

Μάθημα 1^ο Ορισμοί

Ορισμός υγείας και ψυχικής υγείας

Ο ρόλος του φυσικού και κοινωνικού περιβάλλοντος και της ανθρώπινης συμπεριφοράς έχουν τεθεί στο κέντρο του ενδιαφέροντος, αποτελώντας τον πυρήνα ενός νέου υποδιαμόρφωση βιοψυχοκοινωνικού μοντέλου ερμηνείας της υγείας και της αρρώστιας. Σε αυτήν την κατεύθυνση βρίσκεται ο όρισμος της υγείας από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (ΠΟΥ) σύμφωνα με τον οποίο **“ υγεία είναι η κατάσταση της πλήρους σωματικής, ψυχικής και κοινωνικής ευεξίας και όχι η απλή απουσία αρρώστιας ή αναπηρίας”**. Με τον ορισμό αυτό αναγνωρίζονται δυο παράμετροι που οριοθετούν την υγεία: η παράμετρος απουσίας της αρρώστιας και η παράμετρος της ευεξίας.

Ο όρος ψυχική υγεία περιγράφει την κατάσταση ευημερίας κατά την οποία κάποιος αντιλαμβάνεται και αξιοποιεί τις ικανότητές του, είναι ικανός να αντιμετωπίσει το καθημερινό στρες, εργάζεται παραγωγικά και μπορεί να συνεισφέρει στην κοινότητά του. Σύμφωνα με την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας, δεν υπάρχει ένας επίσημος ορισμός της ψυχικής υγείας. Πολιτιστικές διαφορές, υποκειμενικές εκτιμήσεις, επαγγελματικά και ανταγωνιστικές επαγγελματικές θεωρίες όλα επηρεάζουν τον τρόπο με τον οποίο ορίζεται η ψυχική υγεία.

Σε γενικές γραμμές, οι περισσότεροι ειδικοί συμφωνούν ότι η ψυχική υγεία και ψυχική ασθένεια δεν είναι αντιφατικά. Με άλλα λόγια, η απουσία μιας αναγνωρισμένης ψυχικής διαταραχής δεν είναι κατ' ανάγκην ένας δείκτης της ψυχικής υγείας.

Ορισμός Ψυχολογίας και Ψυχολογίας Υγείας

Οι προσπάθειες ορισμού της Ψυχολογίας υπήρξαν στο πέρασμα του χρόνου πολλές και ποικίλες. Η Ψυχολογία ορίστηκε για παράδειγμα ως «η επιστήμη που μελετάει το βίωμα και την συμπεριφορά» ή ως «η επιστήμη που ερευνά τις ψυχικές λειτουργίες του ανθρώπινου ψυχισμού» (Καλούρη-Αντωνοπούλου,1998. Παπαδόπουλος,1990). Αν και δεν υπάρχουν σωστοί ή λανθασμένοι ορισμοί μπορούμε να συμπεριλάβουμε όλα τα παραπάνω ορίζοντας **τη ψυχολογία ως εκείνη την επιστήμη που μελετά την ανθρώπινη συμπεριφορά, αναζητώντας τα αίτια της με σκοπό την κατανόηση, ανάλυση, και πιθανή μεταβολή της, για την καλύτερη ένταξη του ατόμου στο κοινωνικό γίγνεσθαι.** Αυτή βέβαια η προσαρμογή ή ένταξη του ατόμου στο κοινωνικό σύνολο αποσκοπεί στη βελτίωση της ποιότητας της ανθρώπινης ζωής και στην ατομική και κοινωνική ικανοποίηση και ευτυχία.

Η ψυχολογία ανάλογα με το αντικείμενο μελέτης και τη μέθοδο που χρησιμοποιεί διαιρείται σε διάφορους τομείς ένας πο αυτούς είναι και η **Ψυχολογία Υγείας**, μια σχετικά νέα κατεύθυνση της ψυχολογίας που εστιάζεται πάνω στην προώθηση της ψυχικής και σωματικής υγείας, την ομαλή προσαρμογή των ατόμων σε νοσοκομειακά περιβάλλοντα, στην αλλαγή αυτών των περιβαλλόντων ώστε να βοηθάνε καλύτερα τον ασθενή, στην εκπαίδευση του ιατρικού προσωπικού σε θέματα ψυχολογίας του ασθενή, αλλά και στην στήριξη ασθενών με βαριές και τερματικές ασθένειες (π.χ. AIDS, καρκίνος).

Ορισμοί Αναπηρίας, Αποκατάστασης, Θεραπείας

Σύμφωνα με τον Π.Ο.Υ. **Αναπηρία** Είναι μια κατάσταση που είτε υπάρχει εκ γενετής, είτε είναι επίκτητη, μια λειτουργική βλάβη που δυσκολεύει ουσιαστικά τη ζωή του αναπήρου. Είναι συνέπεια βλάβης, των λειτουργιών ή της ανάπτυξης, ή τραυματικών επιδράσεων των συστημάτων στάσης ή κίνησης. Ο κοινωνικός περίγυρος αντιδρά αρνητικά στην εμφάνιση του ανθρώπου που βρίσκεται σε συνθήκες αναπηρίας.

Σχετικά με αυτή τη θεώρηση υιοθετήθηκε η παρακάτω ταξινόμηση:

Βλάβη (impairment) = οποιαδήποτε απώλεια ή ανωμαλία ψυχολογικής, φυσιολογικής ή ανατομικής δομής ή λειτουργίας.

Ανικανότητα (disability) = Οποιοσδήποτε περιορισμός ή έλλειψη (που προκύπτει από μια βλάβη) ικανότητας προς εκτέλεση μιας δραστηριότητας κατά τον τρόπο ή μέσα στο φάσμα δραστηριοτήτων που θεωρείται ομαλό για ένα ανθρώπινο ον.

Μειονεξία (handicap) = Ένα μειονέκτημα για ένα δεδομένο άτομο, που προκύπτει από μια βλάβη ή αναπηρία, που περιορίζει ή εμποδίζει την εκπλήρωση ενός ρόλου που είναι ομαλός (ανάλογα με την ηλικία, το φύλο και κοινωνικούς και πολιτιστικούς παράγοντες) για το άτομο αυτό.

Σύμφωνα με τον Π.Ο.Υ **Αποκατάσταση** είναι «Μια πορεία, στη διάρκεια της οποίας χρησιμοποιούνται όλα τα μέσα επαγγελματικής, παιδαγωγικής, ιατρικής ή άλλης μορφής παρέμβασης, καθώς επίσης δημόσιοι και ιδιωτικοί πόροι, για να επανακτήσουν την ανεξαρτησία τους εκείνα τα πρόσωπα που την έχασαν, μετά από αρρώστια, στέρηση ή τραυματισμό. Είναι μια διαδικασία που σκοπό έχει να επισημάνει, προβλέψει ή ελαχιστοποιήσει τις διάφορες αιτίες ανικανότητας, βοηθώντας το άτομο να χρησιμοποιήσει τις ικανότητές του και να αποκτήσει εμπιστοσύνη και σωστή εκτίμηση του εαυτού του, μέσα από επιτυχημένες εμπειρίες σε διάφορους κοινωνικούς ρόλους.

Επομένως **θεραπεία** ή **διαχείριση** μιας ασθένειας, ορίζεται ως η **πραγματοποίηση όλων των αναγκαίων ενεργειών ώστε να επέλθει η κατάσταση της Υγείας**. Για παράδειγμα, μπορούμε να αντιμετωπίσουμε την τενοντίτιδα με τη χορήγηση κάποιου φαρμάκου αλλά *δεν θα θεραπευτεί η τενοντίτιδα*. Η ολοκληρωτική θεραπεία της τενοντίτιδας επιτυγχάνεται, όταν παράλληλα με την φαρμακευτική αγωγή (αντιφλεγμονώδη) που ορίζει ο θεράπων ιατρός, απαλείφονται οι παράγοντες στους οποίους οφείλονται τα συμπτώματα της ασθένειας.

Μάθημα 2^ο Η αναπηρία

Η αναπηρία αποτελεί ένα πολυδιάστατο φαινόμενο. Η αναπηρία δεν ορίζεται μόνο με ιατρικά κριτήρια, καθώς κάτι τέτοιο θα ήταν εξαιρετικά μονοδιάστατο. Αλλά καθορίζεται σε σημαντικό βαθμό από τις συνθήκες του περιβάλλοντος, οι οποίες μπορούν να την επιτείνουν ή να την περιορίσουν. Για παράδειγμα ένα άτομο με παραπληγία βιώνει συνθήκες κινητικής αναπηρίας σε μη προσβάσιμο περιβάλλον, εφόσον δε διαθέτει αναπηρικό αμαξίδιο. Έαν όμως υπάρχει πρόσβαση πάντα σε ένα αμαξίδιο δε θα έχει στον ίδιο βαθμό κινητικούς περιορισμούς.

Υπάρχουν δύο κύρια πρότυπα της αναπηρίας: το **ιατρικό πρότυπο** και το **κοινωνικό πρότυπο**.

Το ιατρικό πρότυπο

Κάτω από το ιατρικό πρότυπο, τα άτομα με αναπηρίες καθορίζονται από την ασθένεια ή τη φυσική κατάστασή τους. Το ιατρικό πρότυπο θεωρεί την αναπηρία ως μεμονωμένο πρόβλημα. Προωθεί την άποψη ότι ένα άτομο με αναπηρία εξαρτάται και χρειάζεται θεραπεία ή φροντίδα, και δικαιολογεί τον τρόπο με τον οποίο τα άτομα με αναπηρίες έχουν αποκλειστεί συστηματικά από την κοινωνία. Το άτομο με αναπηρίες είναι το πρόβλημα, όχι η κοινωνία. Ο έλεγχος κατοικεί σταθερά με τους επαγγελματίες οι επιλογές για το άτομο περιορίζονται στις επιλογές που παρέχονται και που εγκρίνονται με τη «βοήθεια» του εμπειρογνώμονα.

Το ιατρικό πρότυπο συνοψίζεται καλύτερα στη διεθνή ταξινόμηση, των ανικανοτήτων και των αναπηριών που αναπτύχθηκε από την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας το 1980. Η ταξινόμηση κάνει τις ακόλουθες διακρίσεις:

Η εξασθένιση είναι «οποιαδήποτε απώλεια ή ανωμαλία της ψυχολογικής, φυσιολογικής ή ανατομικής δομής ή λειτουργίας».

Η αναπηρία είναι «οποιαδήποτε περιορισμός ή έλλειψη (ως αποτέλεσμα μιας εξασθένισης) δυνατότητας να εκτελεσθεί μια δραστηριότητα με τον τρόπο ή τα μέσα που θεωρείται κανονικά για έναν άνθρωπο».

Διάγραμμα του ιατρικού προτύπου



Το ιατρικό πρότυπο εστιάζει σε αυτό που ένα πρόσωπο δεν μπορεί να κάνει:

Εξασθένιση	Αναπηρία
Ένας χρήστης αναπηρικής καρέκλας	Δεν μπορεί να ανεβεί σκαλοπάτια ή να περπατήσει στα καταστήματα
Ένα άτομο με προβλήματα όρασης	Δεν μπορεί να διαβάσει τις πληροφορίες στο «τυποποιημένο μέγεθος» μιας εκτύπωσης
Ένα άτομο με έναν επίκτητο τραυματισμό εγκεφάλου	Δεν μπορεί να μιλήσει τόσο γρήγορα όσο οι άλλοι άνθρωποι

Οι άνθρωποι με αναπηρίες έχουν απορρίψει γενικά αυτό το πρότυπο. Λένε ότι τους έχει οδηγήσει σε χαμηλή αυτοεκτίμηση, σε χαμηλή ποιότητα ζωής, σε φτώχη έως ανύπαρκτη εκπαίδευση και στα επακόλουθα υψηλά επίπεδα ανεργίας τους. Προ πάντων, έχουν αναγνωρίσει ότι το ιατρικό πρότυπο απαιτεί την διάλυση όλων των φυσικών τους σχέσεων με την οικογένεια, της κοινότητα και την κοινωνία συνολικά.

Το κοινωνικό πρότυπο

Κατά τη διάρκεια της δεκαετίας του '60 και της δεκαετίας του '70 οι πρόσφατα

σχηματισμένες ομάδες των ατόμων με αναπηρίες άρχισαν να προκαλούν τον τρόπο με τον οποίο αντιμετωπίστηκαν και θεωρήθηκαν μέσα στην κοινωνία. Οι εναλλακτικοί ορισμοί της εξασθένισης και της αναπηρίας αναπτύχθηκαν και αποτέλεσαν τη βάση αυτό που είναι γνωστό σήμερα ως κοινωνικό πρότυπο.

Η εξασθένιση είναι ο λειτουργικός περιορισμός μέσα στο άτομο που προκαλείται από τη φυσική, διανοητική ή αισθητήρια εξασθένιση.

Η αναπηρία είναι η απώλεια ή ο περιορισμός των ευκαιριών να συμμετέχει ένα άτομο στην κανονική ζωή μιας κοινότητας σε ένα ίσο επίπεδο με άλλα άτομα λόγω των φυσικών και κοινωνικών εμποδίων. (Barnes, 1994:2)

Η αναπηρία δεν θεωρείται πλέον ως μεμονωμένο πρόβλημα αλλά ως κοινωνικό ζήτημα που προκαλείται από τις πολιτικές, τις πρακτικές, ή/και το περιβάλλον. Παραδείγματος χάριν, ένας χρήστης αναπηρικής καρέκλας μπορεί να έχει μια φυσική εξασθένιση αλλά η απουσία μιας κεκλιμένης ράμπας είναι ο λόγος που του αποτρέπει την πρόσβαση σε ένα κτήριο. Με άλλα λόγια, το απρόσιτο περιβάλλον είναι ο παράγοντας της ανικανότητας.

Η μετακίνηση των ατόμων με αναπηρίες θεωρεί ότι η «αντιμετώπιση» στο πρόβλημα της αναπηρίας βρίσκεται στην αναδιάρθρωση της κοινωνίας. Αντίθετα από την αντιμετώπιση του ιατρικού μοντέλου, που εστιάζει στο άτομο μεμονωμένα και την αναπηρία του, θεωρείται ότι ο επιτεύξιμος στόχος είναι προς όφελος όλων. Αυτή η προσέγγιση προτείνει ότι το μεμονωμένο μειονέκτημα των ατόμων με αναπηρίες οφείλεται σε μια σύνθετη μορφή θεσμικής διάκρισης τόσο σε θεμελιώδεις δομές στην κοινωνία μας όσο σε ρατσισμό ή και σε «φόβο προς το διαφορετικό».

Το κοινωνικό πρότυπο εστιάζει στο να απελευθερώσει την κοινωνία από τα εμπόδια, παρά στη «φροντίδα» των ανθρώπων με αναπηρίες:



Το ιατρικό πρότυπο σε σχέση με το κοινωνικό πρότυπο:

Ιατρικό πρότυπο	Κοινωνικό πρότυπο
Η αναπηρία είναι μια «προσωπική τραγωδία»	Η αναπηρία είναι η εμπειρία της κοινωνικής κατοχής
Η αναπηρία είναι ένα προσωπικό πρόβλημα	Η αναπηρία είναι ένα κοινωνικό πρόβλημα
Το Ιατρική φροντίδα είναι η «θεραπεία»	Οι ομάδες και τα συστήματα αυτοβοήθειας ωφελούν τα άτομα με αναπηρίες πάρα πολύ
Κυριαρχία των ειδημόνων	Προσωπική και συλλογική ευθύνη
Η εμπειρία υπάρχει σε (καταρτισμένους) επαγγελματίες	Η εμπειρία είναι η πείρα των ατόμων με αναπηρίες
Το άτομο με αναπηρίες πρέπει να προσαρμοστεί	Το άτομο με αναπηρίες πρέπει να επιβεβαιωθεί
Τα άτομα με αναπηρίες έχουν μια μεμονωμένη ταυτότητα	Τα άτομα με αναπηρίες έχουν μια συλλογική ταυτότητα
Τα άτομα με αναπηρίες χρειάζονται φροντίδα	Τα άτομα με αναπηρίες έχουν δικαιώματα
Οι επαγγελματίες έχουν τον έλεγχο	Τα άτομα με αναπηρίες πρέπει να κάνουν τις επιλογές τους
Η αναπηρία είναι ένα ζήτημα πολιτικής	Η αναπηρία είναι ένα πολιτικό ζήτημα
Μεμονωμένες προσαρμογές	Κοινωνική αλλαγή

Παράρτημα I

Οδηγίες άμεσης χρήσης (ο τρόπος που εκφραζόμαστε σχετικά με την αναπηρία)

Λέξεις-Κλειδιά:

Προτεινόμενη συμπεριφορά απέναντι σε ανθρώπους με αναπηρία

Αποδεκτές και μη αποδεκτές διατυπώσεις

Μύθοι και πραγματικότητα σχετικά με τους ανθρώπους με αναπηρία

Όταν συζητάτε, παίρνετε συνέντευξη/ιστορικό ή έρχεστε σε επαφή με έναν άνθρωπο με αναπηρία, χρήσιμο είναι να γνωρίζετε ότι:

Πρώτα να αναφέρετε το πρόσωπο και μετά την αναπηρία (π.χ. ο κύριος Τάδε που έχει τετραπληγία και όχι ο τετραπληγικός κύριος Τάδε).

Συμπεριφερθείτε φυσιολογικά, μην «παρακολουθείτε» κάθε λέξη ή κάθε κίνησή σας για να μην κάνετε λάθος. Μην νιώθετε αμηχανία όταν χρησιμοποιείτε κάποιες εκφράσεις, όπως «θα δούμε» όταν απευθύνεστε σε άτομο με προβλήματα όρασης ή «η απόσταση είναι πέντε λεπτά περπάτημα», όταν απευθύνεστε σε άτομο που χρησιμοποιεί αμαξίδιο.

Μη χρησιμοποιείτε επ' ουδενί συναισθηματικά φορτισμένο λεξιλόγιο, όπως «τραγικό», «θύμα», «καθλωμένος σε αναπηρικό αμαξίδιο». Αποφεύγετε πλήρως υπερθετικούς χαρακτηρισμούς όπως «ήρωες της ζωής», «άτομα με εξαιρετικές ικανότητες» κ.ο.κ.

Μη σπεύσετε να βοηθήσετε τον άνθρωπο με αναπηρία πριν ρωτήσετε εάν είναι απαραίτητη η βοήθειά σας. Είναι πλήρως αποδεκτό να προσφέρετε βοήθεια και, εάν είναι απαραίτητη, θα σας δοθούν οδηγίες.

Είναι ενδεδειγμένο να απευθύνεστε απευθείας στον άνθρωπο με αναπηρία, όταν συνομιλείτε μαζί του, όχι π.χ. στον συνοδό ή τον μεταφραστή του.

Συνομιλήστε με κανονικό τόνο φωνής, αποφεύγετε να χρησιμοποιείτε απλοποιημένη ή συγκαταβατική γλώσσα, σαν να απευθύνεστε σε παιδί.

Μη δείχνετε και μην έχετε νευρικότητα. Έχετε υπομονή, όταν κάποιοι άνθρωποι με αναπηρία χρειάζονται λίγο περισσότερο χρόνο για να δράσουν αυτόνομα.

Χρησιμοποιήστε:	Αποφύγετε:
Άτομο με αναπηρία	Ανάπηρο άτομο Άτομο με ειδικές ανάγκες (εάν και χρησιμοποιείτο στο παρελθόν σήμερα θεωρείται εσφαλμένο)
Άτομα με κινητική αναπηρία ή που έχει	Οι κινητικά ανάπηροι Οι σωματικά ανάπηροι
Αθλητές χωρίς αναπηρία	Κανονικοί αθλητές
Άτομα με αναπηρία	Άτομα με αναπηρίες (χρήση πληθυντικού μόνο όταν το άτομο έχει πολλαπλές αναπηρίες)
Ολυμπιακοί-Παραολυμπιακοί Αγώνες/Αθλήματα	Ειδικοί – Κανονικοί Αγώνες/Αθλήματα
Άτομα με πρόβλημα όρασης ή με τυφλότητα ή που έχει ...	Αόμματοι, στραβοί
Άτομο με νοητική καθυστέρηση	Καθυστερημένος/Καθυστερημένο άτομο
Άτομο με εγκεφαλική παράλυση	Σπαστικός/σπαστικό άτομο

Χρησιμοποιήστε:	Αποφύγετε:
Περιγράφοντας την αναπηρία π.χ. άτομο με ακρωτηριασμό	Παραμορφωμένος, ελλειμματικός, κουτσός
Ο Τάδε είναι άτομο με...(ακολουθεί η ...συγκεκριμένη αναπηρία) ή που έχει	Πάσχει από... Υποφέρει από
Χρησιμοποιεί αμαξίδιο, Χρήστης αναπηρικού αμαξιδίου	Καθλωμένος σε αναπηρικό αμαξίδιο
Άτομο με κινητική αναπηρία, Άτομο με κινητικό περιορισμό ή που έχει	Σακάτης, σακατεμένος, τραυματισμένος
Αναπηρία	Ασθένεια, αρρώστια, πρόβλημα

Απορριπτέα ορολογία «θετικής υπερβολής» (ΔΕΝ ΤΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΜΕ)

- Άτομα με ειδικές ικανότητες
- Ήρωες / νικητές της ζωής
- Νικητές της αναπηρίας
- Με τα μάτια της ψυχής (αφορά άτομα προβλήματα όρασης)
- Κραυγή σιωπής (αφορά άτομα προβλήματα ακοής)
- Πρωταθλητές της θέλησης
- Άτομα με ειδικές αναπηρίες
- Άτομα με ειδικές δεξιότητες
- Ολυμπιονίκες της ζωής /της θέλησης

Δύο όροι ψευδείς που μοιάζουν αληθείς

Θα επιμείνουμε λίγο περισσότερο σε δύο σημεία από την στήλη «Αποφύγετε», διότι αποτελούν εξαιρετικά διαδεδομένες εκφράσεις, όταν παρουσιάζονται θέματα αναπηρίας.

Ο όρος «άτομο με ειδικές ανάγκες» που χρησιμοποιείται στη συντριπτική πλειονότητα παρουσίασης θεμάτων αναπηρίας, επί της ουσίας είναι κενός περιεχομένου. Είναι το ίδιο παράλογος με τον όρο «άτομο με ειδικές ικανότητες»,

που είναι ο χαρακτηριστικότερος από τους λανθασμένους όρους «θετικής υπερβολής».

Ωστόσο, ο όρος στο σύνολό του μπορεί να μη σημαίνει τίποτα (γι' αυτό και δε χρησιμοποιείται πουθενά στον κόσμο, με εξαίρεση τη χώρα μας), αλλά σημαίνουν πολλά απομονωμένες οι δύο τελευταίες λέξεις του. «Ειδικές ανάγκες» είναι οι ανάγκες που δημιουργούνται, όταν σε έναν άνθρωπο δεν προσφέρονται οι δυνατότητες να ασκήσει βασικά δικαιώματα και να απολαμβάνει στοιχειώδη κοινωνικά αγαθά. Για παράδειγμα, ένας άνθρωπος με προβλήματα ακοής, όπως όλοι οι άνθρωποι, έχει την βασική ανάγκη της εκπαίδευσης που αποτελεί βασικό κεκτημένο δικαίωμα.

Η ανάγκη «βαπτίζεται» ειδική, όταν τα άτομα με προβλήματα ακοής δεν έχουν στη διάθεσή τους απαραίτητους μηχανισμούς (διερμηνείς νοηματικής κ.ο.κ.) και συνεπώς δεν υπάρχει η κάλυψη των εν λόγω αναγκών. Εάν ήταν διαθέσιμοι οι μηχανισμοί και τα εργαλεία, η ανάγκη θα παρέμενε βασική.

Αντίστοιχα παραδείγματα μπορούν να διατυπωθούν εκατοντάδες σε διαφορετικούς τομείς. Μεγαλύτερη σημασία έχει να καταλάβουμε ότι ο όρος «άτομα με ειδικές ανάγκες» υποδηλώνει ότι οι άνθρωποι με αναπηρία έχουν διαφορετικές βασικές ανάγκες απ' αυτές του υπόλοιπου πληθυσμού. Αυτή η αντίληψη φυσικά δεν ανταποκρίνεται στην αλήθεια και παράλληλα είναι άκρως υπονομευτική. Εξάλλου ο ίδιος ο κεντρικός φορέας εκπροσώπησης των ΑμεΑ (ΕΣΑμεΑ) έχει απορρίψει τον όρο, ως παρωχημένο. Αναγκαίο συνεπώς είναι ΟΛΟΙ ΜΑΣ να σεβαστούμε εμπράκτως το δικαίωμα των πολιτών με αναπηρία στον αυτοπροσδιορισμό. Αυτό και μόνο αρκεί.

Η έκφραση «καθηλωμένος σε αναπηρικό αμαξίδιο» είναι βαθιά δηλωτική όλων των χρόνια ριζωμένων στερεοτύπων σχετικά με την αναπηρία. Υποδηλώνει την υποσυνείδητη πεποίθησή ότι η αναπηρία είναι συνώνυμη της δυστυχίας. Δεν είναι έκφραση ατυχής, αλλά έκφραση ψευδής. Δεν είναι διαστρέβλωση της αλήθειας, αλλά αντιστροφή της αλήθειας! Το αναπηρικό αμαξίδιο δεν είναι καθήλωση και αδυναμία αλλά εργαλείο μετακίνησης, δύναμη. Ο τετραπληγικός ή παραπληγικός δεν είναι άνθρωπος «καθηλωμένος σε αναπηρικό αμαξίδιο», αλλά θα ήταν «καθηλωμένος», εάν στερείτο το αναπηρικό αμαξίδιο. Η κατανόηση της παραπάνω αλήθειας και μόνο, είναι η κατανόηση της ουσίας όλου του Οδηγού.