

六個朋友

——認識六大身心障礙類別

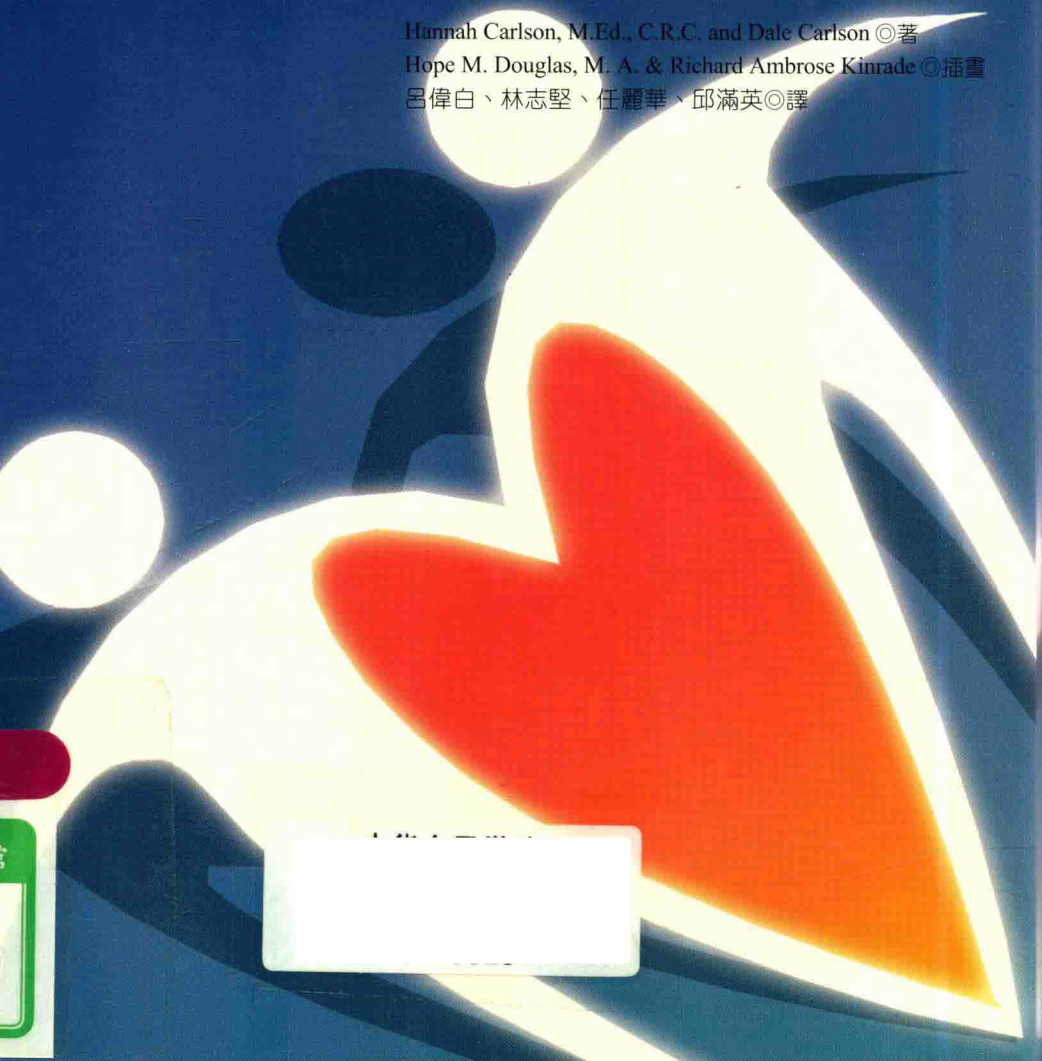
Living with Disabilities

——6-Volume Basic Manuals for Friends of the Disabled

Hannah Carlson, M.Ed., C.R.C. and Dale Carlson ©著

Hope M. Douglas, M. A. & Richard Ambrose Kinrade ©插畫

呂偉白、林志堅、任麗華、邱滿英©譯



W/
205

六個朋友

——認識六大身心障礙類別

Living with Disabilities

——6-Volume Basic Manuals for Friends of the Disabled

Hannah Carlson, M.Ed., CRC and Dale Carlson ©著
Hope M. Douglas & Richard Ambrose Kinrade ©插畫
呂偉白、林志堅、任麗華、邱滿英 ©譯

洪葉文化事業有限公司

國家圖書館出版品預行編目資料

六個朋友：認識六大身心障礙類別／Hannah Carlson, Dale Carlson
原著；Hope M. Douglas, Richard Ambrose Kinrade 插畫；林志堅等譯。

--初版。--臺北市：洪葉文化，2002[民 91]

面；公分

譯自：Living with disabilities：6-volume basic manuals for friends of the
disabled

ISBN 957-0420-65-0

1. 殘障者

548.2

91018442

六個朋友——認識六大身心障礙類別

Living with Disabilities——6-Volume Basic Manuals for Friends of the Disabled

原 著／Hannah Carlson, M.Ed., CRC & Dale Carlson

插 畫／Hope M. Douglas & Richard Ambrose Kinrade

譯 者／呂偉白、林志堅、任麗華、邱滿英

執行編輯／連茹萍

封面設計／張淑慧

發行人／薛慶意

發行所／洪葉文化事業有限公司

登記號：局版台業字第 5509 號

地 址：106 臺北市羅斯福路三段 283 巷 14 弄 22 號 3 樓

電 話：(886 2) 2363-2866

傳 真：(886 2) 2363-2274

劃 撥：1630104-7 洪有道帳戶

門市部／電 話：(886-2) 2736-2544

版 次／2002 年 11 月初版一刷

ISBN／957-0420-65-0

定價 300 元

◎如有缺頁、破損、裝幀錯誤請寄回更換

前言

〈與六大障礙類別的朋友交往〉

對於大多數身心障礙的成人或是孩子來說，他們一定要學著如何把生活過得豐富而且成功。在一個已開發的國家，無論是智障、學習障礙或是感官障礙，都可以得到以下的服務和資源：現代化的科技、進步的醫學，體制化的鑑定、治療和復健中心，還有各種學習機構以及權益爭取組織的創設、適應方案和輔導支援、特教權益、地方和全國的支持團體、經費和資源。

但是人們往往因為錯誤的訊息而導致明顯的偏見，這樣的偏見不僅存在於陌生人，甚至和身心障礙者最親近的朋友、家人、老師、老闆也免不了。這樣的偏見來自於恐懼：恐懼這些發生在身心障礙者身上的事情也會發生在自己的身上。我們的社會對於聽覺、視覺、身高、智商和身體及心理的適應測驗非常看重，卻不認為對人友善、有愛心、盡心從事工作、和同伴合作這些能力有什麼重要。

《六個朋友》這本書，對於身體、情緒、智能和學習這幾種障礙做了概括的說明，希望能讓所有的人都能瞭解：這些類別的障礙在醫學上的成因、障礙的情況是如何、社會的資源有哪些，以及相關的鑑定說明。書中也包含了身心障礙者以及他們周遭人們的感受和行為，還有他們可以使用的應

對方式和應該有的態度。

此外，本書可以成為身心障礙者、他們周遭的人，以及所有關心身心障礙人們的實務手冊。本書附有全國和地方的資源、延伸閱讀書籍、協助和支持團體、再訓練的機構、家庭及職場服務，以及科技輔具、特教法的權益和經費。（譯注：為因應國情，中文譯本將附錄部分或刪除，或改為國內的資料。）

對於這本基本指南的書籍來說，也許最重要的原則是：記住，絕大多數的障礙類別是非常「民主」的，他們可能發生在年輕人或是老年人身上，無論有錢人或窮光蛋、男人或女人、任何身分、階級、國籍或者家庭都可能出現這些身心障礙者。在這個快速運轉的世界，任何人都會因為身體或是智能上的原因被拋出軌道之外。因此，我們最好先有這些基本訊息。善意的瞭解永遠是恐懼、偏見和猜疑最好的溶劑。

無知的恐懼和傷害

呂偉白

我和大部分在台灣長大的孩子一樣，從小沒有什麼機會去瞭解身心障礙的朋友，也許曾經有過和智障同學同班的經驗，也許曾經在路上碰過一、兩個和我們不太一樣的孩子，但是始終覺得那樣的人是距離我很遙遠的，我不必、也不會和他們有任何的關係。

直到高中時，發生了一件讓我印象深刻的事。一次和女同學們喳喳呼呼的走在馬路上，遠遠地，看見一位患有嚴重小兒麻痺症的大男孩扶著腳一拐一拐的走過來，有人說了一句：「你看那個人好可憐！」頓時，大家靜默無聲，當我們和男孩交錯而過時，時間好像停格了，我的表情僵硬、眼光不知該停在哪裡，這時，忽然從男孩口中爆出一句三字經。

這樣的影像一直停留在我心中，我們並沒有做出任何歧視身心障礙者的行為，但是，我們不自然的對應卻深深的刺傷了那位敏感的男孩。無知的我們，在看到身心障礙者時，所有的情緒其實是「恐懼」，而這樣的恐懼是出自於無知。

這幾年，在不遺餘力推廣學習障礙觀念的過程中，最大的感觸還是國人對於身心障礙者的普遍無知，不僅是對於隱性障礙，例如注意力缺陷過動症及學習障礙的無知，甚至對於明顯的感官障礙也不見得瞭解多少。我自己在研讀相關的

資料和接觸到相關的人士時，也十分驚訝於我們對各類障礙的困難，實在瞭解得太少了。大概許多人和我一樣，並不知道聽障的人士絕大多數會因為聽覺的影響而造成閱讀困難。也可能只有極少數人知道全台灣目前只有兩隻導盲犬，原因更是牽涉到整體環境的配套問題。

雖然近幾年有關身心障礙的書籍漸漸增加，但是通常趨於兩極，一類是提供給專業人士（或未來的專業人士）參考的書籍，一類是感性、故事性的身心障礙者勵志書籍。前者對於一般人實在很難入口，而後者又讓真正想瞭解真相的人搔不著癢處。我們缺乏寫給一般人看、而又具有某個程度專業性的書籍，因此當洪葉出版社提出本書的翻譯計畫，並邀請我負責其中的一章〈我有一個學習障礙的朋友〉時，我除了欣喜還有感謝——欣喜出版社的理念，感謝為身心障礙者打開了一扇瞭解的窗。

本書共包含視障、聽障、學障、精神疾病、智障以及肢障六種身心障礙類別，此外，還在各篇章中介紹其他相關的障礙，例如在討論學習障礙時，並介紹常常伴隨學習障礙者的注意力缺陷過動症（ADHD）和注意力缺陷症（ADD），以及容易和學習障礙混淆的自閉症等等。本書除了以簡明易懂的方式轉化專業術語之外，我個人最欣賞的部分是每一種障別都舉一些個案為例，真實呈現這些身心障礙者所遭遇到的困境和需要的協助。

誠如作者在前言中所言，我們任何人都無法自外於身心障礙的世界，任何人都有可能成為身心障礙者的父母、朋友、老闆或者伴侶，甚至於成為身心障礙者本人。因此這是一本適合所有人的讀物。

關懷弱勢，付出愛與尊重

林志堅

對於身心失能者而言，最大的痛苦往往不是來自身體功能障礙本身，而是來自他人異樣的眼光。人們可能因為不同原因的疾病或創傷，導致身體機能受損，以致於喪失了原本具有的某些能力（失能），再加上後天環境的不良，終於導致殘障（無法獨立自主地從事工作、休閒與日常生活）。譯者從事臨床醫療工作十餘年，有機會接觸許許多多受到各種不同身心疾病所苦的病友，深知對於病友們而言，最迫切需要的並不是來自他人的同情或金錢幫助，而是週遭人們發自內心的尊重與諒解。身心失能者就和你我一樣，除了因為疾病或創傷導致的身體機能缺損之外，同樣需要自尊、朋友、愛與關懷。

很可惜地，因為人們大都缺乏對身心障礙的正確認知，以致於對身心失能者往往難以用平常心對待，而流於一些刻板印象：有些人總是認為身心失能者能忍受身體的諸多不便，一定有超乎常人的毅力情操；有些人則認為身心失能者因為疾病與殘障的折磨，內在的心理必然脆弱不堪；有些人在面對身心失能者時，會勾起本身潛藏內心的情緒，以致於百般迴避；有些人將身心失能者視為異類，充滿好奇心卻袖手旁觀；然而有更多的人願意伸出溫暖的援手，卻又不知道

該如何著手？因為對身心失能的無知，不但失能者本身痛苦萬分，周圍的親戚朋友也都跟著受盡折磨。

《六個朋友》這本書正好解答了上述的困境，本書深入淺出地探討了六大類常見的身心失能症（包括視障、聽障、學障、精神疾病、智障與肢障），完整地描述身心失能的概念、疾病原因、診斷治療、失能者的情緒行為、親戚朋友的情緒行為、身心復健資源與相關法律知識等，以宏觀的方式引導讀者重新正確認識遍佈在你我週遭的身心失能者，探討如何正確地認知身心失能的事實？如何尋求醫療與社會福利幫助？如何以合宜的態度和失能者相處？如何適切而非突兀地提供失能者所需要的協助？

原著是以美國的社會文化背景來編寫，其中描述美國對於身心失能者所提供的各項資源與協助，包括政府衛生、教育與社會福利機構，以及民間的各類自助團體、身心障礙者協會等，當然不能全然套用到國內，但仍然具有參考價值，尤其是基於對於身心失能者的人性尊重，不惜動用龐大的資源提供失能者需要的各類衛生醫療、特殊教育與社會福利等協助，是國內相關身心失能衛生福利工作推動時的榜樣。

關懷弱勢者的需要，協助身心失能者克服生理與心理上的缺陷邁向更美好的明天，正是人性光輝良善的一面，想要達成這個理想目標還有很長的路要走，願所有的人一起努力，讓我們對身心失能者多一分正確的瞭解、多一分尊重、多一分合宜的關懷，有更多更多的人，願意伸出溫暖的雙手，共同攜手邁向更美好的未來！

由認識而瞭解而接納

任麗華

這世界上如果少了海倫凱勒、羅斯福、劉俠、托斯卡尼尼（Toscanini）、舟舟和約翰奈許，不知會變得怎麼樣？事實上，上述這些在特教、政治、社會福利、音樂和科學上對人類有卓然貢獻的人，都是身心障礙的朋友。

根據聯合國的判斷，不管在先進國家或落後國家，每個國家大約有10%~15%的身心障礙者。若以此推論，台灣應約有240萬至360萬名的身心障礙者。即或不然，依內政部的統計數字，台灣目前持有身心障礙手冊者實有70多萬人。

身心障礙者除了其先天或後天原因所造成在感官、心智、生活上的不方便與限制外，基本上他們也是和我們一樣有血有肉、有七情六慾的人。可惜我們常因為對他們認識太少而產生害怕。例如，我們害怕患有精神疾病者會像不定時炸彈般的傷害我們，我們害怕和智能不足的人結婚會將其基因遺傳給下一代。

除了害怕，我們也可能會擔心，擔心自己不知道如何與身心障礙者相處，擔心自己不小心提出的問題會不會刺痛了他們的內心，擔心自己是否能在生活上為他們提供什麼幫助。這種種的焦慮、害怕和擔心，導致我們更不能自在的與身心障礙者相處。其實，身心障礙者更期待我們伸出友誼的

雙手，在友誼的交流中，不僅他們的生命變得更為豐富，我們也相對的活化了愛的管道。

身為一個肢體障礙者，我常感嘆在目前台灣的公共場合中，很少看到身心障礙者的出現。其中除了硬體的無障礙環境設施不夠落實外，還有人為的軟體因素。例如，我們太過保護身心障礙者，凡事怕他們受傷而不捨得讓他們面對真實甚至殘酷的人生，或是不知道如何協助他們與一般人融合。

除了太少看到身心障礙者走在人群中之外，我也常感嘆在目前台灣汗牛充棟的書堆中，極少看到出版社出版與身心障礙者有關的書籍介紹。所以我非常高興洪葉出版社願意選擇這本書來翻譯並出版，我相信它不但能幫助一般人認識身心障礙者，也能幫助身心障礙者認識他們自己的障別和其他的障別。這本書對身心障礙者本人、家屬、老師，以及關心身心障礙者的所有朋友，都是一本十分適用的讀物。

本書共分為六篇，分別介紹了視覺障礙（失明）、聽覺障礙（失聰）、學習障礙、精神障礙、智能障礙以及肢體障礙，每一篇都介紹了在醫學上產生種種障別的病因及情況、作為一個患此障別的人有何情緒和反應，我們一般人對他們的情緒和反應、如何做才是合宜的互動態度和行為、如何尋找診斷，以及一些此類障礙患者在生活中的真實故事。此外，在學習障礙單元之後附錄了與學習障礙有關的資源機構及書籍、錄影帶、雜誌和網站，提供給大家參考。

雖然本書無法涵蓋目前政府所認定的十六種身心障礙類別，但它至少開啓了我們對於常見的感官、心智、生理等障別的入門指導，不再讓無知造成害怕甚至產生距離。

我們無法向自己保證，在我們一生中都不會變成殘障

者。如果許多身心障礙者已經與那些如影隨形的障礙相處得怡然自得，甚至藉由各種新科技與輔具的協助而因此發揮了他們的潛能，我們何不從這本書開始認識他們及他們的親密戰友——各種不同的障別。

我堅心相信，當我們對身心障礙者認識得越多時，我們也就能夠越瞭解他們。更多的瞭解可以帶來更多的接納，更多的接納會為雙方帶來更多的自在與欣賞。當有一天，我們對我們周圍的身心障礙朋友相知相惜時，就表示我們的社會又往前跨進了一步。

與身心障礙者做朋友

邱滿英

暑假前接獲洪葉出版社主編的邀約，希望能為其翻譯一篇有關認識聽障朋友的文章，原先唯恐自己能力不足而不敢冒然答應，也推薦了特殊教育界的先進給主編；但經主編極為誠懇的邀約，希望能藉由在特教界前線服務的筆者，以在特教界服務的多年經驗和對聽障朋友的瞭解，較能貼切的詮釋此文，並希望能先寄上文章給我看看後再做決定……沒想到在閱讀過此文章的大綱後，深受此文作者對失聰人士的瞭解而感動，也就大膽地接下此重責大任了。也因為翻譯此篇文章，深深感受此文作者對認識六大障礙類別朋友的用心與專精而感動，基於好東西與好朋友分享的心理，特別推薦與介紹這本書——《六個朋友》。

《六個朋友》這本書，敘述和六大障礙類別人士的交往，宗旨在於認識六大障礙類別的朋友。本書內容包含了六大障礙類別——視覺障礙、聽覺障礙、學習障礙、精神疾病、肢體障礙與智能障礙等。

作者從〈與六大障礙類別的朋友交往〉為標題開始，很自然的吸引了讀者的眼光，再從導論篇中，敘述一般在社會上對各障礙類別所存在的誤解，並正式地導入正確的觀念，讓讀者由淺入深，很輕易地接納了正確訊息。

從導論開始，作者從敘述造成各障礙類別的主因，由醫學上的學理、病理學上先天與後天病因形成的主因與疾病特徵詳細介紹，並以已定位之各障礙類別的定義、類別、詳細說明與分類，讓讀者很清楚的認識與瞭解各障礙類別形成的原因與類別定義。

再者，由心理方面論及與各障礙類別的朋友相處時，雙方相處的心態感受，和雙方相處時應有的正確態度，並詳述每一個人的責任。各障礙類別的朋友與正常人士相處時的心態及感受，或正常人士和各障礙類別的朋友相處時的心態及感受，都有詳細的闡述，並明確的指引雙方相處時應有的正確態度。

第四單元〈尋求診斷篇〉，則詳細的敘述，若家裡或週遭親友有各障礙類別發生時，如何去尋求醫療上的診斷、與選擇一個支援系統（醫師、學校、工作）或健康醫療照顧系統來尋求幫助……等。

第五單元為〈生命歷程篇〉，詳細的敘述各障礙類別的生命歷程並列舉一些實例、說明家人對各障礙類別的相處觀念。指引家中若有各障礙類別的孩子時，必須要求父母與兄弟姐妹如何慎重去檢視，甚至慎重地去調適他們對各障礙類別的相處觀念。

第六單元為〈資源篇〉，詳細的敘述各障礙類別的特殊服務、協助器材與對各障礙類別的支持，並列舉處理殘障者事務時所需的政策與法規、耐心與恆心等；以及對保護各類殘障者權利之政策與法規的認識、與制度中各個環節交涉所需的耐心、有恆心地堅持爭取各障礙類別所需的資源等。

第七單元為〈調整篇〉，詳細的敘述調整個人的態度、

家庭與社區為各障礙類別做「合理的調適」，所謂「合理的調適」，是指針對建築上與程序上的障礙做出即可達成的調整。設身處地為殘障者著想，做出即可達成的調整來便利殘障者。

最後一個單元為〈各障礙類別的異常部分〉，詳細的敘述各障礙類別的異常部分，增進讀者對異常部分的瞭解。

綜合上述，要認識六大障礙類別的朋友，《六個朋友》這本書，是能讓一般讀者深切瞭解各障礙類別的一本好書，從特教的角度來看，整本書鉅細靡遺，確實是值得推薦的一本好書。

目 錄

第一篇 我有一個眼睛看不見的朋友

1. 疾病特徵與病因	4
2. 他們的感受，你的感受	13
3. 雙方應有的應對方式	21
4. 尋求診斷	28
5. 與眼睛看不見的朋友一起生活	33
6. 資源	40
7. 居家與外出生活	71

第二篇 我有一個失聰的朋友

1. 聽覺喪失：狀態	56
2. 他們的感受，你的感受	62
3. 雙方應有的應對態度	65
4. 尋求診斷	71
5. 無聲世界：生命的歷程	79
6. 資源	86
7. 調整你的態度，你的家庭，與你的社區	92
8. 選擇性異常	94
9. 附錄	96

第三篇 我有一個學習障礙的朋友

1. 疾病特徵與病因 105
2. 他們的感受與反應，你的感受與反應 115
3. 雙贏的方法和技巧 122
4. 尋求鑑定 125
5. 和LD、NLD、ADD、ADHD一起生活：幾個真實的故事 132
6. 資源 141
7. 其他容易混淆的障礙 146
8. 附錄 152

第四篇 我有一個患精神疾病的朋友

1. 疾病特徵與病因 160
2. 他們的感受與反應，你的感受與反應 175
3. 行為模式與有效處理方法 185
4. 尋求診斷 189
5. 與精神疾病患者生活的真實故事 198
6. 資源 207
7. 疾病各論 213

第五篇 我有一個智能障礙的朋友

1. 疾病特徵與病因 218
2. 他們的感受，你的感受 224
3. 雙方應有的應對態度 227