabilitacyjne "Amazonka"

Mit - jedzenie cukru przyspiesza rozwój raka

Prawda - jest to nieprawdziwe przekonania, komórki nowotworowe co prawda potrzebują więcej cukru, ale ograniczenie jego spożycia nie spowoduje zagłodzenie już istniejących. Należy jednak pamiętać o innym czynniku, który sprzyja rozwojowi nowotworu. Jest nim otyłość, która powstaje min. na skutek spożywania znacznej ilości cukrów. Tak więc ograniczenie spożycia cukru może poniekąd zapobiec chorobie. Jednak ograniczenie nie wyleczy już istniejącego raka

Mit - rak to wyrok

Prawda - w dzisiejszych czasach dzięki postępowi nauki rak stał się chorobą przewlekłą i wcześniej wykryty może być 100 % wyleczalny. Ważne jest byśmy zmienili swój sposób życia, poddawali badaniom profilaktycznym

Mit - rak boi się noża

Prawda - to przekonanie pokutuje jeszcze w społeczeństwie. Niektóre osoby boją się poddać zabiegowi chirurgicznemu w obawie, że po wycięciu raka szybko pojawią się przerzuty. Takie myślenie wynika z tego, że w przeszłości wycinano tylko zmianę nowotworową i nie zawsze całkowicie. Dziś wycina się raka z marginesem komórek zdrowych, a pacjentów poddaje się dalszym zabiegom leczniczym min. chemioterapii i/lub radioterapii

Mit - rak jest zaraźliwy

Prawda - rakiem nie można się zarazić. Można jedynie zarazić się niektórymi bakteriami lub wirusami, które mogą spowodować raka takimi jak np. wirus HPV, który może być przyczyną raka szyjki macicy lub bakteria *Helicobacter pylori*, która może spowodować za raka żołądka

Mit - rak można wyleczyć ziołami lub witaminą C

Prawda - ten szkodliwy mit przyczynia się do opóźnienia leczenia chorych zwłaszcza, gdy nie chcą poddać się leczeniu radykalnemu lub chemioterapii. Ani zioła ani witamina C nie wyleczą nas z raka, a nawet mogą zaszkodzić, gdy wchodzi w interakcje z stosowanymi lekami



MITY I STEREOTYPY NA TEMAT NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

Mit – pestki moreli gorzkiej leczą raka

Prawda - to kolejny bardzo niebezpieczny mit. W środowiskach związanych z medycyną alternatywną wierzy się, że amigdalina zawarta w pestkach moreli leczy a wręcz zabija komórki raka. Amigdalina jest związkem, który w organizmie rozkłada się na m.in. cyjanowodór, a ten może wywoływać silne zatrucie. Zwolennicy medycyny niekonwencjonalnej uważają jednak, że cyjanek niszczy komórki rakowe. Nie potwierdzają tego badania kliniczne. Nie stwierdzono, aby miała ona wpływ na zmniejszanie się guzów, wydłużenie czasu przeżycia czy też poprawę jakości życia chorych. Zdarzyły się z kolei przypadki silnego zatrucia po ich zażyciu.

POZOSTAŁE MITY I STEREOTYPY NA TEMAT OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI

MIT: *Osoby niepełnosprawne są jak dzieci – potrzebują naszej pomocy.*

Osoby niepełnosprawne, tak jak każdy z nas, chcą być samodzielne i niezależne od innych. Wypracowują sobie własne sposoby na wykonywanie codziennych obowiązków. Radzą sobie świetnie przy wykonywaniu tych samych czynności co inni, ale często muszą w to włożyć dużo więcej wysiłku. Czasami potrzebują naszej pomocy, ale też bardzo często nie lubią kiedy na siłę się im pomaga.

MIT: *Wszyscy niepełnosprawni są upośledzeni umysłowo.*

Są różne rodzaje i stopnie niepełnosprawności, dotyczące narządów ruchu i zmysłów jak i te dotyczące niepełnosprawności umysłowej. Warto zapamiętać, że niepełnosprawność wzrokowa, słuchowa czy ruchowa NIE JEST tożsama z niepełnosprawnością umysłową! W Polsce studiuje około 28000 osób niepełnosprawnych, wiele z nich otrzymuje tytuły naukowe i osiąga sukcesy edukacyjne i zawodowe.

MIT: *Osoby niewidome mają lepszy słuch i bardziej wyczulony dotyk.*

Z racji utraconego wzroku są jedynie bardziej skoncentrowani na odbiorze bodźców słuchowych. Słuch pełni u nich rolę kompensacyjną. Współpracując z pozostałymi zmysłami, dostarcza informacji o otaczającym świecie. Konieczność życiowa sprawia, że zapotrzebowanie na wycwiczenie innych zmysłów (zwłaszcza słuchu i dotyku) staje się wyjątkowo ważne. Dotyk pozwala odbierać wrażenia wywierane na skórę. Daje człowiekowi możliwość poznania cech (np. szorstkość, gładkość, elastyczność), których nie da się ująć wzrokowo. Z racji braku wzroku wrażenia dotykowe dostarczają wskazówek poznawczych, jakie widzającym przynosi wzrok.



MITY I STEREOTYPY NA TEMAT NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

MIT: *Wszyscy głusi czytają z ruchu warg.*

Zdolność czytania z ruchu warg nie jest umiejętnością, którą posiadają wszystkie osoby z wadą słuchu. Osoby niesłyszące lub niedosłyszące koncentrują się na innych sposobach odbioru informacji, dlatego doskonalą u siebie między innymi umiejętność czytania z ruchu warg. Dzięki temu mogą zrozumieć osobę mówiącą, która stoi w pewnej odległości lub w głośnym otoczeniu.

MIT: *Osoba na wózku może być „bagażowym”.*

Wózek inwalidzki stanowi część przestrzeni osobistej osoby poruszającej się na wózku, dlatego też nie należy traktować go jako wózka na zakupy, płaszcze itp. Niektóre osoby korzystające z wózka mogą z niego wstać i samodzielnie pokonać krótki dystans. Obarczenie osoby na wózku dodatkowym „bagażem” utrudnia jej swobodne poruszanie się i stanowi dyskomfort.

MIT: *Osoby niepełnosprawne potrzebują przedstawiciela.*

Niepełnosprawność nie stanowi ograniczenia w decydowaniu o sobie samym. Osoby niepełnosprawne samodzielnie i niezależnie podejmują różnorakie decyzje. Obecność przedstawiciela jest zbędna, gdyż osoby niepełnosprawne same wyrażają swoje potrzeby i potrafią sobie same poradzić w różnych sytuacjach dnia codziennego (wizyta w urzędzie, sklepie itp.)

MIT: *Do osoby głuchej trzeba mówić bardzo wolno.*

Wolne tempo mówienia nie sprawi, że osoba głucha nas usłyszy. W ten sposób można tylko „pogorszyć” sytuację, gdyż osoba niesłysząca może umieć czytać z ruchu warg. Osoba, która czyta z ruchu warg umiejętność tę wyćwiczyła obserwując osoby, które mówiły swobodnie w naturalny dla siebie sposób. Chęć udzielenia „pomocy” i w efekcie zmiana tempa mówienia powoduje, że układ warg jest nienaturalny, a przez to wypowiedź staje się niezrozumiała dla osoby czytającej z ruchu warg.

MIT: *Osoby z problemami z mową nie można prosić o powtórzenie.*

Problemy z wymową, do których należą między innymi seplenienie, „reranie” czy jąkanie powodują, że niekiedy można mieć trudności ze zrozumieniem osoby, która ma taki problem. Jeśli ktoś nie jest się pewny czy dobrze zrozumiał osobę mówiącą, to nie powinien jej przytakiwać tylko poprosić o powtórzenie. Prośba taka nie zostanie źle oceniona, gdyż będzie ona świadczyć o tym, że osoba dopytująca chce dobrze zrozumieć swojego rozmówcę.

MIT: *Osoby niepełnosprawne wstydzą się swojej niepełnosprawności.*

Każdy z nas ma potrzebę pozytywnego odbioru własnej osoby, aby czuć się w pełni aktywnym członkiem społeczeństwa. Nieujawnianie swojej niepełnosprawności jest związane z zachowaniem sfery prywatności. Osoby niepełnosprawne z widoczną niepełnosprawnością mogą próbować skrywać posiadaną dysfunkcję, gdyż nie chcą



MITY I STEREOTYPY NA TEMAT NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

wzbudzać nadmiernego zainteresowania. Powodem takiego zachowania może być także fakt, iż osoby niepełnosprawne nie chcą być postrzegane przez pryzmat swojej niepełnosprawności, ale chcą by inni dostrzegali w nich po prostu osobę – kolegę, koleżankę, współpracownika...

MIT: *Osoby niepełnosprawne mają szósty zmysł/dar.*

Każdy człowiek jest inny i неповtarzalny, ma różne umiejętności, talenty, zalety czy wady. Nie inaczej jest wśród osób niepełnosprawnych. Jedni uczą się na kierunkach ścisłych, inni na humanistycznych, jedni interesują się sportem, inni kinem, a jeszcze inni elektroniką... Jak widać nie jest możliwe wyodrębnienie u osób z niepełnosprawnością żadnej szczególnej cechy, której nie posiadaliby ludzie pełnosprawni. Osoby niepełnosprawne nie charakteryzują się żadnymi niezwykłymi zdolnościami, umiejętnościami ani właściwościami. Podobnie jak każdy mogą osiągnąć bardzo dużo, jednak wymaga to wytrwałości, zaangażowania, zwiększonego wysiłku, a także uporu w dążeniu do określonego celu.

MIT: *Osoby niepełnosprawne nie bawią się, nie korzystają z rozrywek – kontemplują w powadze swe nieszczęście.*

Dla wielu z nas niepełnosprawność wiąże się z niestychaną tragedią. Wydaje się, że będąc osobą niepełnosprawną już nic ciekawego w życiu się nie uda zrobić, że wszystko traci sens i jedyne co pozostaje to pogrążyć się w depresji i smutku. Jednak osoby niepełnosprawne spełniają się w życiu zarówno prywatnym, społecznym jak i zawodowym. Osiągają sukcesy zawodowe, świętują i cieszą się ze swoich osiągnięć, posiadają wysokie aspiracje i niezwykłe marzenia. Tak jak każdy z nas korzystają w pełni z tego, co daje im życie nie zważając na to, że mają pewne ograniczenia.



ŚWIADOMOŚĆ NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI



*"Miej taki punkt widzenia, z którego
dobrze widać drugiego człowieka"*

R. Wasilewski



*Kampania Świadomość Niepełnosprawności realizowana jest
przez Miasto Leszno oraz leszczyńskie Organizacje Pozarządowe.*

www.ngo.leszno.pl

   /LeszczyńskieNGO