# Kushirikiana na Watu Wenye Ulemavu

Wakati wa kuwasiliana na mtu mwenye ulemavu, ni muhimu kushirikiana kulingana na mahitaji yake ya mawasiliano na aina ya ulemavu alionao.  
Kuzungumza na mtu mwenye ulemavu ni sawa tu na kuzungumza na mtu yeyote. Lakini wakati mwingine unaweza kuhisi kuwa unasema au kufanya kitu kisicho sahihi.

Hapa kuna vidokezo vya heshima (etiquette) vitakavyokusaidia kushirikiana na watu wenye ulemavu:

## Miongozo ya Jumla ya Heshima

1. Daima tambua vikwazo, vya kudumu au vya muda.
2. Unapozungumza na mtu mwenye ulemavu, zungumza naye moja kwa moja. Ikiwa kuna mwenza au mkalimani, elekeza maoni yako kwa mtu mwenye ulemavu, siyo kwa mkalimani.
3. Usidhanie kuwa mtu mwenye ulemavu anahitaji msaada wako. Ni heshima kutoa msaada, lakini ukishatoa ofa, subiri jibu kabla ya kuchukua hatua. Ikiwa mtu anakubali msaada, ngoja aelekeze. Usikasirike kama msaada wako haujakubaliwa; watu wengi wenye ulemavu hupendelea kufanya mambo wao wenyewe pale inapowezekana.
4. Usidhanie kwamba mtu mwenye ulemavu wa mwili pia ana ulemavu wa kiakili.
5. Kamwe usiegemee kwenye kitimwendo cha mtu. Kiti kinachukuliwa kama sehemu ya mwili wake na kuegemea ni sawa na kuegemea moja kwa moja kwenye mwili wake. Ukigonga kitimwendo, sema “Samahani.” Ni sawa na kumpiga mtu moja kwa moja. Unapozungumza na mtu aliye kwenye kitimwendo, jaribu kukaa ili muwe na macho kwa macho.
6. Unaposhirikiana na mtu mwenye changamoto za umakini au kumbukumbu ya muda mfupi, mtazame moja kwa moja na dumisha mawasiliano ya macho. Tumia sentensi fupi na utoe maelekezo hatua kwa hatua.
7. Vifaa saidizi (mashikio, magongo, vijiti vya kutembelea, kitimwendo, mbao za mawasiliano, n.k.) vinapaswa kuheshimiwa kama mwendelezo wa mtu au mali yake binafsi. Usivisogeze au kuvitumia bila ruhusa ya mwenyewe.
8. Unapozungumza na mtu kipofu au mwenye uoni hafifu, jitambulishe mwanzoni mwa mazungumzo na kumbuka kumwambia unapomaliza, kubadilisha eneo, au kuondoka. Usimshike mkono wakati wa kutembea; mpe yeye ashike mkono wako. Hii itamruhusu kutembea kidogo nyuma yako na kupata hisia za mwelekeo kupitia mwendo wa mwili wako. Uliza iwapo anataka maelezo kuhusu kinachokuja mbele unapokaribia ngazi, kingo au vikwazo vingine.
9. Unapozungumza na mtu mzima mwenye ulemavu wa kiakili, usiongee naye kama vile unavyoongea na mtoto. Tumia lugha na mienendo inayolingana na umri wake. Pia, usidhanie kwamba kwa sababu mtu hasemi, basi hawezi kuelewa au kusikia unachosema.
10. Unapozungumza na mtu kiziwi au mwenye upungufu wa kusikia, daima mtazame moja kwa moja. Usifunike mdomo au uso wako kwa mikono. Usiongee taratibu sana kupitiliza au kutumia ishara za uso kupitiliza. Zungumza kwa uwazi na usomeke unapoweka ujumbe wa sauti. Pia, usipaze sauti; kuongeza sauti kunaweza kumfanya mtu ashindwe kukuelewa kwa urahisi.
11. Ukizungumza na mtu mwenye matatizo ya usemi, sikiliza kwa makini na rudia ulichosikia. Usijifanye umeelewa ikiwa hujaelewa, na usikate tamaa kwa kusema “Sawa, si muhimu.” Hilo humwonyesha mtu huyo kuwa hujathamini maoni yake vya kutosha kuendeleza mazungumzo. Pia toa muda zaidi wa mazungumzo; usimhimize au kumalizia sentensi zake.
12. Hofu ni moja ya sababu kuu zinazotufanya tusite kushirikiana na watu wenye ulemavu – usiruhusu hofu ya kukosea, hofu ya kusema vibaya, au hofu ya kutojua kukufanya usite kushirikiana na watu wenye ulemavu. Kosa kubwa zaidi ni kuwatenga watu wenye ulemavu kwa sababu ya hofu hizo. Ukifanya kosa, likubali, omba msamaha, na songa mbele.

**Chanzo:** “Inclusion by Corporation for National & Community Service”