

你我之間-與身心障礙者的相處之道

黑暗的世界，雪亮的心；

無聲的世界，傳達的心；

孤獨的世界，豐富的心；

守缺的世界，無垠的心；

折翼的世界，圓滿的心。

【黑暗之光----與視障朋友】

特徵：視覺障礙包括全盲和弱視兩種。全盲是指完全喪失視覺者，必須用點字來代替文字做為學習的工具，且行動受到較大的限制；而弱視是指尚存部份視力，但其視力有其相當限制，可藉助放大文字來學習，且行動力會因不同視障程度而有不同差異。

1.多體貼視障者的生活細節，例如：做他的眼睛、主動講解給他聽、一起去圖書館查資料、寫字放大一些、協助過馬路、吃飯時，告知菜色等。

2.看到弱視朋友時，請主動打招呼，並說出自己的名字，因為他無法在距離外或昏暗燈光下看清來者的面貌。

3.團體中，發言者應先說出自己的名字給視障者聽，重要的資料應放大字體供視障者使用。

4.一般人常用的方向指示詞，如：「這邊、那邊」，視障者不易領會，應改用肯定的方向指示詞，如：「前面、右邊」，方便視障者辨識。

5.一般人以點頭、搖頭、舉手、手勢等肢體語言做表達，視障者看不到，應採用口語指示或接觸性的溝通方式。

【無聲之語----與聽障朋友】

特徵：因先天、遺傳、疾病或意外，而使聽力受損。依受損程度可分為輕度、中度、重度及全聾四級，在語言學習上較有困難。一般而言常須藉由讀唇語或佩帶助聽器來溝通，有些也需利用筆談及手語來協助溝通。

1.說話的速度不要太快，也無須刻意放得太慢，不確定聽障者是否聽得清楚時，請再覆述一次。

2.說話時避免邊說邊笑、含口香糖、咬筆、用手支撐著臉頰等，那會使你的唇形不清楚。

3.說話時和聽障者面對面，慢慢說，對方或許可藉由你的臉部表情和唇形變化，知道你在說什麼。

4.運用語言要具有彈性，如果他不了解某一個單詞，可換用其他的說法，或用紙、筆寫給他們看。

5.聽障者習慣以視覺接受訊息或觀察，對其周圍事件的發生及判斷時有誤差。若你能主動將來龍去脈詳盡解說，會有助聽障者了解真相。

6.在一些場合，聽障者可能習慣保持沉默，但這並不代表他不想參與同學間的聚會或活動，可依情況採取主動邀請他們參加。

7.聽障者常聽不見自己的語言，有時他們已經盡了最大的努力，但可能還是說得不夠清楚，所以需以最大的耐心聽他們發言並多鼓勵他們說清楚。

【孤獨之言----與自閉症朋友】

特徵：是一種廣泛性發展障礙，使得在社會互動與人際溝通上有障礙，會有反覆、固定僵化的行為、興趣或活動。較難以發展同儕關係及依社會情境而調整行為，且會有強迫式的執著於個人特殊的常規儀式

或興趣。然而一些高功能自閉症者智商正常，亦在某方面有特殊表現。

1.自閉症患者經常利用肢體行動來反映情緒，所以與他相處，需先了解其動作、語言是什麼意思，並要有細心和耐心，了解他所想表達的意思。

2.因自閉症患者不愛理會人的特性，所以在相處上會感覺較困難，不過可用他喜歡的事物誘導去接觸，以吸引他與人交往或學習新事物。

3.一般人總以為自閉症患者無感情、沒反應，但相處時日，你會發現他們天真、單純、敏感，也與人相交。真誠的待他，將贏得他的注意及信賴。

【守缺之志----與腦性麻痺朋友】

特徵：造成腦性麻痺的主要是出生前後，大腦缺氧或受傷，破壞了中樞神經系統所致，因而形成運動功能的障礙。除了運動功能障礙外，還常常伴隨著語言、視力、聽力、智力、感覺、認知、行為、學習等一種或一種以上的障礙。腦性麻痺者因為常會在語言上出現障礙，使得他在溝通上面臨困難，一般人也因此誤以為他是智障者。其實，除

非大腦的智力部份受損，否則腦性麻痺者的智力仍是正常的。

1. 耐心聽完腦性麻痺者要說的話，不要中途插嘴替他說，聽不懂

時，再請他說一次，不要亂猜他的意思。

2. 勿用責罵、命令的語氣，要求腦性麻痺者完成他無法做到的動

作。

3. 體諒腦性麻痺者說話速度慢、斷句較不明顯、發音較不清楚，仔

細的聽完，不要催他。

4. 與腦性麻痺者談話至一段時，可以馬上把所聽到、理解到的意

思，回饋給他，確認其所表達的意思和感受。

5. 因運動功能障礙而引起不自主抽搐的行為動作，是腦性麻痺者的

特質，請予以尊重，並主動協助其行動上的不便。

【折翼之行----與肢障朋友】

特徵：疾病和意外是造成肢體障礙的主要原因。疾病會造成小兒麻痺、腦性麻痺、肌肉萎縮等；意外則導致四肢缺損，若不幸損傷到脊髓，會造成各種程度的癱瘓。其實肢體障礙者只是身體行動能力不如一般人，除此之外，他們的智力及工作能力都和一般人一樣可以充分

表現的。

1.以平常心面對，無須假裝看不到或刻意迴避，去認識肢障者或誠意的與他討論他的限制及他的專長，因這是因人而異的。

2.細心的觀察，若他是因行動不便而限制了活動空間，試試自己的魅力，逐漸的帶領他擴大活動空間。

3.上下樓梯時，將設有扶手的那邊空出來，讓肢障者可以抓握扶手，或讓他扶著你的手行走。

4.承認並尊重肢障者對障礙的感受，讓其了解肢體障礙只是一種個別差異，並不讓人絕得害怕或羞恥。

5.凡事體諒、設身處地，能更拉近你們的距離。

參考資料：

1. 伊甸社會福利基金彙編著（民 84）：如何與殘障朋友相處，雅歌出版。
2. 中原大學學生輔導中心資源教室（民 88）：看我，懂我，中原大學學生輔導中心。
3. 中原大學學生輔導中心資源教室（民 88）：聽你，聽我，中原大學學生輔導中心。
4. 國立中央大學諮商輔導中心：身心障礙資源藏寶圖，國立中央大學諮商輔導中心出版。