



Co-funded by
the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του ΟεΑΔ-GmbH. Η Ευρωπαϊκή Ένωση και η χρηματοδοτούσα αρχή δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.



Erasmus+



022-2-AT01-KA210-ADU-000097665

Το μάθημα κατάρτισης Διευκολύνει

την κατανόηση της αναπηρείας

Στόχοι και σκοποί



Στο τέλος αυτής της ενότητας, οι συμμετέχοντες θα πρέπει να είναι σε θέση να:

- κατανοήσουν τις “αποχρώσεις” των σωματικών αναπηριών
- αναγνωρίζουν τις κοινωνικές προκαταλήψεις και διακρίσεις
- να χρησιμοποιούν συμπεριλιπτικές στρατηγικές επικοινωνίας

Λέξεις κλειδιά



- Αναπηρία
- Συμμετοχικότητα
- Διακρίσεις
- Ενσυναίσθηση
- Ενδυνάμωση

Πίνακας περιεχομένων



ΕΝΟΤΗΤΑ 1 - ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΩΝ ΑΝΑΠΗΡΙΩΝ

- 1.1. Ορισμός και βασικά στοιχεία
- 1.2. Ιατρικά και κοινωνικά μοντέλα αναπηρίας
- 1.3. Τύποι και αιτίες αναπηρίας

ΕΝΟΤΗΤΑ 2 - ΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΙΣΤΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ

- 2.1. Προσωπικές ιστορίες: Μοιραστείτε εμπειρίες
- 2.1. Επιπτώσεις των αναπηριών

ΕΝΟΤΗΤΑ 3 - ΔΙΑΚΡΙΣΕΙΣ ΚΑΙ ΣΤΙΓΜΑΤΙΣΜΟΣ

- 3.1 Ορισμοί και είδη διακρίσεων
- 3.2 Επιπτώσεις του στιγματισμού
- 3.3 Αντιμετώπιση του στιγματισμού

ΕΝΟΤΗΤΑ 4 - ΠΡΩΨΗ ΤΗΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΙΚΟΤΗΤΑΣ

- 4.1 Ευαισθητοποίηση
- 4.2. Στρατηγικές ευαισθητοποίησης
- 4.3. Περιεκτική επικοινωνία
- 4.4. Επικοινωνία χωρίς αποκλεισμούς - 3 αρχές
- 4.5 Άσκηση αναστοχασμού



ΕΝΟΤΗΤΑ 1



ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ
ΑΝΑΠΗΡΕΙΑΣ

1.1. Ορισμός και βασικά στοιχεία

Γενικός ορισμός

Ο όρος αναπηρία αναφέρεται σε ένα ευρύ φάσμα καταστάσεων που μπορεί να επηρεάζουν τις σωματικές, αισθητηριακές, γνωστικές ή νοητικές ικανότητες ενός ατόμου και να προκαλούν δυσκολίες σε διάφορους τομείς της καθημερινής ζωής (WHO, 2021).

Υπάρχουν πολλά διαφορετικά είδη αναπηρίας, συμπεριλαμβανομένων εκείνων που επηρεάζουν ενός ατόμου:

- Όραση
- Δράση
- Σκέψη , Ανάκληση, Απόκτηση
- Αλληλεπίδραση
- Ακρόαση
- Ψυχική ευημερία
- Κοινωνικές αλληλεπιδράσεις

Βασικά στοιχεία

- Σημαντική δυσλειτουργία βιώνουν περίπου **1,3 δισεκατομμύρια** άνθρωποι. Αυτό αντιστοιχεί σε **1 στους 6** από εμάς ή στο **16% του** παγκόσμιου πληθυσμού.
- Τα άτομα με αναπηρία έχουν **διπλάσιες πιθανότητες** να εμφανίσουν ασθένειες όπως η παχυσαρκία, ο διαβήτης, το άσθμα, η κατάθλιψη και η κακή υγεία των δοντιών.
- Πολλές ανισότητες στην υγεία επηρεάζουν τα άτομα με αναπηρίες.
- Η προσβάσιμη και σε λογικές τιμές μεταφορά είναι **15 φορές** πιο δύσκολη για τα άτομα με αναπηρία απ' ό,τι για τα άτομα χωρίς αναπηρία. (WHO 2023)



+1 billion disabled people in the world

6% of the world's population affected by deafness or hearing loss

1% of the world's population need a wheelchair



2,6% of the world's population has an intellectual disability



17% of the world's population affected by blindness or visual impairment

1.2 Ιατρικά και κοινωνικά μοντέλα αναπηρίας

ΙΑΤΡΙΚΟ ΜΟΝΤΕΛΟ

- Θεωρεί την αναπηρία ως ατομικό ελάττωμα.
- Η αναπηρία θεωρείται ανωμαλία σε σύγκριση με τα "φυσιολογικά" χαρακτηριστικά.
- Επικεντρώνεται στη θεραπεία, τον καθορισμό ή την εξάλειψη των αναπηριών.
- Οι επαγγελματίες στον τομέα της υγειονομικής περίθαλψης και των κοινωνικών υπηρεσιών είναι υπεύθυνοι για τη θεραπεία.
- Μπορεί να οδηγήσει σε εσωτερικευμένο στίγμα και αρνητικά κοινωνικά μηνύματα για την αναπηρία.

ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΜΟΝΤΕΛΟ

- Ορίζει την αναπηρία ως την αδυναμία πλήρους συμμετοχής στην οικιακή και κοινοτική ζωή.
- Οι αναπηρίες προκύπτουν από την αλληλεπίδραση των βλαβών και των κοινωνικών φραγμών.
- Διακρίνει μεταξύ αναπηριών (κοινωνικοί περιορισμοί) και βλαβών (ατομικές επιπτώσεις).
- Δίνει έμφαση στην αλλαγή της κοινωνίας και όχι στη διόρθωση του ατόμου.
- Επικεντρώνεται στην ενίσχυση της καθημερινής λειτουργίας και όχι στη θεραπεία των βλαβών.
- Επηρεάζει τον αρχιτεκτονικό σχεδιασμό, τα νομικά ζητήματα, την εκπαίδευση και την υγειονομική περίθαλψη.



1.2 Ιατρικά και κοινωνικά μοντέλα αναπηρίας

Πώς ερμηνεύει κάθε ένα από τα μοντέλα τις συνθήκες στον πραγματικό κόσμο; - 1/2 Παραδείγματα

Μια γυναίκα που χρησιμοποιεί αναπηρικό αμαξίδιο ανυπομονεί για το ραντεβού της σε ένα νέο εστιατόριο που στεγάζεται σε μια πιο αρχαία, ιστορική δομή. Αλλά πριν μπορέσει να μπει στο εστιατόριο, πρέπει να κάνει δύο βήματα.

Ιατρικό μοντέλο:

Η γυναίκα δεν μπορούσε να μπει στο εστιατόριο επειδή δεν μπορούσε να ανέβει τα σκαλιά.

Κοινωνικό μοντέλο:

Δεν υπήρχε ράμπα για να της επιτρέψει την είσοδο. Επιπλέον, περιόριζε την πρόσβαση για οικογένειες με μικρά παιδιά σε καροτσάκια και το προσωπικό διανομής που χρησιμοποιεί τροχήλατα καροτσάκια, γεγονός που μπορεί να μειώσει την πιθανότητα ατυχημάτων.



1.2 Ιατρικά και κοινωνικά μοντέλα αναπηρίας (Συνέχεια)

Πώς ερμηνεύει κάθε ένα από τα μοντέλα τις συνθήκες στον πραγματικό κόσμο; - 2/2 Παραδείγματα

Ένας άνδρας με νοητική αναπηρία υποβάλλει αίτηση για εργασία σε κατάστημα λιανικής πώλησης.

Ιατρικό μοντέλο:

Η αίτηση του άνδρα απορρίπτεται, καθώς πιστεύεται ότι οι μαθησιακές του δυσκολίες θα τον εμποδίσουν να ανταποκριθεί στις ευθύνες της θέσης αυτής.

Κοινωνικό μοντέλο:

Ο υποψήφιος εργοδότης γνωρίζει τα πλεονεκτήματα του άνδρα για το κατάστημα, συμπεριλαμβανομένης της αφοσίωσης, της αξιοπιστίας και της συνέπειας. Ο εργοδότης αναγνωρίζει επίσης ότι ο εργασιακός προπονητής του άνδρα βρίσκει δυνατότητες για την αύξηση της αποδοτικότητας, απαλλάσσει τους διευθυντές και τους προϊσταμένους από επαναλαμβανόμενες δραστηριότητες και ενισχύει την κατάρτιση, εκτός από το να βοηθά τον άνδρα να εκτελεί με επιτυχία τις κρίσιμες εργασιακές υποχρεώσεις.



1.3 Τύποι και αιτίες αναπηρίας

Φυσική Αναπηρία



Όταν μια σωματική πάθηση περιορίζει το εύρος κίνησης, την αντοχή, τη φυσική ικανότητα ή ακόμη και την ευκινησία ενός ατόμου.

Παραδείγματα

- Παράλυση
- σκλήρυνση κατά πλάκας
- αναπνευστικές παθήσεις

Πιθανές αιτίες

- Ιατρικές παθήσεις
- Επίκτητοι τραυματισμοί
- Εκφυλιστικές διαταραχές

Αισθητηριακές αναπηρίες



Αυτά έχουν αντίκτυπο στην αισθητηριακή αντίληψη του ατόμου, συμπεριλαμβανομένης της ακοής και της όρασης.

Παραδείγματα

- τύφλωση
- κώφωση
- προβλήματα ομιλίας

Πιθανές αιτίες

- Λοιμώξεις ή ασθένειες
- Τραύμα/τραυματισμοί
- Κληρονομικοί παράγοντες

Γνωστικές αναπηρίες



Αυτά περιλαμβάνουν αναπτυξιακά ή διανοητικά προβλήματα που επηρεάζουν την ικανότητα σκέψης και συμπεριφοράς.

Παραδείγματα

- Σύνδρομο Down
- Αυτισμός
- Σύνδρομο Fragile X

Πιθανές αιτίες

- Προγεννητική έκθεση
- Τραυματισμοί εγκεφάλου
- Γενετικές συνθήκες

Αόρατες Αναπηρίες



Αυτές μπορεί να μην είναι εμφανείς αμέσως, αλλά μπορεί να έχουν μεγάλο αντίκτυπο στη λειτουργικότητα ή την υγεία κάποιου.

Παραδείγματα

- Συνθήκες ψυχικής υγείας
- Αυτοάνοσες διαταραχές
- Χρόνιες ασθένειες

Πιθανές αιτίες

- Γενετικοί παράγοντες
- Περιβαλλοντικοί παράγοντες
- Ψυχολογικοί παράγοντες

A stack of three blue squares with rounded corners, slightly offset from each other, creating a layered effect. The top square is the most prominent.

ΕΝΟΤΗΤΑ 2

A large blue rounded rectangle with a thin white border and a slight drop shadow, serving as a background for the main title.

Ιστορίες και εμπειρίες

2.1 Προσωπικές ιστορίες και εμπειρίες

Άσκηση:

Παρακολουθήστε ένα από τα δύο συνδεδεμένα βίντεο και απαντήστε στις 5 ερωτήσεις προβληματισμού που παρέχονται παρακάτω. Σημειώστε τις απαντήσεις σας. Μπορείτε να έχετε πρόσβαση στα βίντεο κάνοντας κλικ στα γραφικά που παρατίθενται το ένα δίπλα στο άλλο.

Ερωτήσεις:

1. Ποιες πτυχές του βίντεο σας άρεσαν περισσότερο; Γιατί;
1. Πώς οι προσωπικές ιστορίες και οι συμβουλές των ατόμων προκάλεσαν ή άλλαξαν τις προκαταλήψεις σας σχετικά με τις αναπηρίες;
1. Πώς θα μπορούσαν οι εμπειρίες και οι συμβουλές που μοιράζονται τα άτομα στο βίντεο να επηρεάσουν τον τρόπο με τον οποίο προσεγγίζετε τη συμμετοχικότητα και την προσβασιμότητα στην κοινότητα ή στον εργασιακό σας χώρο;
1. Ποια μέτρα μπορείτε να λάβετε εσείς προσωπικά για να προωθήσετε μια κοινωνία που θα είναι πιο περιεκτική και αποδεκτή, με βάση τις γνώσεις που αποκομίσατε από το βίντεο;
1. Φανταστείτε ότι είχατε την ευκαιρία να μοιραστείτε τις δικές σας συμβουλές και εμπειρίες. Ποιο μήνυμα ή ποια συμβουλή θα θέλατε να μεταφέρετε στους άλλους με βάση όσα μάθατε από το βίντεο;



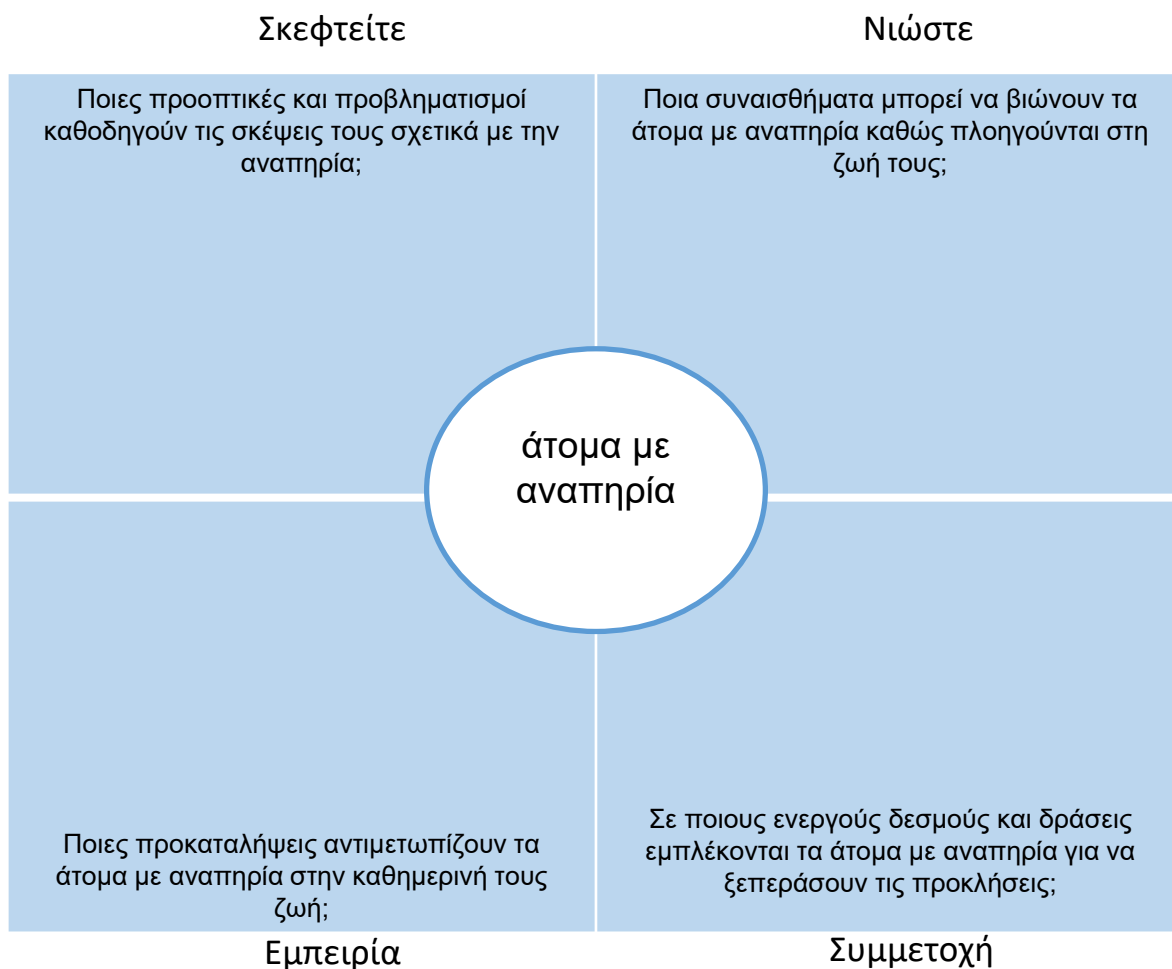
Βίντεο 1



Βίντεο 2



2.2 Επιπτώσεις των αναπηριών



Άσκηση: Χάρτης ενσυναίσθησης

Δίπλα, υπάρχει ένας λεγόμενος "Χάρτης Ενσυναίσθησης".

Οδηγίες: Σκεφτείτε και απαντήστε στις ερωτήσεις σε καθένα από τα τεταρτημόρια. Για έμπνευση, μπορείτε να επιστρέψετε σε ένα από τα βίντεο της προηγούμενης άσκησης.

Μπορείτε να απαντήσετε στις ερωτήσεις με γενικό τρόπο ή σε σχέση με έναν συγκεκριμένο τύπο αναπηρίας.

Λάβετε υπόψη σας ότι υπάρχουν διάφορες μορφές αναπηρίας και ότι ορισμένες ερωτήσεις μπορεί να μην μπορούν να απαντηθούν σε κάθε περίπτωση.

Στόχος: Ο στόχος αυτής της άσκησης είναι να προωθήσει την ενσυναίσθηση και να ενισχύσει την κατανόηση των επιπτώσεων των αναπηριών.





ΜΟΝΑΔΑ 3



ΔΙΑΚΡΙΣΕΙΣ ΚΑΙ
ΣΤΙΓΜΑΤΙΣΜΌΣ

3.1. Ορισμοί και τύποι και διακρίσεις

Ορισμός

Σύμφωνα με τη Σύμβαση του ΟΗΕ για την δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία, των **ορίζονται ως "όσοι έχουν μακροχρόνια σωματική, ψυχική, διανοητικές ή αισθητηριακές αναπηρίες που σε αλληλεπίδραση με διάφορα εμπόδια μπορεί να εμποδίσει την πλήρη και αποτελεσματική ισότιμη συμμετοχή στην κοινωνία με άλλους"**.

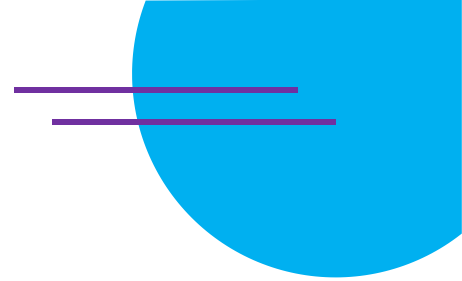
Βασικά στοιχεία

- Σε σύγκριση με τρία στα τέσσερα άτομα χωρίς αναπηρία, μόνο τα μισά άτομα με αναπηρία απασχολούνται σε εργασία.
- Σε σύγκριση με το 17,8% των ατόμων χωρίς αναπηρία, το 28,4% των ατόμων με αναπηρία κινδυνεύει από τη φτώχεια ή τον κοινωνικό αποκλεισμό.
- Σε σύγκριση με το 43,8% των ατόμων χωρίς αναπηρία, μόλις το 29,4% των ατόμων με αναπηρία ολοκληρώνουν ένα πτυχίο τριτοβάθμιας εκπαίδευσης.
- Το 52% των ατόμων με αναπηρία αναφέρει ότι βιώνει διακρίσεις.

(Επιτροπή της ΕΕ, n.d.)



3.1. Ορισμοί και τύποι και διακρίσεις



Άμεσες διακρίσεις

- Όταν κάποιος αντιμετωπίζεται λιγότερο ευνοϊκά από ό,τι κάποιος άλλος αντιμετωπίζεται, αντιμετωπίστηκε ή θα αντιμετωπιζόταν...
- ... σε μια περίπτωση που είναι παρόμοια με τη δική τους και
- ... η μεταχείριση αυτή οφείλεται στην αναπηρία τους

Έμμεσες διακρίσεις

- Όταν ένας φαινομενικά ουδέτερος κανόνας, κριτήριο ή πρακτική εφαρμόζεται σε μέλη μιας προστατευόμενης ομάδας (στην περίπτωσή μας: αναπηρία) και ...
- ... ο κανόνας, το κριτήριο ή η πρακτική θα έθετε σε μειονεκτική θέση αυτή την ομάδα περισσότερο από άλλους ανθρώπους
- ... ο κανόνας, το κριτήριο ή η πρακτική δεν δικαιολογείται αντικειμενικά

Παρενόχληση

- Ανεπιθύμητη συμπεριφορά που παραβιάζει οποιαδήποτε από τις προστατευόμενες κατηγορίες &
- ...που έχει ως σκοπό ή αποτέλεσμα την καλλιέργεια ενός περιβάλλοντος εκφοβιστικού, εχθρικού, ταπεινωτικού, ταπεινωτικού ή προσβλητικού.

Θυματοποίηση

Όταν κάποιος υποβάλλει καταγγελία για διακρίσεις, κινεί νομικές διαδικασίες εναντίον άλλου προσώπου ή βοηθάει άλλο πρόσωπο στην υποβολή καταγγελίας ή στην κίνηση νομικών διαδικασιών, υπόκειται σε δυσμενή θεραπεία.



3.1. Ορισμοί και τύποι και διακρίσεις

Άσκηση

Στην επόμενη διαφάνεια, θα βρείτε 4 σενάρια που παρουσιάζονται. Διαβάστε προσεκτικά τα σενάρια και μαντέψτε ποιος τύπος διάκρισης ισχύει σε κάθε σενάριο. Θα βρείτε τις απαντήσεις στην επόμενη διαφάνεια.



3.1. Ορισμοί και τύποι και διακρίσεις

Σενάριο Α

Ένας μαθητής με προβλήματα ακοής δέχεται συνεχώς υποτιμητικά σχόλια και χειρονομίες μίμησης από τους συμμαθητές του στην τάξη του. Παρά τις καταγγελίες του μαθητή στη διεύθυνση του σχολείου, η παρενόχληση συνεχίζεται, επηρεάζοντας την ψυχική του ευεξία και την εκπαιδευτική του εμπειρία.

Τι είδους διάκριση θα μπορούσε να είναι αυτή;

Σενάριο Β

Ο John, υποψήφιος με προσόντα για μια θέση γραφίστα, χρησιμοποιεί αναπηρικό αμαξίδιο λόγω κινητικής αναπηρίας. Υποβάλλει αίτηση για μια θέση εργασίας σε ένα στούντιο γραφιστικής. Κατά τη διάρκεια της συνέντευξης, ο υπεύθυνος προσλήψεων εκφράζει την ανησυχία του ότι το αναπηρικό αμαξίδιο του John μπορεί να μην χωράει μέσα από τις στενές πόρτες του γραφείου. Ως αποτέλεσμα, ο υπεύθυνος προσλήψεων αποφασίζει να μην προσλάβει τον John, θεωρώντας ότι το αναπηρικό του αμαξίδιο θα αποτελέσει εμπόδιο.

Τι είδους διάκριση θα μπορούσε να είναι αυτή;

Σενάριο Γ

Σενάριο: Στο πλαίσιο μιας πρωτοβουλίας για την εξοικονόμηση χαρτιού, ένα πανεπιστήμιο θέτει πολιτική σύμφωνα με την οποία όλο το υλικό των μαθημάτων πρέπει να παρέχεται μόνο σε ψηφιακή μορφή. Ενώ η πολιτική αυτή φαίνεται ουδέτερη, δημιουργεί εμπόδια για έναν φοιτητή με προβλήματα όρασης που βασίζεται σε έντυπο υλικό για προσβάσιμη ανάγνωση.

Τι είδους διάκριση θα μπορούσε να είναι αυτή;

Σενάριο Δ

Ένας εργαζόμενος με νοητική αναπηρία σε ένα εργοστάσιο παραγωγής ξεχωρίζει από έναν προϊστάμενο που κοροϊδεύει ανοιχτά την κατάσταση του εργαζομένου. Όταν ο εργαζόμενος υποβάλλει καταγγελία στο τμήμα ανθρώπινου δυναμικού, απειλείται με απώλεια της θέσης εργασίας του αν συνεχίσει την καταγγελία.

Τι είδους διάκριση θα μπορούσε να είναι αυτή;



3.1. Ορισμοί και τύποι και διακρίσεις

Σενάριο Α

Ένας μαθητής με προβλήματα ακοής δέχεται συνεχώς υποτιμητικά σχόλια και χειρονομίες μίμησης από τους συμμαθητές του στην τάξη του. Παρά τις καταγγελίες του μαθητή στη διεύθυνση του σχολείου, η παρενόχληση συνεχίζεται, επηρεάζοντας την ψυχική του ευεξία και την εκπαιδευτική του εμπειρία.

Τι είδους διάκριση θα μπορούσε να είναι αυτή;
ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Παρενόχληση

Σενάριο Β

Ο John, υποψήφιος με προσόντα για μια θέση γραφίστα, χρησιμοποιεί αναπηρικό αμαξίδιο λόγω κινητικής αναπηρίας. Υποβάλλει αίτηση για μια θέση εργασίας σε ένα στούντιο γραφιστικής. Κατά τη διάρκεια της συνέντευξης, ο υπεύθυνος προσλήψεων εκφράζει την ανησυχία του ότι το αναπηρικό αμαξίδιο του John μπορεί να μην χωράει μέσα από τις στενές πόρτες του γραφείου. Ως αποτέλεσμα, ο υπεύθυνος προσλήψεων αποφασίζει να μην προσλάβει τον John, θεωρώντας ότι το αναπηρικό του αμαξίδιο θα αποτελέσει εμπόδιο.

Τι είδους διάκριση θα μπορούσε να είναι αυτή;
ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Άμεσες Διακρίσεις

Σενάριο Γ

Σενάριο: Στο πλαίσιο μιας πρωτοβουλίας για την εξοικονόμηση χαρτιού, ένα πανεπιστήμιο θέτει πολιτική σύμφωνα με την οποία όλο το υλικό των μαθημάτων πρέπει να παρέχεται μόνο σε ψηφιακή μορφή. Ενώ η πολιτική αυτή φαίνεται ουδέτερη, δημιουργεί εμπόδια για έναν φοιτητή με προβλήματα όρασης που βασίζεται σε έντυπο υλικό για προσβάσιμη ανάγνωση.

Τι είδους διάκριση θα μπορούσε να είναι αυτή;
ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Έμμεσες Διακρίσεις

Σενάριο Δ

Ένας εργαζόμενος με νοητική αναπηρία σε ένα εργοστάσιο παραγωγής ξεχωρίζει από έναν προϊστάμενο που κοροϊδεύει ανοιχτά την κατάσταση του εργαζομένου. Όταν ο εργαζόμενος υποβάλλει καταγγελία στο τμήμα ανθρώπινου δυναμικού, απειλείται με απώλεια της θέσης εργασίας του αν συνεχίσει την καταγγελία.

Τι είδους διάκριση θα μπορούσε να είναι αυτή;
ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Θυματοποίηση



3.2. Επιπτώσεις του στιγματισμού

Ορισμός του στιγματισμού

„η πράξη της άδικης αντιμετώπισης κάποιου ή κάποιου πράγματος με τη δημόσια αποδοκιμασία του”

(Cambridge Dictionary, 2023)

Το στίγμα συχνά πηγάζει από στερεότυπα, παρανοήσεις και προκαταλήψεις, τα οποία μπορούν να οδηγήσουν σε αρνητικές στάσεις, προκαταλήψεις και συμπεριφορές διακρίσεων απέναντι στα άτομα που στιγματίζονται.

Επιπτώσεις στο πλαίσιο των αναπηριών

Στο πλαίσιο των αναπηριών, ο στιγματισμός μπορεί να αποκτήσει μοναδικά χαρακτηριστικά και προκλήσεις. Τα άτομα με αναπηρία μπορεί να βιώνουν το στίγμα λόγω των ορατών ή αόρατων βλαβών τους, οι οποίες μπορεί να περιλαμβάνουν σωματικές, αισθητηριακές, γνωστικές ή ψυχικές παθήσεις. Οι επιπτώσεις του στιγματισμού είναι βαθιές και μπορούν να εκδηλωθούν με διάφορους τρόπους.

Φανεροί και ανεπαίσθητοι τύποι στιγματισμού

Ο στιγματισμός μπορεί να εκδηλωθεί τόσο με **εμφανείς όσο** και με **ανεπαίσθητες** μορφές. Ο **φανερός στιγματισμός** περιλαμβάνει ρητές πράξεις διάκρισης, όπως οι **χαρακτηρισμοί, ο αποκλεισμός ή η άρνηση ευκαιριών** με βάση την αναπηρία. Ο **ανεπαίσθητος στιγματισμός**, από την άλλη πλευρά, συχνά περνά απαρατήρητος, αλλά μπορεί να είναι εξίσου επιβλαβής. Περιλαμβάνει **μικροεπιθέσεις, συγκαταβατικές συμπεριφορές** ή τη διαιώνιση επιβλαβών στερεοτύπων. Ο **ανεπαίσθητος στιγματισμός** μπορεί να είναι ύπουλος, καθώς μπορεί να είναι ακούσιος και ανεπαίσθητος, ωστόσο έχει σημαντικό αντίκτυπο στην ευημερία και την αυτοεκτίμηση των ατόμων.



Για επεξήγηση των όρων και περισσότερες πληροφορίες:



3.2. Επιπτώσεις του στιγματισμού

Πώς μπορεί να εμφανιστεί το στίγμα της αναπηρίας;



3.3 Αντιμετώπιση Στιγματισμού

Παρακάτω και στην επόμενη διαφάνεια , παρουσιάζονται διάφορες μέθοδοι που χρησιμοποιούνται ήδη από διάφορες οργανώσεις για την αντιμετώπιση του στιγματισμού.

Μέθοδος: Αυτοβοήθεια

- Ομάδες αυτοβοήθειας
- Ομάδες συνομηλίκων
- Ομάδες κατάρτισης
- Υποστήριξη γονέων

Στόχος/Στόχος:

Καταπολέμηση του στίγματος με την παροχή πληροφοριών και βοήθειας σε άτομα με αναπηρία και σε γονείς παιδιών με αναπηρία.

Επιπτώσεις:

Διάλυση παρανοήσεων, όπως η πεποίθηση ότι τα άτομα με αναπηρία δεν μπορούν ποτέ να επιτύχουν οικονομική ανεξαρτησία. Αντίθετα, εμπνέουν νέα ελπίδα και αυτοπεποίθηση στα άτομα με αναπηρία και τις οικογένειές τους.

Μέθοδος: Συμμαχίες

Συμπεριληπτικά Έργα αυτοφροντίδας και αυτοβοήθειας

Στόχος/Στόχος:

Στόχος αυτών των έργων είναι η καταπολέμηση του στίγματος και η προώθηση της κοινωνικής ένταξης. Φέρνοντας σε επαφή άτομα με διαφορετικούς τύπους αναπηρίας, καθώς και άτομα που θεωρούνται ευάλωτα, τα έργα στοχεύουν να βοηθήσουν τους ανθρώπους να ξεπεράσουν το αυτό-στίγμα και να ενισχύσουν την αλληλεγγύη εντός των κοινοτήτων.

Επιπτώσεις:

Ο αντίκτυπος αυτών των πρωτοβουλιών περιλαμβάνει τη μείωση του στίγματος, την αύξηση της αυτοπεποίθησης των ατόμων που επηρεάζονται, τη βελτίωση της ευαισθητοποίησης και τις θετικές αλλαγές στην εκπαιδευτική υποστήριξη των ατόμων με αναπηρία, οδηγώντας τελικά σε μεγαλύτερη ένταξη και σεβασμό στην κοινωνία.

Μέθοδος: Εκπαίδευση προσωπικού

Εκπαίδευση του προσωπικού των οργανισμών σε θέματα αναπηρίας

Στόχος/Στόχος:

Προώθηση της κατανόησης του κοινωνικού μοντέλου της αναπηρίας και καθιέρωση της ένταξης ως αποδεκτής αναπτυξιακής πρακτικής (mainstreaming).

Επιπτώσεις:

Αύξηση των κινήτρων του προσωπικού να επιδιώκει ενεργά την ένταξη της αναπηρίας στην εργασία του, γεγονός που υποδηλώνει θετικό αντίκτυπο στην οργανωτική κουλτούρα και τις πρακτικές.

3.3 Αντιμετώπιση του στιγματισμού

Μέθοδος: Μέθοδος: Εκπαίδευση δεξιοτήτων

Κατάρτιση για άτομα με αναπηρία

Στόχος/Στόχος:

Καταπολέμηση του στίγματος. Αυτό επιτυγχάνεται με την παροχή κατάρτισης σε νεαρά άτομα με αναπηρία, μετασχηματίζοντας έτσι τις αυτοστιγματίζουσες στάσεις των νέων και αντιμετωπίζοντας τις αρνητικές κοινωνικές στάσεις στην ευρύτερη κοινότητα.

Επιπτώσεις:

- Μείωση του στίγματος
- αλλαγή της στάσης των νέων με αναπηρία
- αμφισβήτηση των αρνητικών κοινωνικών αντιλήψεων μέσω της επίδειξης των δεξιοτήτων και των ικανοτήτων των ατόμων αυτών

Μέθοδος: Ευρύτερη ευαισθητοποίηση

Εκστρατείες ευαισθητοποίησης για την αναπηρία

Στόχος/Στόχος:

Στόχος των εκστρατειών ευαισθητοποίησης για την αναπηρία είναι να επιφέρουν αλλαγές στις αντιλήψεις και τις γνώσεις σχετικά με την αναπηρία.

Επιπτώσεις:

Ως αποτέλεσμα αυτών των εκστρατειών, οι γονείς που προηγουμένως απέκρυπταν τις αναπηρίες των παιδιών τους άρχισαν να τις αναγνωρίζουν ανοιχτά και τα περιστατικά κακοποίησης και διακρίσεων σε βάρος των παιδιών με αναπηρίες μειώθηκαν. Αυτό αποδεικνύει πώς οι εκστρατείες ευαισθητοποίησης μπορούν να οδηγήσουν σε καλύτερη αποδοχή και υποστήριξη των ατόμων με αναπηρία στις κοινότητές τους.

Θέλετε να μάθετε περισσότερα για τον στιγματισμό και την αναπηρία;

CLICK HERE





ΕΝΟΤΗΤΑ 4



ΠΡΟΨΘΗΣΗ ΤΗΣ
ΣΥΜΜΕΤΟΧΙΚΟΤΗΤΑΣ

4.1. Ευαισθητοποίηση

Γιατί να υπάρξει ευαισθητοποίηση;

Η ευαισθητοποίηση για την αναπηρία διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στην καθιέρωση της ένταξης των ατόμων με αναπηρία. Συχνά η δυσφορία της αλληλεπίδρασης με τα άτομα με αναπηρία προέρχεται από την **έλλειψη γνώσης**, τις **αβεβαιότητες** και τα **στερεότυπα** που επηρεάζουν τις στάσεις και τις αντιλήψεις των ανθρώπων

Ως εκ τούτου, η ευαισθητοποίηση σχετικά με αυτό το σημαντικό θέμα είναι ζωτικής σημασίας για την **αντιμετώπιση των στερεοτύπων**. Η ευαισθητοποίηση σχετικά με τις αναπηρίες μπορεί να λειτουργήσει ως **καταλύτης για θετικές αλλαγές**, καθώς συμβάλλει στην αντιμετώπιση **παρανοήσεων, προκαταλήψεων και παραπληροφόρησης**.



4.2. Στρατηγικές ευαισθητοποίησης

Εξετάστε τους πόρους σας



- Σκεφτείτε τους πόρους και το πεδίο δράσης σας: Εξετάστε και αντιμετωπίστε τις ποικίλες αναπηρίες, εφαρμόστε μέτρα προσβασιμότητας και εντοπίστε και γεφυρώστε τα κενά πόρων για τη συμμετοχικότητα στον τομέα δράσης σας.
- Αυτό θα μπορούσε να είναι: οργάνωση εκδηλώσεων, συμμετοχή ή οργάνωση εκπαιδευτικών εκστρατειών, αξιοποίηση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης.

Κατάλληλο μοντέλο συμπεριφοράς



- Ανοίξτε τα μάτια σας για τον πιθανό κοινωνικό αποκλεισμό στον οργανισμό, το σχολείο, την περιοχή σας
- Αντισταθείτε κατά της κακομεταχείρισης και του εκφοβισμού, εάν γίνετε μάρτυρες
- Ενημερωθείτε και χρησιμοποιήστε ευαίσθητη γλώσσα κ.λπ.

Αναζητήστε πρότυπα στην κοινότητά σας



- Εξερευνήστε πραγματικά παραδείγματα ευαισθητοποίησης για την αναπηρία πέρα από τον δικό σας οργανισμό
- Συνεργαστείτε με ομοϊδεάτες & οργανισμούς
- συνεργάζονται σε έργα, εκστρατείες, εκδηλώσεις, ... για την προώθηση της ευαισθητοποίησης για την αναπηρία

Πέρα από την ευαισθητοποίηση



- Προχωρήστε πέρα από το να είστε απλώς ενήμεροι: εργαστείτε ενεργά για να γίνετε αποδεκτοί και συμπεριληπτική.
- Ενεργή ενθάρρυνση πολιτικών και πρακτικών χωρίς αποκλεισμούς στην κοινότητα για την προώθηση μιας συμπεριληπτικής κοινωνίας.

Μετατρέψτε τις ιδέες σε δράση



- Έχετε κάποια ιδέα για την προώθηση της συμμετοχικότητας και της ευαισθητοποίησης σε θέματα διαφορετικότητας;
- Κάντε ενεργά βήματα για να μεταφράσετε το όραμά σας σε ουσιαστικό, πραγματικό αντίκτυπο!

Θέλετε να μάθετε περισσότερα για την ευαισθητοποίηση;

[CLICK HERE](#) 

[CLICK HERE](#)

4.3. Συμπεριλπτική επικοινωνία

Συμπεριλπτική Επικοινωνία - Τι σημαίνει αυτό;

- **Πέρα από τη διαφορετικότητα:** Πρόκειται για τη δημιουργία ενός περιβάλλοντος όπου ο καθένας, ανεξάρτητα από τις ικανότητές του, αισθάνεται ευπρόσδεκτος, σεβαστός και πολύτιμος.
- **Ίσες ευκαιρίες:** Εξασφαλίζει ότι τα άτομα με αναπηρία δεν βρίσκονται σε μειονεκτική θέση και ενθαρρύνει την παροχή ίσων ευκαιριών σε όλους για ουσιαστική συμμετοχή στον εργασιακό χώρο.
- **Η δύναμη των λέξεων:** Η συμπεριληπτική επικοινωνία αναγνωρίζει ότι οι λέξεις και το στυλ επικοινωνίας που χρησιμοποιούνται μπορούν να επηρεάσουν σημαντικά τον τρόπο με τον οποίο τα άτομα με αναπηρία αισθάνονται ότι συμπεριλαμβάνονται και εκτιμώνται.
- **Διαμόρφωση της συμμετοχικότητας:** Η προφορική και γραπτή επικοινωνία παίζουν κρίσιμο ρόλο στη διαμόρφωση της αίσθησης της ένταξης ενός ατόμου στον εργασιακό χώρο, ιδιαίτερα για τα άτομα με αναπηρία.



Θέλετε να μάθετε περισσότερα
για την επικοινωνία χωρίς
αποί

[CLICK HERE](#)

4.4. Συμπεριλπτική Επικοινωνία - 3 αρχές

Ενσυναίσθηση

- Να ξέρετε ότι η ένταξη είναι μια συνεχής άσκηση
- Αντίθετα, αποφύγετε να αντιμετωπίζετε την ένταξη ως μια λίστα ελέγχου που πρέπει να συμπληρώσετε:
- Συνδεθείτε με ενσυναίσθηση με το κοινό σας και κατανοήστε τις εμπειρίες του.
- Εξετάστε πώς η γλώσσα και η επικοινωνία επηρεάζουν τον τρόπο με τον οποίο τα άτομα απορροφούν τις μηνύματα.

Κουλτούρα

- Η επικοινωνία είναι μόνο μια πτυχή της κουλτούρας.
- Συνεργαστείτε με τον οργανισμό σας για να οικοδομήσετε μια συμπεριλπτική κουλτούρα από τα κάτω προς τα πάνω.
- Ενδυνάμωση κοινοτικών ομάδων, όπως οι ομάδες πόρων εργαζομένων.
- Αναζητήστε τις εμπειρίες τους, ακούστε και ενσωματώστε τις ιστορίες τους στην επίσημη επικοινωνία.
- Αυτή η προσέγγιση προσδίδει αυθεντικότητα στις επικοινωνιακές σας προσπάθειες.

Ενδυνάμωση

- Βοηθήστε τα άτομα να δημιουργήσουν υποστηρικτικά δίκτυα και να συνδεθούν με ομάδες υποστήριξης ομοτίμων ή οργανώσεις υπεράσπισης
- Ενθαρρύνετε τα άτομα να αναλάβουν ηγετικούς ρόλους και να μοιραστούν τις εμπειρίες τους, προωθώντας την ενσωμάτωση από θέσεις επιρροής.
- Διδάξτε δεξιότητες αυτοσυνηγορίας, ενδυναμώνοντας τα άτομα να εκφράζουν τις ανάγκες τους και να υπερασπίζονται την προσβασιμότητα.

4.4. Άσκηση αναστοχασμού

Άσκηση:

Παρακάτω θα βρείτε ορισμένες ερωτήσεις προβληματισμού σχετικά με το περιεχόμενο αυτής της ενότητας. Σκεφτείτε τις ερωτήσεις και απαντήστε τις γραπτώς στο ημερολόγιό σας.

Ερωτήσεις:

- Πώς αυτή η ενότητα σας εμβάθυνε στην κατανόηση της συμμετοχικότητας και της σημασίας της στην εργασία με άτομα με αναπηρία;
- Ποιες συγκεκριμένες δράσεις ή αλλαγές στην επικοινωνία μπορείτε να εφαρμόσετε για να προωθήσετε τη συμμετοχικότητα στην εργασία ή την κοινότητά σας;
- Είχατε κάποια προσωπική συνειδητοποίηση ή αλλαγή προοπτικής ως αποτέλεσμα αυτής της ενότητας; Αν ναι, ποιες είναι αυτές;
- Ποιες προκλήσεις αναμένετε στην προώθηση της συμμετοχικότητας και πώς μπορείτε να τις αντιμετωπίσετε;



Σύνοψη



Τώρα που ολοκληρώσατε αυτή την ενότητα, θα πρέπει να είστε σε θέση να:

- Ορίζετε την αναπηρίας σε γενικές γραμμές, καλύπτοντας διάφορους τύπους αναπηρίας.
- Αναγνωρίσετε τη σημασία της συμπεριλιπτικής επικοινωνίας.
- Κατανοήσετε τον αντίκτυπο του στιγματισμού στα άτομα με αναπηρία.
- Αναγνωρίσετε το ρόλο της ενδυνάμωσης στην προώθηση της συμμετοχικότητας και εφαρμόστε στρατηγικές για την επικοινωνία χωρίς αποκλεισμούς.



Κατάλογος παραπομπών



Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (ΠΟΥ). (2021). Αναπηρία. Ανακτήθηκε από <https://www.who.int/topics/disabilities/en/>.

Γραφείο Αναπτυξιακής Πρωτοβάθμιας Φροντίδας. (2018) Ανακτήθηκε από: <https://odpc.ucsf.edu/clinical/patient-centered-care/medical-and-social-models-of-disability>

Enableme.(n.d.) Ανακτήθηκε από: <https://www.enableme.ke/en/article/main-types-of-disabilities-and-their-causes-1528>

Leaf Complex Care (n.d.). Ανακτήθηκε από: <https://leafcare.co.uk/blog/physical-disability/#:~:text=A%20person%20may%20develop%20a,like%20dementia%20and%20a%20stroke.>

Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (ΠΟΥ). (2023). Ανακτήθηκε από: <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/disability-and-health>

Inclusivitymaker (n.d). Ανακτήθηκε από: <https://www.inclusivitymaker.com/disabled-people-in-the-world-in-2021-facts-and-figures/>

Ευρωπαϊκή Επιτροπή (n.d.) Ανακτήθηκε από: <https://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=1137>

Ακαδημία Ευρωπαϊκού Δικαίου (n.d.) Ανακτήθηκε από: https://www.era-comm.eu/anti-discrimination_learning/module2_1.html#zwei
Bond. (2017) Ανακτήθηκε από: https://www.bond.org.uk/wp-content/uploads/2022/03/stigma_disability_and_development.pdf

Πανεπιστήμιο της Ουάσινγκτον. (2016). Το στίγμα της αναπηρίας και οι ασθενείς σας [ενημερωτικό δελτίο]. Σειρά ενημερωτικών δελτίων για την καλή γήρανση με σωματική αναπηρία. Healthy Aging & Physical Disability RRTC, Ανακτήθηκε από: <http://agerrtc.washington.edu>

AgrAbility (2021). Ανακτήθηκε από: <http://www.agrability.org/bridging-horizons-50-project-ideas/>

Future Farmers of America (2021). Ανακτήθηκε από: <https://www.ffa.org/the-feed/5-ways-to-raise-disability-awareness/>

Medium (2019). Ανακτήθηκε από: <https://medium.com/sarah-cordivano/inclusive-communication-three-principles-cb8dbb6361cd>

Ακαδημία για την καινοτομία του HR (2023). Ανακτήθηκε από: <https://www.aihr.com/blog/inclusive-communication/#what-is>





Co-funded by
the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του ΟeAD-GmbH. Η Ευρωπαϊκή Ένωση και η χρηματοδοτούσα αρχή δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.



Erasmus+

**Σας ευχαριστώ
για την προσοχή
σας!**