

无障碍融合 简易手册

与心智障碍人群
无障碍相处的建议

- 生活篇
- 校园篇
- 工作篇

愿每一个人都能
生活在充满美与爱的世界里



本手册版权归上海艺途公益基金会所有
未经许可，不得转载本手册内容，否则将视为侵权

策划

上海艺途公益基金会

主编

夏子捷

编委

赵文清 艾晨

插画

朱国华

设计

夏子捷

学术支持

仇子龙



艺途公益基金会
WABC Charity Foundation

Chapter 01 前言

心智障碍人群通常是处于社会边缘的弱势群体，我们很难听到他们的声音，甚至很少在生活中见到他们；他们也因为被贴上了各种标签，而很难融入社会生活、被平等对待。

中国残疾人联合会首任主席邓朴方先生曾说：“不是不理解，只是不了解；不是不人道，只是不知道。”

WABC艺途公益基金会希望通过《无障碍融合简易手册》，让更多人了解心智障碍人群，知道如何与他们相处，一起放下偏见，构建一个包容的社会环境，让心智障碍人群能够有尊严地生活并融入社会。

Chapter 02 什么是心智障碍人群？

心智障碍，是指发展期间（18岁前），智力功能显著低于常态，同时伴随有是适应性行为（人的适应外界环境赖以生存的能力）方面的缺陷。心智障碍者群体包括智力发育迟缓、脑瘫伴有智力障碍、唐氏综合征人群、自闭症谱系人群等等不同类型人群，他们共同的功能性障碍体现在沟通障碍、学习障碍和社会互动障碍。根据2006年第二次全国残疾人抽样调查数据显示，目前，全国心智障碍者人数约1200万。

精神障碍

大脑机能活动发生紊乱，导致认知、情感、行为和意志等精神活动不同程度障碍的总称。许多精神障碍患者有妄想、幻觉、情感障碍、哭笑无常、行为怪异、意志减退，绝大多数病人缺乏自知力，不认为自己有病，不主动寻求帮助。常见的精神病有：精神分裂症、躁狂抑郁性精神障碍、更年期精神障碍、偏执性精神障碍以及各种器质性病变伴发的精神障碍等。

小儿脑性瘫痪

俗称脑瘫。是指从出生一个月内脑发育尚未成熟阶段，由于非进行性脑损伤所致的以各运动功能障碍为主的综合征。是小儿时期常见的中枢神经障碍综合征，病变部位在脑，累及四肢，常伴有智力缺陷、瘫痪、行为异常、精神障碍及视、听觉、语言障碍等症状。

唐氏综合征

唐氏综合征即21-三体综合征，又称先天愚型或Down综合征，是由染色体异常（多了一条21号染色体）而导致的疾病。60%患儿在胎内早期即流产，存活者有明显的智能落后、特殊面容、生长发育障碍和多发畸形。

自闭症

被归类为一种由于神经系统失调导致的发育障碍，其病征包括不正常的社交能力、沟通能力、兴趣和行为模式。自闭症是一种广泛性发展障碍，以严重的、广泛的社会相互影响和沟通技能的损害以及刻板的行为、兴趣和活动为特征的精神疾病。

以自闭症为例，美国疾病预防控制中心在2020年发布的发病率和死亡报告检测摘要中，再次更新2016年数据：在美国每54个儿童中就有1名患有自闭症（1:54），自闭症患病率提高了近10%。

而在我国，自闭症患病儿童（6-12岁）中，男女发病比例分别为0.44%和0.12%。

数据来源：<Prevalence of Autism Spectrum Disorder in China: A Nationwide Multi-center Population-based Study Among Children Aged 6 to 12 Years>, Shanghai Institutes for Biological Sciences, CAS 2020

生活篇 Chapter 03

心智障碍人群在面容和行为上可能和我们不太一样：

唐氏综合征人士的皮肤普遍较白、鼻根较低；自闭症谱系障碍人士会碎碎念，有一些奇怪的行为举止，比如绕着圈跑、大笑；脑瘫人士的行动姿势异常……

请你不要对他们指指点点，也不要异样的眼光看着他们，换个角度想想，他们也“怪可爱”的。

当你见到或提起他们的时候，请不要用“傻子”称呼他们。他们其实有各种好听的名字——“来自星星的孩子”、“糖宝宝”……

虽然脑瘫人士在行动上会有一些困难，但是他们中的大多数可以和我们正常交流，只是语速比较慢，请你多一点耐心，给他们点时间完整表达自己的想法。

自闭症谱系障碍人士在理解与沟通上都存在一定的障碍，如果你和他们讲话但没有得到及时的回应，你可以尝试多主动沟通几次。

大部分自闭症谱系障碍人士都有属于自己的一套行为模式，如果被打破，他们会有情绪起伏，甚至大喊大叫。请你尊重他们，并帮助他们适应新环境。

有时候，绕圈跑、大笑、拍手，都是他们释放情绪的方式。请不要制止他们，过一会儿他们就会安静下来。



虽然他们是特殊人群，但他们也有能力，或需要被培养能够照顾自己的能力。如果你在生活中遇到了他们，欢迎你鼓励他们并给出适当的帮助，不要试图帮他们做所有的事情。

随班就读是保障残疾儿童少年平等接受义务教育的重要途径，近年来，各地落实《残疾人教育条例》要求，大力实施融合教育。

据中国残联统计的数据显示，截至2020年，中国各类残疾人总数已达8500万（包含心智障碍人群）。截至2015年底，在普通小学、初中随班就读和附设特教班就读的在校残疾学生仅23.96万人。

2017年发布的《中国校园欺凌调查报告》中指出，我国的校园欺凌发生率高达46.23%，而被欺凌的孩子中，很大部分都是特殊儿童。

在上课期间，自闭症学生可能会说话、走动，你可以耐心地告诉他“现在是上课时间，我们应该坐在座位上，安静地听老师讲课”。通常，他们都会理解并且照做。

部分自闭症学生对时间比较敏感，如果下课铃响但老师还没有结束课程，自闭症学生就跑出了教室，请不要指责他，他只是认为到了下课的时间，就可以立刻出去玩儿。



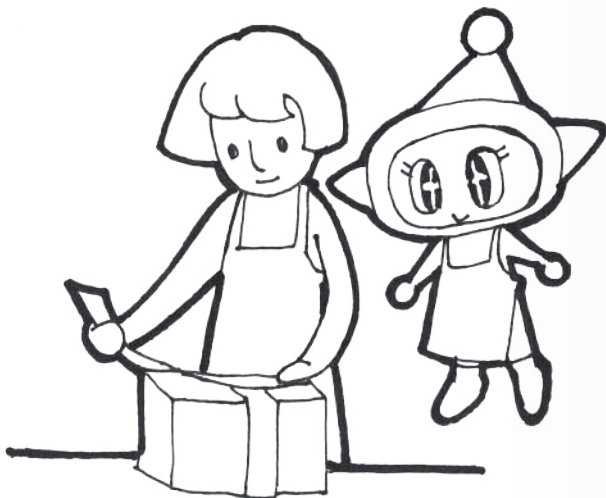
他们可能比较害羞，不知道如何跟你开口。欢迎你主动邀请他和你一起玩耍，但不要给他制造惊吓，他会感到害怕。

如果你看到有同学正在嘲笑、欺负他，希望你勇敢地站出来，制止这样的行为。每位同学都有自己的独特之处，都值得我们尊重。

Chapter 05 工作篇

自闭症谱系障碍人士适合一些重复性较强的工作，经过专业培训之后，他们可以独立做咖啡、做点心、整理文件、卫生打扫、物料分拣等。如果你是企业，欢迎为他们提供一些简单的岗位，帮助他们实现自己的社会价值与经济价值。

他们的动作可能有点慢，是为了尽量确保自己的工作不出错，在不影响进度的前提下，请多给他们些时间，熟能生巧，相信他们下次能做得更快更好。





作为特儿家长，从孩子身上看到了大众对包容和接纳意识对提高，孩子不再像以前那样受歧视，这让我倍感欣慰。

社会在进步，我也期待着更多像WABC这样的公益机构，能够架起社会公众与特殊孩子的桥梁，使倡导和做实事落到实处，推动社会对心智障碍孩子的关注，笑出气势，真正形成残健大融合。

——心智障碍学员家长



记得孩子小的时候，带他出去玩，我每次出门前都要先自己巩固一下心理防线，因为经常会碰到有人会用异样的眼光看我们，还会在一旁指指点点议论一番，更甚至叫自己的孩子离我们远一点。孩子那时候还不懂，没什么感觉，我不免每次都很伤心。

而如今，我俩一起走在大街上，经常会有陌生人给我们赞许鼓励友善的微笑，不经意间总会有人给我们善意贴心的帮助，公益机构也越来越多，各种各样的公益项目层出不穷。孩子接下来即将离开校园，走入社会，我很期待孩子能融入这个社会大家庭中，希望能有工作的机会，希望能有再学习的机会，也希望有更多参加社会活动的机会，愿这些特殊孩子也能有一个不特殊的人生历程，学习、工作、充实的生活着。

——心智障碍学员家长



特殊人群的家庭会比我们经历更多的挑战，感谢每一个人的付出，这个世界需要更多向美向善的心与行动。希望在我们的共同努力下，能够更好地为特殊人群社会融入做出贡献，愿每个人都能生活在充满美与爱的世界里。

——WABC创始人 苗世明

如果你有任何问题或建议
欢迎通过以下方式联系我们

电话：021-61032608

邮箱：info@wabcchina.org

官网：www.wabcchina.org

微博/公众号：WABC无障碍艺途



无障碍融合 简易手册

正确的心态是相处的第一步
比起同情他们更需要的是同理
我们可以尝试着理解和接纳他们
走近他们不一样的小世界



艺途公益基金会
WABC Charity Foundation