

# РЕКОМЕНДАЦИИ ПО СОПРОВОЖДЕНИЮ НЕЗРЯЧИХ И СЛАБОВИДЯЩИХ ЛЮДЕЙ



**Методические рекомендации подготовлены  
Гомельской областной организацией ОО «Бел ТИЗ»**

*Если судьба столкнет Вас с незрячим человеком, знайте, что это такой же человек, как и Вы, что он живет с Вами в одном мире и обладает*

*теми же чувствами, мыслями и ценностями.*

*Общаясь с незрячими, не показывайте жалости, которая их раздражает, не спешите выразить свое соболезнование, сентиментальное сочувствие.*

*Ведите себя ровно, спокойно и доброжелательно, но будьте готовы оказать помощь и проявить заботу.*



**М**ногим людям сопровождение незрячего человека представляется простым делом: достаточно взять его под руку и идти не спеша. Однако те, кто пробовал хотя бы один раз сопровождать незрячего, понимают, что такой процесс требует специальных знаний и профессиональных навыков. Умелое сопровождение обеспечивает не только безопасность передвижения, но и позволяет незрячему чувствовать себя более уверенно, защищенно.

### ► **Общие правила**

Ни в коем случае не позволяйте себе опаздывать на встречу с человеком, которого будете сопровождать. Незрячие особенно остро переживают по этому поводу. Придите на 10 минут раньше. При встрече с незрячим человеком всегда называйте себя, а при общении представляйте других собеседников, а также остальных присутствующих.

Если Вы пришли к незрячему человеку домой, чтобы сопроводить его куда-либо, мы не рекомендуем заходить в квартиру, а тем более проходить в комнату — лучше ожидать на лестничной площадке или на улице, сообщив предварительно о том, что Вы пришли.

Вам знакома ситуация, когда Вы продолжительное время не могли найти в собственной квартире каких-либо мелочей: ключей, очков, кошелька и т.п. Наверняка, Вы начинали вспоминать, кто в последнее время был у Вас из посторонних. Незрячие из-за отсутствия зрения чаще могут сталкиваться с такими проблемами, поэтому лучше не искушать судьбу и не искать неприятностей.

Не раздавайте номер своего домашнего телефона. Вы будете работать со многими, и со временем можете пожалеть о таком количестве звонков.

Учитывайте, что большинство незрячих комфортнее себя чувствуют, когда не привлекают к себе и своим физическим недостаткам внимание окружающих.

Постарайтесь не акцентировать лишней раз внимание окружающих на своем сопровождаемом. Постарайтесь вести себя с ним естественно.

Избегайте употребления термина «слепой», «калека», «больной» — это многих обижает, лучше использовать термин «незрячий».



**Н**е стесняйтесь выяснять необходимую Вам информацию, способствующую Вашей работе/помощи.

Вполне нормально употреблять выражение «смотреть». Для незрячего человека это допустимо во всех случаях и никак его не обижает.

Пытайтесь передать словами то, что часто выражается мимикой и жестами — не забывайте, что привычный жест «там...» незрячий человек не поймет.

Если незрячему необходимо взять какой-либо предмет, не следует тянуть его руку к предмету. Подайте его сами, вложив в ладонь.

Перед тем как прочитать информацию незрячему человеку, сначала предупредите его об этом. Говорите нормальным голосом. Не пропускайте информацию, если Вас об этом не попросят.

Если незрячему необходимо поставить свою подпись, вложите ручку ему в руку, а затем поставьте его руку так, чтобы стержень ручки находился в начале строки для подписи.



### ▶ Сопровождение

**Сопровождающий:** Дотроньтесь тыльной стороной ладони до руки или локтя незрячего.

При передвижении следите, чтобы было достаточно свободного места не только для Вас, но и для незрячего человека. Держите руку расслабленной вдоль тела. Передвигайтесь с обычной скоростью.

**Незрячий:** Возьмет руку сопровождающего чуть выше локтя и займет позицию на полшага позади. Держаться незрячий за сопровождающего должен так, как он привык это делать всегда. Если же привычек никаких нет, то лучше, чтобы незрячий левой рукой держал сопровождающего под руку. (Это касается правой. Левшам удобнее делать все наоборот).

При этом рука сопровождаемого будет свободна и при необходимости он ею может сделать что нужно. И сопровождающему удобнее «давать команды» незрячему.

**Сопровождение на улице.** Предупреждайте заранее незрячего человека о находящихся на пути следования выбоинах, столбиках, животных и прочем. Вы должны помнить, что незрячий человек не видит не только дорогу, но и ветки, нависающие над дорогой, развешанные веревки, козырьки и прочее. Если Вы видите такие препятствия — предупредите об этом сопровождаемого («Осторожно, ветки — пригнитесь!»), или выбирайте маршруты, которые будут удобны вам обоим и будут содержать минимум препятствий внизу и над головой.





## Сопровождение в помещении

**Д**остаточно сложным моментом в сопровождении незрячего внутри помещения является прохождение через дверь. Сложность в том, что двери могут открываться налево и направо, от себя и на себя. Мы рекомендуем сопровождающему открывать дверь и проходить первым, проводя за собой незрячего. Если это Вам неудобно по каким-либо причинам — можете поступать по-своему, но помните две вещи:

-Незрячий человек может столкнуться с кем-то за дверью, если Вы пропустили его вперед себя. Это может быть не только взрослый человек, но и ребенок, а также, к примеру, ведро воды, которое оставила в коридоре уборщица.

В случае двери на пружине, следите за тем, чтобы она не ударила в лицо незрячего человека, ведь он не сможет увидеть ее и защититься рукой.

-Заходя в помещение, опишите коротко, где Вы находитесь. Например: «В центре зала, примерно в шести шагах от Вас, стоит стол». Или: «Слева от двери, как заходишь, — касса». Предупреждайте о препятствиях: ступенях, лужах, ямах, низких притоках, трубах, турникетах и т.п. Обратите внимание на наличие бьющихся предметов.

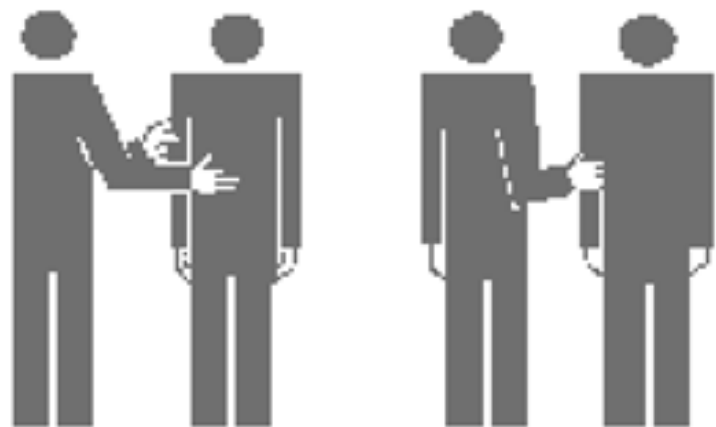
**П**ри необходимости используются другие способы захвата: выше кисти; опора на сгиб локтя; ладонь на плече.



**В** месте, где нужно проходить один за другим, сопровождающий должен идти впереди. Прием используется в тех случаях, когда одному сопровождающему нужно одновременно провести нескольких незрячих через узкий коридор, дверной проем или толпу людей. Он встает первым, незрячие выстраиваются позади. Ближе к себе нужно ставить человека с наиболее слабыми навыками ориентирования. Последним становится наиболее уверенно передвигающийся человек. Каждый кладет руку на плечо впереди стоящего. Сопровождающий, получив от всех незрячих разрешение начать движение, начинает передвигаться, сообщая идущему сзади о препятствиях на пути. Тот, в свою очередь, передает информацию следующему за ним по цепочке.



**Е**сли необходимо повернуть или обогнуть препятствие, не следует тянуть сопровождаемого за руку — это тяжело физически и очень неудобно для сопровождаемого Вами человека. Лучше сделать легкий нажим на руку в нужную сторону и предупредить человека голосом о предстоящем маневре. Со временем, привыкнув к Вашей манере сопровождения, ведомый Вами человек будет откликаться на эти легкие движения и без дублирования предупреждений вслух.



### **СМЕНА СТОРОНЫ**

(перед лестницей или чтобы избежать препятствия)

**Сопровождающий:** Попросите незрячего поменять сторону. Держите свободную руку вдоль тела или заведите немного назад.

**Незрячий:** Отпустит Вашу руки, поменяв сторону, возьмется за другую сторону.



**С**ообщите незрячему о приближении к лестнице. При спуске или подъеме по ступенькам ведите незрячего перпендикулярно к ним. Независимо от подъема или спуска по ступенькам Вам следует опережать незрячего на 1 ступеньку, чтобы Ваш спутник не шагнул в пространство. Перед тем как сойти со ступеньки, подняться на ступеньку или бордюр тротуара следует приостановиться и предупредить сопровождаемого Вами человека о предстоящей операции. («Ступеньки вниз!», «Бордюр вверх!»). Помните, что Вы должны контролировать не только наличие свободного пространства при движении перед Вами и Вашим ведомым, но и следить, чтобы никто не находился близко от пути вашего следования, чтобы незрячий человек не задел плечом прохожего, столб или строение. Это не только болезненно, но и может привести к боязни и зажатости ведомого Вами человека и очень усложнит Вашу работу.





### УСАЖИВАНИЕ

**Сопровождающий:** Подведите незрячего к сиденью и скажите, что сиденье стула или спинка стула прямо перед ним, направив его руку на спинку стула или подлокотник. В случае, когда сиденье имеет необычную форму, следует пояснить, например: «Очень низко».

**Незрячий:** Теперь незрячему становится совершенно ясно, что стоит перед ним, как ориентировано сиденье, что нужно сделать, чтобы правильно сесть.

### УЗКИЙ ПРОХОД

**Сопровождающий:** Продолжая движение, заведите прямую руку за спину.

**Незрячий:** Вытянет руку и изменит позицию, чтобы находиться четко позади Вас.



### ДВЕРИ

**Сопровождающий:** Не забудьте сделать жест для узкого прохода, скажите незрячему с какой стороны будет дверь и подайте дверь в руку незрячего.

**Незрячий:** Займет позицию четко за Вашей спиной, вытянет руку к вашему плечу, чтобы Вы могли подать дверь, придерживает дверь при прохождении через нее и закрывает.





**РАЗВОРОТ** (если мало места можно развернуться лицом к лицу)

**Сопровождающий:** Попросите развернуться лицом к лицу. Повернитесь на 90 градусов к незрячему. Предложите другую руку, дотронувшись до руки незрячего тыльной стороной ладони. Повернитесь еще на 90 градусов.

**Незрячий:** Вместе с вами повернется лицом к Вам, отпустит руку и, после того, как Вы дотронетесь другой рукой, возьмётся.

### ▶ Сопровождение в транспорте

**К**огда незрячий с сопровождающим заходят в транспорт, то сопровождающий должен идти впереди. Таким образом, незрячий будет чувствовать направление движения и наличие ступенек, если они есть. (Не нужно заталкивать незрячего впереди себя.

Иногда сопровождающим кажется, что так они лучше контролируют ситуацию, контролируют ситуацию, при этом забывают, что незрячему необходимо давать определенную свободу, и тогда передвижение с ним будет значительно легче).

При посадке в транспорт сопровождающий иногда подводит незрячего к входу в салон по линии перпендикулярной к нему. Незрячий, чувствуя перед собой открытое пространство входа, подходит слишком близко к ступенькам лестницы и, не соизмерив движений, ударяется голенью о нижнюю ступеньку, получая очень болезненный ушиб.

Для того чтобы этого не произошло, незрячего нужно подводить к транспорту несколько сбоку от входа так, чтобы он мог коснуться рукой стенки вагона и взяться за край двери или за поручень; это обеспечит правильную постановку ноги на ступеньку лестницы.

При входе в транспорт обращайте внимание незрячего на наличие поручня посередине двери.

Необходимость усаживания незрячего в транспорте существует только в двух случаях:

- если это нужно сделать из-за состояния здоровья сопровождаемого;
- если в транспорте много пассажиров, а незрячий стоит в таком месте, где он может мешать перемещению других людей.

При входе в метро необходимо входить первому сопровождающему, открывая и придерживая дверь для незрячего.

При подходе к эскалатору необходимо пройти первым и положить руку незрячего на движущийся поручень.

При спуске с эскалатора необходимо предупредить об этом незрячего.

При входе в вагон метро вовремя предупредите незрячего о необходимости переступить в вагон.

При необходимости проверки проездных документов (удостоверение инвалида) обратитесь к незрячему так, что бы он понял, что Вы обращаетесь именно к нему. Четко сформулируйте свою просьбу.

Если при проверке проездных документов незрячий человек показывает удостоверение без Вашего обращения к нему, сообщите, что Вы видели и проверили, после чего он может спрятать удостоверение.





### ▶ **При посещении административных зданий**

В случае, когда в каком-либо учреждении Вы вынуждены стоять в длинной очереди — подойдите к работнику учреждения, представьтесь социальным работником, либо вы являетесь сопровождающим незрячего или слабовидящего человека, и попросите обслужить вас вне очереди.

Не заменяйте чтение документов пересказом их содержания. Внимательно читайте все: названия, даты, комментарии, ничего не пропуская. Воздерживайтесь от комментариев прочитанного, если Вас не попросят об этом.

Соблюдайте конфиденциальность прочитанного. Войдя в кабинет, сообщите незрячему, где находится лицо, к которому вы пришли, подведите незрячего к столу. Не излагайте суть вопроса сами, предоставьте такое право незрячему. Не отвечайте за него на вопросы. Незрячие могут самостоятельно подписывать необходимые документы, если Вы укажете место для подписи. Также существуют трафареты для проставления подписи.

### ▶ **При посещении магазина**

Придя с незрячим в магазин, где много людей, не оставляйте его одного, не предупредив об этом, ведь незрячий может продолжать разговаривать с тем, кого уже нет рядом, или остаться в толпе, мешая движению других.

Помогите незрячему выбрать необходимый товар, свободно не спеша посмотреть ее, примерить, если это необходимо.

Если Вы хотите, чтобы незрячий ознакомился с каким то товаром, не водите с силой его руку по поверхности, а слегка направьте руку на предмет, создайте такие условия, чтобы незрячий мог свободно потрогать его сам.

Позвольте незрячему самостоятельно оплатить покупку. Если он просит Вас сделать это, назовите сумму, которую передает Вам незрячий, что избежать возможных недоразумений. Проинформируйте незрячего, сколько и какими купюрами дает сдачу продавец или кассир.

### ▶ **Сопровождение незрячих в общественных местах**

#### *При посещении кафе*

Не давайте незрячему столовые приборы в руки, не кладите их в его тарелку, просто сообщите незрячему, где находятся столовые принадлежности. Информирова слепого о содержании в тарелке, пользуйтесь схемой циферблата: 9 — мясо, 12, 15 — картофель, 6 — огурцы, и т. п. Информируйте незрячего, что из еды находится на столе, чтобы он смог выбрать по своему вкусу. Всегда читайте незрячему меню. Если в тарелке большой кусок мяса или другой пищи, спросите незрячего, не хочет ли он, чтобы это порезали. Если да, то порежьте кусочками, размер которых кажется Вам удобным для еды.

### ▶ **При посещении санузла**

Покажите незрячему, где находится туалет. Если туалет адаптирован для незрячего (установлен речевой информатор, тактильная табличка и схема), сообщите ему об этом. Если Вы одного пола с незрячим, Вы можете вместе войти. Если разного — попросите другого человека или обслуживающий персонал помочь незрячему. Покажите незрячему кабинку, расскажите, как устроен унитаз, где спускается вода, где умывальник.



- Внешний вид. Деликатно помогайте незрячему советом относительно его внешнего вида. Если обнаружите какие-нибудь погрешности в его одежде, не стесняясь обратите на это его внимание.
- Информировать незрячего, что происходит вокруг. Это смягчит психологическое напряжение незрячего, создаст возможность для получения новых положительных впечатлений.
- Не водите по поверхности его руку, а дайте ему возможность свободно потрогать предмет. Если вас попросили помочь взять какой-то предмет, не следует тянуть кисть незрячего или слабовидящего к предмету и брать его рукой этот предмет.
- Не несите чемодан, портфель, зонтик и другие предметы в той руке, за которую держится незрячий, иначе этот предмет будет бить его по ноге.
- Когда вы общаетесь с группой незрячих людей, не забывайте каждый раз называть того, к кому вы обращаетесь.
- Не заставляйте вашего собеседника вещать в пустоту: если вы перемещаетесь, предупредите его.
- Если вы заметили, что незрячий человек сбился с маршрута, не управляйте его движением на расстоянии, подойдите и помогите выбраться на нужный путь.
- Не следует отвечать на вопросы за своего сопровождаемого. Помните, что каждый незрячий человек является индивидуальностью, и нет двух людей с одинаковыми потребностями, способностями и возможностями.
- Все основные действия во время оказания услуги и сопровождения должны проговариваться.
- Необходимо запомнить, что сопровождение пожилого незрячего имеет свою специфику. Его нужно не только вести, но и придерживать.
- Сопровождающему следует предупреждать незрячего о приближающихся к ним лицах. Может быть, незрячий захочет поздороваться первым.
- Если Вы не знаете, какое действие следует предпринять, спросите самого незрячего, он подскажет, как правильнее оказать помощь проговариваться.
- Если незрячий пришел с собакой-проводником, возможно, Вам нужно будет просто идти показывать путь. Обращайтесь с собаками-проводниками не так, как к обычным домашним животным. Не командуйте, не трогайте и не играйте с собакой.



## Основными принципами общения сопровождающего с незрячим человеком должно быть уважение и доброжелательность.

- Знакомясь с незрячими людьми, представьтесь. Дайте понять собеседнику, что вы рядом, пожав ему руку. Будьте доброжелательны и приветливы, и не путайте это с жалостью. Ни в коем случае не высказывайте ему своего сочувствия.
- Обращение к человеку: когда вы разговариваете с незрячим или слабовидящим, обращайтесь непосредственно к нему, а не к сопровождающему, который присутствует при разговоре.
- Незрячий — это такой же человек, как и Вы, он живет с Вами в одном мире и обладает такими же чувствами, мыслями, ценностями.
- Не проявляйте излишнего любопытства по поводу слепоты незрячего человека. Многие незрячие не любят рассказывать о причинах своей слепоты.
- При разговоре с незрячим не выбирайте посредником его родственников, а обращайтесь непосредственно к самому незрячему человеку.
- Незрячие очень восприимчивы к эмоциональной стороне речи, поэтому в разговоре с ними больше внимания уделяйте интонации голоса, но не говорите излишне громко, разговаривайте четко, спокойно, неторопливо.
- Не бойтесь употреблять выражения, основанные на визуальных впечатлениях, например, «мы можем увидеть», «посмотрите этот фильм».
- При рассказе не избегайте цветowych понятий. Утерявшие в позднем возрасте зрение сохраняют представления о цвете, а для слепорожденного цветowe описания будут представлять цветowe символы.
- Избегайте объяснений, основанных на мимике и жестах.
- Уходя из помещения, узнайте у незрячего, оставить ли свет включенным или выключить его.

Помогая незрячим, всегда помните, что каждый незрячий человек является индивидуальностью, и нет двух людей с одинаковыми потребностями, способностями и возможностями.





**ГОМЕЛЬСКАЯ ОБЛАСТНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ОБЩЕСТВЕННОГО ОБЪЕДИНЕНИЯ  
«БЕЛОРУССКОЕ ТОВАРИЩЕСТВО ИНВАЛИДОВ ПО ЗРЕНИЮ»  
/ ГОО ОО «Бел ТИЗ» /**

**Республика Беларусь, г.Гомель, ул.Советская,198.**

**Телефон +375(232)55-30-07; Тел./факс +375(232)55-48-42**

**Электронная почта: [gomelobl@beltiz.by](mailto:gomelobl@beltiz.by)**

**web: [gomel.beltiz.by](http://gomel.beltiz.by)**

**2023**

