

Dostępność dla osób z dodatkowymi potrzebami

Na czym polegają dodatkowe potrzeby

Większość z nas jest w stanie znaleźć mityng w wyszukiwarce, dotrzeć na niego, wejść do salki i zająć miejsce, a następnie wysłuchać posłania – jest to na tyle naturalne, że nawet się nad tym nie zastanawiamy. Są jednak ludzie, dla których nie jest to możliwe. Potrzebują pomocy, aby skorzystać z tego, co większość z nas ma na wyciągnięcie ręki. Innymi słowy, istnieją uzależnieni, którzy z różnych przyczyn mają *dodatkowe potrzeby*.

Piąta Tradycja głosi, że *mamy jeden główny cel – nieść posłanie uzależnionemu, który wciąż cierpi*. Często jednak samo dzielenie się naszym zdrowieniem nie wystarcza. Musimy również myśleć o sytuacjach, gdy dotarcie lub wejście do miejsca, w którym odbywają się mityngi, jest problematyczne oraz kiedy dostęp do posłania niesionego przez grupę jest utrudniony. Przyczyną może być m.in. nie najlepszy wybór lokalizacji mityngu. W takiej sytuacji powinniśmy podjąć wszelkie kroki w kierunku usunięcia barier, które przeszkadzają w odnalezieniu zdrowienia niektórym spośród uzależnionych.

Ta ulotka została opracowana w celu rozpoznania w naszej Wspólnocie informacji o tym, w jaki sposób realizować te inicjatywy. Jest wiele działań możliwych do wykonania w ramach struktury służb oraz na poziomie grupy, które pomogą odnaleźć zdrowienie uzależnionym z dodatkowymi potrzebami. Komitety ds. Szpitali i Instytucji (H&I) mogą na przykład ocenić stopień dostępności swoich mityngów. Komitety Informacji Publicznej mogą monitorować dostępność wszystkich mityngów zamieszczonych w opublikowanych spisach, a w razie potrzeby przekazać informacje na ten temat na zewnątrz, np. do organizacji wspierających osoby niepełnosprawne. Komitety ds. Literatury mogą rozpowszechniać w regionach informacje na temat potrzeb, możliwości

i ograniczeń uzależnionych z dodatkowymi potrzebami. Komitety organizacyjne zlotów i innych wydarzeń mogą się upewniać, że miejsca, które wybierają, charakteryzują się odpowiednią dostępnością oraz że zlotowe zaproszenia i harmonogramy zawierają odpowiednie informacje na ten temat. Grupy i okręgi mogą tworzyć listy osób chętnych do zapewnienia transportu i innej pomocy uzależnionym z dodatkowymi potrzebami.

Najlepsze, co możemy zrobić, to przyjrzeć się własnemu nastawieniu i uprzedzeniom w stosunku do innych ludzi i zacząć wprowadzać potrzebne zmiany. Jedną z tych zmian może dotyczyć sposobu, w jaki mówimy. Warto unikać słów, które godzą w godność poszczególnych osób lub kładą nacisk na ich niepełnosprawność. Wiele spośród powszechnie używanych określeń jest uwłaczających i nie stosownych. Za wszelką cenę powinniśmy ich unikać. Trzy poniższe kategorie dodatkowych potrzeb zdają się występować najczęściej, jednak zdarzają się też inne:

Dla następujących osób	dostępność oznacza
głusi/niedosłyszający	możliwość korzystania z przesłania w formie mówionej i pisemnej
niewidomi/niedowidzący	możliwość korzystania z przesłania w formie pisemnej oraz pomoc w dotarciu na mityng
korzystający z wózków inwalidzkich/chodzików oraz z ograniczoną sprawnością ruchową	możliwość dostania się do pomieszczenia, w którym odbywa się mityng, i poruszania się po nim; w niektórych przypadkach również dojazd na mityng

Niepodważalna jest terapeutyczna wartość wzajemnego wsparcia między zdrowiejącymi. Pomagając uzależnionym, także tym z dodatkowymi potrzebami, niesiemy posłanie NA.

Niesłyszący i niedosłyszający uzależnieni

Istnieje wiele rodzajów problemów ze słuchem, podobnie jak słów na ich określenie.

Głuchy to powszechnie używany zwrot opisujący osoby, które utraciły słuch całkowicie lub w przeważającym stopniu. Słowo *niedosłyszający* dotyczy osób, które słyszą, ale z trudnościami.

Komunikacja

Jest dużo sposobów, dzięki którym osoby niedosłyszające mogą porozumiewać się z innymi, w tym mówienie i czytanie z ruchu warg. Niektórzy wolą przekazywanie wiadomości na piśmie. Spośród manualnych metod komunikacji najpopularniejszą jest język migowy. W przypadku kontaktu z osobami niedosłyszającymi powinno się przestrzegać kilku praktycznych zasad. Podczas pierwszego spotkania z osobą niedosłyszającą możemy na przykład obserwować, w jaki sposób komunikuje się z osobami słyszącymi, lub rozpocząć rozmowę, uprzednio zwracając na siebie jej uwagę. Pomocne bywa mówienie powoli i wyraźnie, spokojnym tonem. Warto również używać krótkich zdań i utrzymywać kontakt wzrokowy, nawet w obecności tłumacza. Niedosłyszającego uzależnionego należy słuchać w sposób uważny. Przekazanie osobie niedosłyszającej wiadomości pisemnej jest jak najbardziej akceptowalne, jednak ważne jest, aby nasze myśli były wyrażone w zwięzły sposób.

Udział tłumacza języka migowego

Decyzja dotycząca tego, czy w mityngu będzie uczestniczył tłumacz, powinna należeć do niedosłyszających uzależnionych. Przede wszystkim powinniśmy zadbać o to, by zaangażowani byli wyłącznie wykwalifikowani tłumacze. Jeżeli grupy nie stać na opłacenie udziału wykwalifikowanego tłumacza, możliwe jest zwrócenie się w tym celu do zewnętrznej organizacji wspierającej osoby z dodatkowymi potrzebami. W myśl Siódmej Tradycji grupa nie może przyjmować pomocy z zewnątrz w celu pokrycia kosztów mityngu, jednak może z niej skorzystać sama osoba z dodatkowymi potrzebami. W większości przypadków osoby niedosłyszające dysponują doświadczeniem w korzystaniu z pomocy różnych organizacji.

Jeżeli na mityngu obecny jest tłumacz, powinien ograniczyć się jedynie do przekazywania treści wypowiedzi innych uczestników. Zwracając się do osoby niedosłyszającej, należy patrzeć na nią, nie na tłumacza, i mówić spokojnym tonem oraz w normalnym tempie. Przygotowując mityng, trzeba ustawić krzesła w taki sposób, aby wszyscy uczestnicy byli widoczni, zaś na samym mityngu postępować w myśl zasady, że w danej chwili głos zabiera tylko jedna osoba. Tłumacz może potrzebować czasu na dokończenie przekazu migowego, dlatego warto robić przerwy pomiędzy poszczególnymi wypowiedziami.

Wykorzystanie innych narzędzi

Niektóre osoby niedosłyszające chętnie korzystają z rozwiązań technologicznych, które wspomagają ich słuch na spotkaniach grupowych. W sytuacji, gdy takie rozwiązanie jest wykorzystywane na mityngu, powinno się o tym wspomnieć i wyjaśnić, że to wzmacniacz słuchu, a nie urządzenie nagrywające. Osoby niedosłyszające mogą również wykorzystywać do komunikacji własne telefony, jeżeli używają Telecommunications Device for the Deaf (TDD), szerzej znanego jako Text Telephone (TTY). Konieczne jest jednak, aby obie osoby (dzwoniący i odbierający) używały TDD/TTY. Niestety, większość ludzi (zarówno tych z problemami ze słuchem, jak i pozostałych) nie używa tej technologii z uwagi na jej wysoki koszt.

Niedowidzący uzależnieni

Choć istnieje wiele rodzajów niepełnosprawności związanych ze wzrokiem a każdy przypadek jest indywidualny, dla uproszczenia będziemy tutaj traktować osoby niewidome, niedowidzące, słabo widzące i z wadami wzroku jako jedną grupę uzależnionych z dodatkowymi potrzebami.

Dostęp do literatury NA

Najpopularniejszym sposobem zapewnienia niedowidzącym uzależnionym dostępu do naszej literatury stały się w ostatnich latach nośniki audio. WSO oferuje niedowidzącym uzależnionym szeroki zakres nośników audio i literatury NA.

Zewnętrzne organizacje, zarówno rządowe, jak i pozarządowe, również mogą być w tej kwestii pomocne i posiadać wybrane materiały.

Rozwiązania technologiczne w rodzaju kserokopiarek, które pozwalają nie tylko powielać, ale i powiększać treści, mogą pomóc niedowidzącym uzależnionym skorzystać z naszej literatury. Ponadto, większość niedowidzących uzależnionych znajdzie we Wspólnocie przyjaciół, którzy mogą nagrać dla nich odczytywaną treść różnych pozycji literatury poświęconej zdrowieniu. (*Uwaga:* każdy, kto podejmuje się tego typu nagrywania, powinien dołożyć starań, aby odczytywany tekst dokładnie odzwierciedlał treść danej pozycji oraz nie zawierał własnych komentarzy czy interpretacji). Obecnie możliwe jest również wykorzystanie komputerów wraz z dedykowanymi urządzeniami i oprogramowaniem w celu skanowania, powiększania, a nawet czytania literatury na potrzeby osób, które nie widzą. Gdy wykorzystujemy takie technologie, warto pamiętać, że podobnie jak w przypadku wszelkich zastrzeżonych materiałów, reprodukcja i rozpowszechnianie literatury NA podlegają pewnym ograniczeniom. W poszczególnych przypadkach mogą mieć zastosowanie różne zasady, dlatego najlepiej jest zwracać się z pytaniami do WSO.

Mityngi

Jeśli zapewniamy niedowidzącym uzależnionym transport, warto pamiętać o pewnych praktycznych wskazówkach. Nie należy, na przykład, używać klaksonu, chyba że mamy pewność, że dana osoba rozpozna nasz samochód. Jeżeli do samochodu wsiada ktoś, kto używa białej laski, wszyscy pozostali powinni albo usunąć mu się z drogi, albo głośno poinformować, gdzie siedzą. Niektórzy niedowidzący uzależnieni mogą potrzebować pomocy w trakcie chodzenia po schodach lub korytarzami oraz wsiadania i wysiadania z samochodu. Osoby poruszające się z psem przewodnikiem prawdopodobnie nie będą potrzebowały dużo wsparcia, ponieważ taki pies jest wytresowany, aby wykonywać większość niezbędnych zadań.

W większości przypadków osoba niedowidząca będzie prosiła o informacje, których potrzebuje, aby czuć się komfortowo w danym miejscu. Warto poświęcić chwilę, żeby pokazać jej, gdzie znajdują się wyjścia ewakuacyjne i toalety. Może być potrzebne opisanie rozkładu wnętrza łazienki. Takie osoby mogą również potrzebować, żeby przynieść im kawę lub pomóc znaleźć wolne krzesło. Wszyscy uczestnicy powinni głośno się przedstawić na początku mityngu. Witając osobę niedowidzącą, należy ją uprzedzić o zamiarze uściskania jej, zanim dojdzie do kontaktu fizycznego. Nie wolno bez pozwolenia dotykać psa przewodnika. Równie ważne jest, by nie milczeć, gdy niedowidzący uzależniony wchodzi sam do danego pomieszczenia. Każdy niedowidzący jest inny, ale we wszystkich przypadkach obowiązuje jedna reguła: *nigdy* nie chwytaj, nie ciągnij ani nie popychaj takiej osoby, próbując jej pomóc. Jeśli masz wątpliwości co do zakresu wsparcia, jakiego potrzebuje dana osoba, zapytaj ją o to.

Uzależnieni korzystający z wózków inwalidzkich oraz z ograniczoną sprawnością ruchową

Mimo zachodzących w ostatnich latach zmian, które umożliwiły zdrowienie większości osób uzależnionych, wiele mityngów pozostaje niedostępnych dla uzależnionych poruszających się na wózkach inwalidzkich. W tym przypadku dostępność oznacza coś więcej niż jedynie możliwość wjazdu wózkiem przez drzwi wejściowe. Istotne są również takie kwestie, jak podjazdy, dogodnie umiejscowione parkingi, toalety przystosowane dla osób niepełnosprawnych, odpowiednio szerokie drzwi czy salki mityngowe, które nie są zbyt ciasne. Upewnijcie się, czy miejsce, w którym odbywają się mityngi, spełnia minimalne standardy dostępności. Jeżeli nie, poszukajcie innego, odpowiedniejszego miejsca – o ile chcecie, aby wasz mityng był dostępny dla wszystkich uzależnionych. Tego typu kwestie powinny być również brane pod uwagę przez wszystkich służebnych NA i omawiane na mityngach organizacyjnych i zlotach. Upewnijcie się, że spisy mityngów i ulotki zawierają informacje o tym, które mityngi

i/lub wydarzenia są dostępne dla wózków inwalidzkich, i zadбайcie, żeby te informacje zostały przekazane Komitetom ds. Szpitali i Instytucji (H&I) oraz Informacji Publicznej.

Po znalezieniu miejsca o odpowiedniej dostępności, osoby chętne mogą zgłaszać się do służby polegającej na witaniu i zapewnianiu pomocy uzależnionym poruszającym się na wózkach. Do ich obowiązków będzie należeć jedynie uśmiech, powitanie i uścisk, a w razie potrzeby również przeniesienie wózka.

Dodatkowe informacje o dostępności zdrowienia dla osób z dodatkowymi potrzebami można znaleźć w *Additional Needs Resource Information* (WSO Catalog Item No. 2114).*

* Nie zostało jeszcze przetłumaczone na język polski.

Copyright © 2025 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Wszystkie prawa zastrzeżone

World Service Office
PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
T +1/818.773.9999
www.na.org

World Service Office–CANADA
Mississauga, Ontario

World Service Office–EUROPE
Brussels, Belgium
T +32/2/646 6012

World Service Office–IRAN
Tehran, Iran
www.wsoiran.org



Tłumaczenie literatury zaaprobowanej przez Wspólnotę NA.

Narcotics Anonymous,    i The NA Way
są znakami zastrzeżonymi
Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 9781633804623 Polish 6/25

WSO Catalog Item No. PL3126



Narcotics Anonymous®
Anonimowi Narkomani

IP Nr. 26-PL

**Dostępność
dla osób z
dodatkowymi
potrzebami**