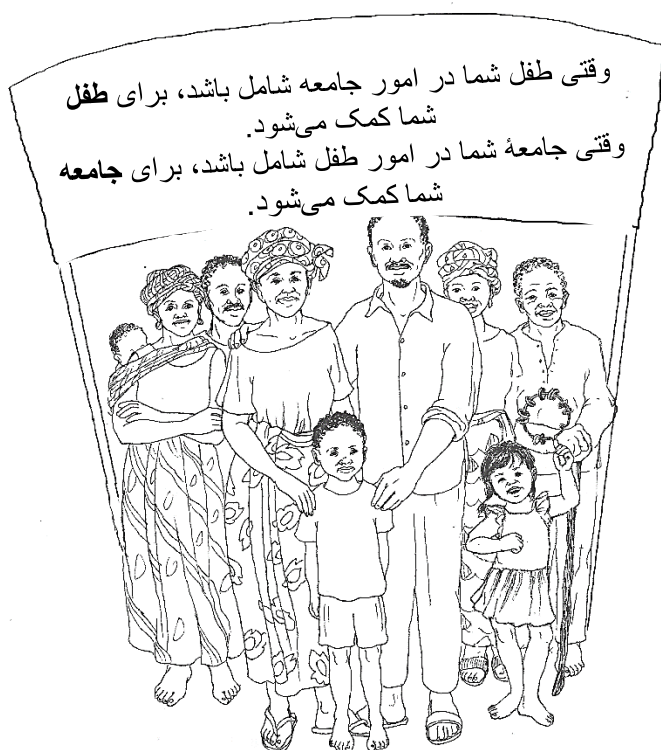


## نابینائی یک مسئله اجتماعیست

این کتاب در ابتدا برای والدین و دیگر مواظبت کنندگان اطفال خوردسالی که بخوبی دیده نمی‌توانند نوشته شده بود. اما پرداختن به نیازمندی‌های اطفال شان نباید تنها و فقط وظیفه والدین باشد. با در نظر گرفتن نابینائی منحصیث یک معضله اجتماعی، امکان آن وجود دارد تا بار اضافی را که والدین اطفال نابینا بدوش دارند، سبکتر ساخت. اینکار می‌تواند با کاهش اسباب نابینائی شروع شده و به اطفالی که نابینا هستند کمک شود تا رشد نموده و عضو فعال جامعه گردند.

سبب ریشه‌ای اکثر نابینائی‌ها فقر است. این بدان معنی است که بیشتر نابینائی‌ها قابل وقایه اند. برای کاهش و وقایه از نابینائی وضعیت فقر که بسیاری مردم را در جوامع مختلف جهان در مضیقه قرار داده است، باید تغییر داده شود. این یک دلیل عمده ایست که ما می‌گوییم نابینائی یک مسئله اجتماعیست.

یک دلیل دیگر اینست که اطفال نابینا اطفال همه ما هستند - آنها آینده جامعه ما می‌باشند.



اطفال نابینا به دوست داشتن، مواظبت و توجه نیاز داشته و لایق آن هستند. زمانی که ما جامعه خود را طوری بسازیم که در آن اطفال نابینا موفق شده و پیشرفت نمایند، در آن زمان ما زندگی را برای همه بهبود می‌بخشیم.

همه افراد از تعلیم و تربیه و مواظبت‌های صحی بهتر، سرک‌های مصوون تر و همسایگی خوب، و همچنان از سهمگیری بیشتر جامعه نفع می‌برند. وقتی به دوستان و همسایگان خود رسیدگی نمائید، شما ایجاد اتحاد و همبستگی می‌کنید که برای یک جامعه بهتر نیاز است و همچنان برای یک جهانی با عدالت اجتماعی و حفظ وقار انسانی.

نابینائی را یک مسئله اجتماعی ساختن، به شما، طفل شما و جامعه شما کمک خواهد کرد.

# کمک به اطفالی که نابینا هستند

---

حمایت خانواده و جامعه برای اطفال دارای  
مشکلات بینایی

Written by Sandy Niemann

And Namita Jacob

مترجم: دكتور حميدالله سلجوقى



The Hesperian Health Guides

Berkeley, California, USA

نسخه انگلیسی این کتاب در سپتامبر ۲۰۰۰ میلادی توسط Hesperian Health Guides در ایالات متحده آمریکا به نشر رسیده است.

به تعقیب ترجمه و نشر کتاب های دیگر از همین ناشر شامل: "یک کتاب برای قابله ها" ، " آنجا که زنان داکتر ندارند" ، راهنمای جامعه برای صحت محیط زیست" ، "رهنمود صحتی برای زنان دارای معلولیت" و ... این کتاب نیز به ادبیات ساده و سلیس ترجمه شده است تا برای اکثریت مردم ساکن افغانستان یک منبع خوب معلوماتی بوده و مردم بتوانند باهم جامعه‌ای را بسازند که در آن برای همه افراد بشمول افراد دارای معلولیت آن امکان وجود داشته باشد تا همه توانائی‌های خود را رشد و توسعه داده و هیچ محدودیتی برای استفاده از مزایای زندگی نداشته باشند. حقوق بشری همه افراد حفظ بوده و باوقار بتوانند زندگی نموده و در امور اجتماعی سهم گردند.

## معرفی کتاب:

اسم کتاب: کمک به اطفالی که نابینا هستند

نویسنده: Sandy Niemann and Namita Jacob از سلسله نشرات Hesperian Health Guides

ترجمه کننده: داکتر حمیدالله سلجوقی

سال ترجمه و نشر به لسان فارسی-دری: ۱۳۹۵ مطابق ۲۰۱۶- مرور و ویرایش سال ۱۴۰۱ مطابق ۲۰۲۳



۱.....	<b>فصل اول: چگونه می‌توانم طفل خود را کمک نمایم</b>	۴.....	اطفال چگونه انکشاف می‌یابند
۸.....	شما چگونه کمک کرده می‌توانید.....	۶.....	چگونه مشکلات بینایی رشد و انکشاف اطفال را متأثر می‌سازد.....
۹.....	آینده طفل من چه خواهد شد؟.....	۶.....	
۱۱.....	<b>فصل دوم: شروع نمودن</b>	۱۱.....	این کتاب چگونه کمک می‌کند؟.....
۱۳.....	تطابق دادن فعالیت‌ها در زندگی روزانه.....	۱۲.....	کدام فعالیت‌ها را من باید در اول انجام دهم؟.....
۱۵.....	<b>فصل سوم: رهنمودهای عمومی برای فعالیت‌های آموزشی</b>	۱۵.....	شما متخصص طفل خود هستید.....
۱۹.....	اجازه دهید طفل شما بداند که در ماحول وی چه می‌گذرد.....	۱۵.....	اجازه دهید طفل شما رهبری را بدست گیرد.....
۲۰.....	بخاطر داشته باشید که اطفال چگونه می‌آموزند.....	۱۶.....	فعالیت‌ها را برای طفل خود موافق سازید.....
۲۳.....	<b>فصل چهارم: دریافت این که طفل شما چه چیزها را دیده می‌تواند</b>	۲۴.....	آیا طفل من کاملاً نابینا است، ویا می‌تواند اندکی ببیند.....
۲۸.....	کمک کردن به طفل‌تان تا از قوه بینایی که دارد استفاده کند.....	۲۵.....	طفل من چه را دیده می‌تواند.....
۳۰.....	آیا قوه دید طفل من خرابتر خواهد شد؟.....		
۳۱.....	<b>فصل پنجم: فعالیت‌هایی برای طفل خورد سن</b>	۳۲.....	از ولادت تا ۳ ماهگی.....
۴۰.....	از سن ۴ تا ۶ ماهگی.....		
۴۵.....	<b>فصل ششم: ارتباطات یا مفاهمه</b>	۴۶.....	چگونه مشکلات بینایی روی ارتباطات یا مفاهمه تأثیر دارد.....
۵۰.....	آمادگی برای گپ زدن.....	۴۸.....	ارتباطات و مفاهمه قبل از آن که طفل به گپ زدن شروع کند.....
۵۲.....	زمانی که طفل شما به گپ زدن شروع نماید.....		
۵۴.....	مشکلات معمول در زمان آموزش گپ زدن.....		
۵۹.....	<b>فصل هفتم: مهارت‌های فکر کردن</b>	۶۰.....	شناسایی اشیاء.....
۶۴.....	حل مشکلات.....	۶۲.....	اجرای عین کارهای که دیگران انجام می‌دهند (تقلید).....
۶۵.....	جور آوردن و دسته بندی اشیاء.....	۶۳.....	فهمیدن این که چرا چیزی واقع می‌شود (سبب و اثر).....
۶۷.....	حساب کردن.....		
۶۸.....	بلندبردن مهارت‌های فکر کردن طفل تان.....		
۷۱.....	<b>فصل هشتم: تدریس فعالیت‌های روزانه</b>	۷۱.....	مواظبت نمودن از خود.....
۷۸.....	لباس پوشیدن.....	۷۲.....	کمک کردن در کارهای خانه.....
۸۲.....	استفاده از تشناب یا بیت‌الخلاء.....	۷۳.....	داشتن سلوک خوب.....
۸۴.....	پاک نگه داشتن.....	۷۴.....	غذا خوردن.....
۸۵.....	<b>فصل نهم: ایمنی یا مصونیت</b>	۸۵.....	جهت کمک به طفل تان تا در خانه بصورت ایمن حرکت نماید.....
۸۷.....	جهت ایمن ساختن بیشتر محیط خارج از خانه.....		
۸۹.....	<b>فصل دهم: حرکت</b>		

فعالیت ها برای کمک به طفل تان تا خودش حرکت نماید..... ۹۰

کمک به طفل تان برای آموزش ایستاد شدن..... ۹۲

مهارت های دست و انگشت..... ۹۸

### فصل یازدهم: کمک به طفل تان تا بداند که در کجا است (آشنایی و جهت یابی)..... ۱۰۱

چگونه یک طفل می آموزد تا بداند که در کجا هست..... ۱۰۲

لمس و احساس..... ۱۰۸

بویایی..... ۱۱۰

دیگر مهارت های شناسایی موقعیت..... ۱۱۱

جامعه چگونه کمک کرده می تواند..... ۱۱۴

### فصل دوازدهم: جلوگیری از سوء استفاده جنسی..... ۱۱۵

بعضی حقایق در مورد سوء استفاده جنسی..... ۱۱۶

وقایه از تجاوز یا سوء استفاده جنسی..... ۱۱۹

چگونه می توانم بدانم اگر طفل من مورد تجاوز یا سوء استفاده جنسی قرار گرفته باشد..... ۱۲۳

برای مصون تر ساختن همه اطفال در جامعه..... ۱۲۴

### فصل سیزدهم: بخشی از جامعه شدن..... ۱۲۵

چگونه اعضای جامعه می توانند کمک کنند..... ۱۲۶

پروژه های جامعه..... ۱۳۲

پیشنهادات برای زمین بازی..... ۱۳۴

### فصل چهاردهم: آماده شدن برای کودکان و مکتب..... ۱۳۵

آماده شدن برای کودکان و مکتب..... ۱۳۵

آموختن خواندن و نوشتن خط بریل..... ۱۳۹

مکتب برای همه اطفال با اهمیت است..... ۱۴۰

### فصل پانزدهم: حمایت از والدین و مواظبت کنندگان..... ۱۴۱

وقتی برای اولین دفعه می فهمید که طفل شما بخوبی دیده نمی تواند..... ۱۴۲

واقعین بودن..... ۱۴۴

نیرومند شدن والدین اگر باهم کار نمایند..... ۱۴۷

### فصل شانزدهم: چرا اطفال قوه دید خود را از دست می دهند و ما چه کرده می توانیم..... ۱۵۵

اسباب نابینایی و مشکلات چشم..... ۱۵۶

چگونه مردم می توانند برای وقایه از نابینایی باهم کار کنند..... ۱۶۷

عقاید سنتی و دواهای چشم..... ۱۶۵

طریقه های دیگر برای وقایه از نابینایی..... ۱۶۶

### فصل هفدهم: همزمان با بزرگ شدن طفل تان..... ۱۶۹

وقتی طفل شما درک می کند که نابینا است..... ۱۶۹

ادامه دادن به حل مشکلات..... ۱۷۳

فکر کردن در مورد آینده..... ۱۷۴

استفاده از تجارب خود برای کمک دیگران..... ۱۷۴

### ضمیمه الف: چارت های انکشاف طفل..... ۱۷۶

ضمیمه ب: بازیچه های که شما ساخته می توانید..... ۱۸۴

## چگونه این کتاب استفاده شود

هنگام استفاده از این کتاب کوشش نمایید که ابتدا فصل‌های ۱ تا ۴ را بخوانید. این فصل‌ها زمینه‌های معلومات مهم را در این مورد فراهم می‌سازد که چگونه به طفل خود کمک نمایید تا بیاموزد. بعد به فصل‌های ۵ تا ۸ بروید، همچنان فصل‌های ۱۰ و ۱۱ تا مثال‌ها را از فعالیت‌هایی پیدا کنید که به طفل شما کمک نماید تا مهارت‌های جدید را بیاموزد. قسمت‌های باقیمانده این کتاب حاوی معلوماتیست برای کمک مواظبت‌کنندگان تا از یکدیگر حمایت نمایند، برای کمک به والدین تا از همدیگر بیاموزند و باهم کار کنند و برای افزایش سطح دانش شما در مورد نابینایی و مشکلات بینایی.

### در مورد تصاویر

از آنجایی که متن اصلی این کتاب برای مردم تمام جهان نوشته شده است - آنانی که از اطفال دارای مشکلات بینایی مواظبت می‌کنند، تصاویر کتاب افرادی را از فرهنگ‌های مختلف نشان می‌دهد. ما امیدوار هستیم این تصاویر به شما خاطر نشان سازد که مردم سراسر جهان به عین چالش‌هایی مواجه اند که شما مواجه می‌باشید.

### یادداشتی در مورد زبان استفاده شده در این کتاب

در بیشتر کتاب‌های که در مورد اطفال نابینا به نشر رسیده مخاطب پسران بوده، ضمیر و اسمای مذکر در آنها بکار رفته است. این بخاطر است که جامعه فکر می‌کند مردان مهمتر از زنان اند و این عقیده در زبان نیز رشد کرده است.

در واقعیت دختران نه تنها از زبان‌ها خارج مانده اند، بلکه آنها توجه و مواظبت کمتری را نیز دریافت می‌کنند. این می‌تواند شامل دریافت مقدار کمتر غذا و دریافت کمتر مواظبت‌های صحتی باشد - که هر دوی اینها در ایجاد نابینایی سهم دارند. در متن انگلیسی این کتاب زمانی که به اطفال اشاره شده کوشش بعمل آمده است تا بصورت مساوی ضمائر مفرد مؤنث و مفرد مذکر بکار گرفته شود. البته چون در زبان دری (فارسی) ضمیر مفرد برای مؤنث و مذکر همسان است، کوشش بعمل آمده تا در ترجمه اسم‌های دخترانه و پسرانه بصورت مساویانه در نظر گرفته شود.

بخاطر باید داشت، همه اطفال اعم از دختر و پسر لایق دوست داشتن و مواظبت بوده و به آن نیاز دارند.

