Co-funded by
the European Union

جيد للغاية
- دليل إرشادي

Tukena
UUDISTUVA VAMMAISTYÖ

جيد للغاية
- دليل إرشادي

يُظهر دليل "جيد للغاية" وجهة نظر الأشخاص الذين يحتاجون إلى الدعم حول كيفية الحديث عن الاحتياجات الخاصة والإعاقة. الاحتياج إلى الدعم هو أمر فردي دائمًا. قد يرتبط الاحتياج إلى الدعم، على سبيل المثال، بالتعلّم والفهم، أو بالحواس، أو بالقدرة الجسدية على الأداء.

يهدف هذا الدليل إلى زيادة المعرفة وتشجيع الناس على التحدث عن الاحتياج إلى الدعم، والمساواة، وكذلك عن الأحكام المسبقة.

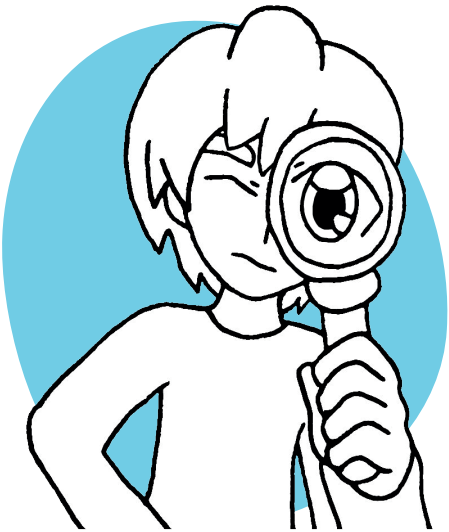
نوصي كل شخص بالغ بالاطلاع على هذا الدليل. هذا الدليل يمكن أن يستخدمه، على سبيل المثال، المعلمين وكذلك العاملين في مجال الخدمات الاجتماعية والصحية. هذا الدليل مفيد أيضًا في أماكن العمل التي يعمل فيها أشخاص يحتاجون إلى الدعم. يمكن أيضًا استخدام محتوى هذا الدليل كدعم في النقاشات مع الأطفال.

تم إعداد محتوى هذا الدليل بالتعاون مع أشخاص يحتاجون إلى الدعم.
ويمثل هذا الدليل وجهة نظر الأشخاص الذين شاركوا في إعداده بشأن المواضيع التي يتناولها.

مؤسسة توكينا (Tukena)
مشروع العمل المتجدد والمتنوع في مجال الإعاقة في منطقة أوسيما، 2025

الرسوم التوضيحية:
Vili Ohra-aho, 2025

الطباعة:
PK-Paino Oy



المحتوى

أنا أكثر من مجرد شخص لديه إعاقة، فالاحتياج إلى الدعم ليس إلا جزءًا مني 4

هناك العديد من الكلمات، فاستعمل هذه إن أمكن 5

التحدث عن الاحتياج إلى الدعم 6

كيف تسأل عن الاحتياج إلى الدعم؟ 7

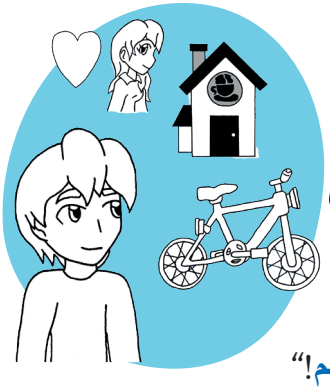
المساواة هي واجب 8

خالٍ من الأحكام المسبقة أم مليء بها؟ 9

الخلاصة 10

يتناول هذا الدليل الأشخاص الذين لديهم احتياجات دعم .يمكن أن يشير مصطلح "شخص يحتاج إلى الدعم" مثلًا إلى أشخاص لديهم إعاقة ذهنية، أو سمات نفسية عصبية، أو تحديات أخرى تتعلق بالتعلم والفهم.

لا يركّز هذا الدليل على التشخيصات الفردية، ولا يقدّم وصفًا شاملًا لكل أنواع الإعاقات المختلفة.



أنا أكثر من مجرد شخص لديه إعاقة، فالاحتياج إلى الدعم ليس إلا جزءًا مني

"ظاهريًا، لا يمكنك معرفة الكثير عن الأشخاص. **تعرّف عليّهم**!"

جميع الناس مختلفون، وكل شخص هو فرد مميز.
لكل إنسان أدوار وصفات واهتمامات متعددة. حياة الشخص الذي يحتاج إلى الدعم مليئة أيضًا بالكثير من الأمور، مثل العمل، والهوايات، والعلاقات الاجتماعية.

الأشخاص الذين لديهم نفس التشخيص قد تكون لديهم احتياجات دعم مختلفة جدًا. لا يمكننا أن نعرف الكثير عن الشخص فقط من خلال تشخيصه أو مظهره الخارجي.

قبل كل شيء: انظر إلى الشخص
الحاجة إلى الدعم في بعض الجوانب لا تعني بالضرورة أن الشخص يحتاج إلى الدعم في كل شيء، ولا أن تكون حياته كلها مرتبطة بذلك. فالأشخاص الذين يحتاجون إلى الدعم في حياتهم اليومية لديهم أيضًا قدر كبير من المهارات ونقاط القوة.

أمثلة على الدعم
- **التعليمات:** تقديم إرشادات واضحة، خطوة إرشادية واحدة في كل مرة، استخدام تعليمات مصورة، وكتابة النص بخط واضح.
- **إدارة الوقت:** منح وقت كافٍ لإنجاز المهام، توفير تذكيرات لمواعيد الذهاب إلى العمل وأوقات الاستراحة ومراعاة فهم الشخص للساعة (التناظرية والرقمية).
- **القدرة على التحمل في العمل:** ضمان فترات استراحة كافية وتحديد المهام بوضوح.
- **مراعاة الحواس:** استخدام السماعات لتعزيز التركيز، وضبط الإضاءة وفقًا للاحتياجات الفردية.

هناك العديد من الكلمات، فاستعمل هذه إن أمكن

"**أولاً عامل**، وثانيًا شخص يحتاج إلى الدعم"

كقاعدة عامة، من اللياقة الأدبية أن نشير إلى الأشخاص بأسمائهم. يعتبر مصطلح **"شخص يحتاج إلى الدعم"** مصطلحًا محايدًا ووصفيًا، حيث يوضح أن لدى الشخص بعض الجوانب التي يحتاج فيها إلى الدعم.

يمكن أن يُعتبر مصطلح **"شخص يحتاج إلى دعم خاص"** تأكيدًا على تميز وتفرد كل فرد. من ناحية أخرى، لا ينبغي اعتبار الحاجة إلى الدعم أمرًا استثنائيًا. كل واحد منا يحتاج إلى الدعم في بعض المواقف في الحياة اليومية. للجميع الحق في الحصول على الدعم المناسب لاحتياجاتهم.

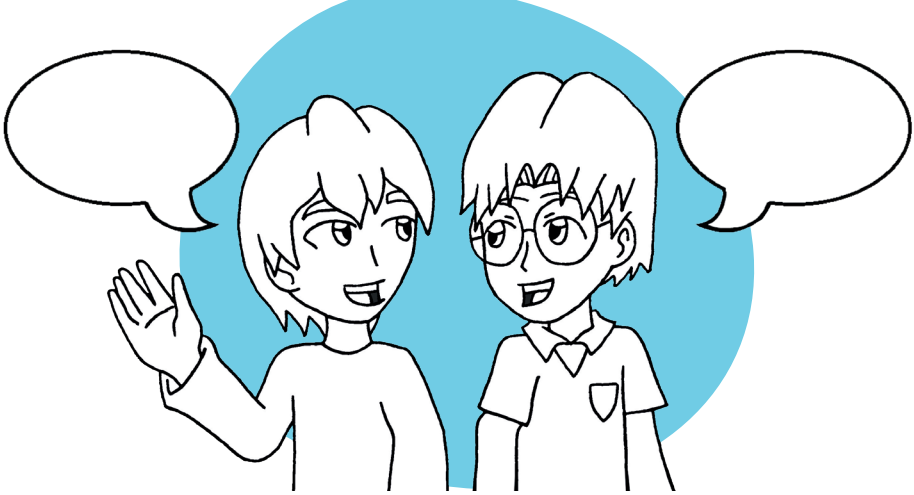
قد تكون كلمة معاق مؤذية.
قد تكون مصطلحات "معاق" أو "ذو إعاقة ذهنية" مصطلحات تحمل وصمة عار. لقد تم استخدام هذه الكلمات في مجتمعنا بشكل خاطئ وككلمات مهينة، ولذلك قد تُعتبر هذه الكلمات غير لائقة ومسيئة.

إذا لم تكن متأكدًا من الكلمة التي يمكنك استخدامها، يمكنك دائمًا سؤال الشخص نفسه. قد تُعتبر كلمة "معاق" مؤذية، لكن في بعض الحالات قد يكون من الضروري استخدامها مثلا عند الحديث عن الخدمات المقدمة بموجب قانون دعم الأشخاص ذوي الإعاقة.

"يزعجني أن تُستخدم كلمة معاق كإهانة. الناس لا يدركون معناها الحقيقي. لو تم استخدامها بشكل صحيح لما كانت هناك مشكلة، لكن المجتمع يسيء استخدامها."

نادراً ما تكون هناك حالات تستدعي الحديث بمصطلحات مثل "شخص معاق"، أو "شخص ذو إعاقة ذهنية"، أو "شخص يحتاج إلى دعم"، أو "شخص يحتاج إلى دعم خاص"

تقريبًا في كل الأوقات، يمكن التحدث عن الشخص باسمه أو استخدام مصطلحات لا تحدد الشخص من خلال الإعاقة أو الحاجة إلى الدعم. من بين هذه المصطلحات: المشارك، الشاب، الطالب، أو العامل.



التحدث عن الاحتياج إلى الدعم

"**أنا خائف من الأحكام المسبقة والتنمر المحتمل** إذا تحدثت عن احتياجاتي للدعم."

قد يكون الموضوع غريبًا عليك، وربما لا تعرف كيف يمكنك التحدث عن الحاجة إلى الدعم.

أنت لست الوحيد بالتأكيد. إذا كان الحديث عن الحاجة إلى الدعم أو مقابلة الأشخاص الذين يحتاجون إلى الدعم أمرًا جديدًا وغريبًا عليك، فقد يصاحب ذلك شعور بعدم اليقين عند السؤال والتحدث عن الحاجة إلى الدعم.

مع ذلك، قد يكون من المثير للقلق بالنسبة لشخص آخر التحدث عن حاجته للدعم، لذا يمكنك بدء الحديث وطرح الأسئلة. من المهم أن تكون مفتحا وتتحدث باحترام. لا تقلل من شأن الآخر، ولا تميز ضده، ولا تفترض أمورًا عنه. تصرّف بحياد وحاول أن تكون متفهّمًا. تأكد من أنك فهمت بشكل صحيح.

"جميعنا نذهب إلى النوم في المساء."

كل إنسان مختلف، ويجب احترام الاختلاف وتقديره. يمكننا جميعًا المساهمة في تطبيع التنوع من خلال مواقفنا وسلوكياتنا.

تعامل مع الحاجة إلى الدعم بشكل حيادي، ولكن لا تتجاهلها.

في معظم الأحيان، تكون الحاجة إلى الدعم جزءًا طبيعيًا من حياة الشخص اليومية.

كيف تسأل عن الاحتياج إلى الدعم؟

"يمكنك السؤال عن الحاجة إلى الدعم، لأنه ليس دائمًا من السهل البدء بالحديث عنها وإخبار الآخرين. **اسأل مباشرة، لكن بأدب.**"

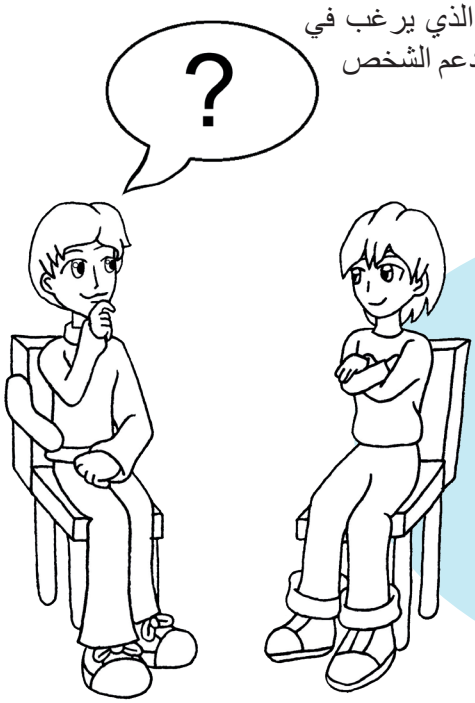
اسأل إذا لم تكن تعرف واستمع.
الحديث عن الحاجة إلى الدعم أمر شخصي، وقد يكون صعبًا .اسأل عن الموضوع باحترام وتقدير.

يفضل أن تسأل عن الموضوع على انفراد وفي جو هادئ. الشخص هو من يحدد بنفسه مقدار ما يرغب في مشاركته.

اسأل عن المهارات ونقاط القوة بدلاً من السؤال عن الأمور التي لا يستطيع الشخص القيام بها أو غير قادر عليها.

اسأل عن الأمور التي يحتاج فيها إلى الدعم، لا عن التشخيصات.

اطلب منه أن يخبرك عن نوع الإرشاد والدعم الذي يرغب في الحصول عليه. ناقشا معًا الوسائل التي يمكن أن تدعم الشخص بها على سبيل المثال في العمل.



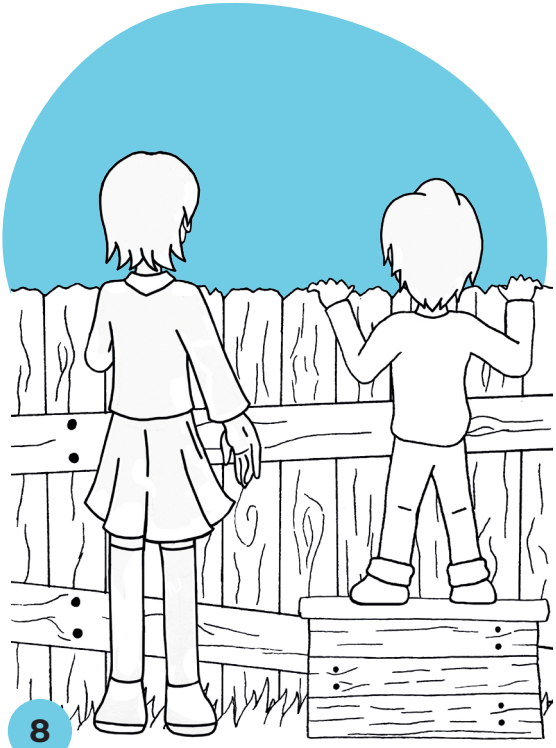
نصائح
- **اسأل واستمع** إلى رغبات الشخص.
- **تحدث مع الشخص نفسه**، وليس مع المساعد، على سبيل المثال.
- **إذا لم تفهم**، يمكنك طلب التكرار.
- **يمكنك أن تسأل:** "هل يمكنني مساعدتك؟"
- **فكر** فيما إذا كنت تسأل لأنك تحتاج إلى معلومات أم لأنك فضولي فقط.

المساواة هي واجب

جميع الناس متساوون.
ينص قانون المساواة والدستور على الالتزام بتعزيز المساواة وحظر التمييز في جميع مجالات الحياة، مثل سوق العمل، والتعليم، والخدمات، وجميع أنشطة المجتمع الأخرى. تؤكد القوانين أنه لا يجوز التمييز ضد أي شخص بسبب الإعاقة، أو العمر، أو العرق، أو الجنس، أو أي سبب آخر يتعلق بالشخص.

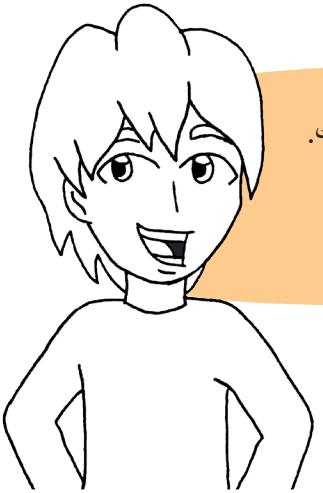
إن تعزيز المساواة هو واجب بموجب القانون. المساواة لا تعني إعطاء الجميع نفس الشيء بنفس القدر، بل تعني تقديم الدعم لكل شخص حسب حاجته وبشكل فردي.

تعزيز المساواة ومراعاة الاحتياجات الفردية لا ينقص من حقوق الآخرين. كما ذُكر سابقًا في هذا الدليل، كل شخص يحتاج إلى الدعم، ولكل فرد الحق في الحصول على الدعم المناسب حسب حاجته. سواء كان الأمر يتعلق بالحصول على أدوات مساعدة أو الدعم في المهارات الرقمية.



عندما تتحقق المساواة حقًا، فهي تعني مراعاة الاحتياجات الفردية. كما هو موضح في الصورة، الدعم الفردي، مثل الصندوق تحت الأرجل، يتيح رؤية متساوية عبر الجدار.

(وفقًا لقانون المساواة 2014/1325 والدستور الفنلندي 1999/731)



قد توجد أحكام مسبقة عند كل واحد منا، دون أن ندرك ذلك.

لا داعي للخوف من الأحكام المسبقة الخاصة بك، فدائمًا يمكنك تغيير موقفك تجاهها.

خالٍ من الأحكام المسبقة أم مَليء بها؟

"الناس يخافون من **الأشياء التي لا يعرفونها**."

الانحياز هو تصور مسبق عن مجموعة من الناس أو شخص معين. قد تستند الأحكام المسبقة، على سبيل المثال، إلى التعميمات والقوالب النمطية، أي التصورات المبسطة لمجموعة من الأشخاص.

من الطبيعي جدًا أن تكون لدينا أحكام مسبقة، ولا يجب أن نسعى لأن نكون خاليين تمامًا من هذه الأحكام. غالبًا ما تتكوّن الأحكام المسبقة عندما لا تكون لدينا خبرة أو معرفة كافية بالموضوع.

يمكن أن تؤثر الأحكام المسبقة على سلوك الناس وتؤدي إلى التمييز أو المعاملة غير العادلة. لهذا السبب من المهم التعرف والوعي بأحكامنا المسبقة.

نصائح

- تعامل مع الأمور بعقل منفتح
- انتبه إلى أفكارك وتعرّف على أي أحكام مسبقة محتملة لديك
- كن مهتمًا وتحدث. اسأل وابحث عن المعلومات حول الموضوع

الخلاصة

تم إعداد هذا الدليل الإرشادي بالتعاون مع الأشخاص الذين يحتاجون إلى الدعم. وقد تم إعداد محتوى الدليل في ورش عمل للتطوير المشترك. تم إعداد النصوص النهائية للدليل من قِبل موظفي مشروع العمل المتجدد والمتنوع في مجال الإعاقة في منطقة أوسيما، استنادًا إلى المعلومات التي تم الحصول عليها من ورش العمل للتطوير المشترك وقصص الأشخاص الذين يحتاجون إلى الدعم.

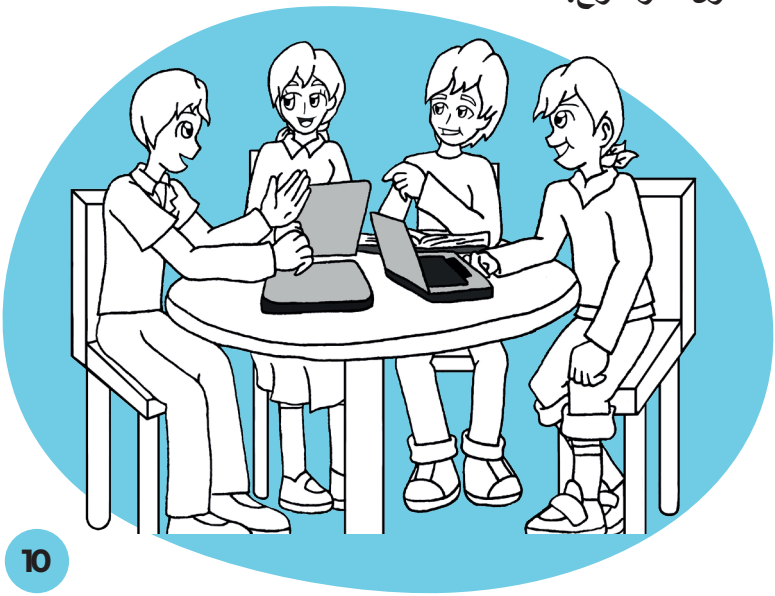
محتوى هذا الدليل هو رؤية الأشخاص الذين شاركوا في العمل، ولا يعكس بالضرورة وجهة نظر جميع الأشخاص الذين يحتاجون إلى الدعم. تم تسمية الدليل وتصميمه بواسطة الأشخاص الذين يحتاجون إلى الدعم. هذا الدليل تم إعداده بمشاركة أشخاص يحتاجون إلى الدعم، وبذلك تم التأكد من أن المحتوى يتوافق مع وجهات نظرهم.

"لا شيء عنا بدوننا"

شكرًا لجميع من شاركوا في إعداد هذا الدليل!

للمزيد من المعلومات حول الموضوع:

uvva.diak.fi
tukena.fi



يهدف مشروع العمل المتجدد والمتنوع في مجال الإعاقة في منطقة أوسيما (2023-2026) إلى زيادة جاذبية القطاع، وتعزيز الرضا الوظيفي، ورفع الوعي اللغوي والثقافي في بيئة العمل بوسائل متنوعة.

يعمل المشروع على تقليل الأحكام المسبقة المحتملة تجاه الإعاقة والعمل في مجال الإعاقة. تسعى أنشطة المشروع إلى زيادة الوعي بفرص العمل في مجال الإعاقة، خاصة بين الشباب والأشخاص ذوي الخلفيات المهاجرة.

الجهة الرئيسية المنفذة للمشروع هي جامعة دياكونيا للعلوم التطبيقية وشركاء التنفيذ هم مؤسسة توكينا، ديكونيسالايتوس (Diakonissalaitos)، برنامج ستب للتدريب(STEP-koulutus) ، ومعهد ديكونيا الفنلندي.

المشروع الممول جزئيًا من الاتحاد الأوروبي جارٍ في الفترة من 1.11.2023 إلى 31.10.2026.

Co-funded by
the European Union

Tukena

UUDISTUVA
VAMMAISTYÖ