

TIPS voor een BETERE COMMUNICATIE tussen slechthorenden/doven en goedhorenden

Communiceren met anderen wordt door slechthorendheid fel bemoeilijkt. Er ontstaan vaak misverstanden over wat er gezegd is of bedoeld wordt. Dikwijls zijn de problemen te wijten aan onwetendheid.

Hieronder enkele tips om de communicatie tussen slechthorenden/doven en horenden te verbeteren.

TIPS voor GOEDHORENDEN in de omgang met SLECHTHORENDEN

Daar waar de slechthorende nog gedeeltelijk gebruik kan maken van auditieve informatie (hoorresten die sterk afhankelijk zijn van de graad van slechthorendheid) is de dove persoon volledig afgestemd op visuele informatie. Beide echter maken zij gebruik van liplezen (spraakafzien) en mimiek, houding, ondersteunende gebaren,...

- Een basisvoorwaarde is daarom dat het lipbeeld van sprekende persoon duidelijk te zien is voor de slechthorende/dove.
- Zorg ervoor dat de slechthorende uw gezicht kan zien als u iets zegt. Let er zo mogelijk op dat uw gezicht voldoende licht ontvangt.
- Probeer te vermijden dat u een slechthorende van achteren benadert, dit kan een hevige schrikreactie veroorzaken.
- Zorg ervoor dat u niet te ver staat. Op deze manier is het voor de slechthorende onmogelijk om te liplezen.
- Trek eerst de aandacht, bv. door een lichte aanraking, of door te beginnen met de naam. "Jan, (even wachten) heb jij het ook zo koud?"
- Praat niet met een hand voor de mond, of met afgewend hoofd. Een sigaar, sigaret of pijp in de mond maakt het ook niet gemakkelijker.
- Roep nooit! Dit kan zelfs pijn veroorzaken bij slechthorenden. Het verhoogt alleen de vervorming en doet de spraakverstaanbaarheid dalen. Spreek rustig en articuleer goed, maar overdrijf hier niet in.
- Als iets de eerste keer niet verstaan wordt, formuleer het de tweede keer dan anders.
- Een slechthorende heeft het in gezelschap altijd moeilijker. Help door bv. het gespreksonderwerp, heel kort, bekend te maken. Herhaal in het kort de vraag als u een antwoord geeft.
- Als u een slechthorende namen of adressen opgeeft, schrijf die dan eventueel op; vooral als het wat moeilijke woorden zijn.
- Als een slechthorende, door verkeerd verstaan een lachreactie oproept (er ontstaan soms heel komische situaties), verklaart u dat dan, zodat de slechthorende ook kan meelachen. Anders sluit u de slechthorende/dove uit en creëert u wantrouwen.
- Let er op dat de akoestische omstandigheden optimaal zijn. Beperk het praten in een grote groep mensen, probeer een rustiger plekje op te zoeken. Teveel omgevingslawaaï maakt uw spraak onverstaanbaar. Een slechthorende kan uw stem niet meer uit het geheel van stemmen halen. Beperk eveneens het praten in ruimtes zoals kerken, sportzalen, grote zalen in musea ed...De akoestische voorwaarden zijn daar zo slecht dat dit nagenoeg altijd problemen geeft. Bovendien kan de dove persoon in deze ruimtes meestal zijn geluidssterkte niet controleren. Maak hem/haar daar dan gerust attent op.
- Tenslotte: het is voor een goedhorende niet altijd even gemakkelijk om met een slechthorende te praten. Bedenk echter: voor de slechthorende is het altijd moeilijk om met anderen te communiceren.

TIPS voor SLECHTHORENDEN in de omgang met GOEDHORENDEN

- Vertel altijd dat u niet zo goed hoort, daarvoor hoeft niemand zich te schamen en het heeft echt geen zin om dat te verbergen! Dit lukt toch niet. Het wekt alleen maar ergernis op dat u goedgehoorden niet verstaat. Vertel uw gesprekspartner hoe ze u kunnen helpen beter te verstaan wat er gezegd wordt (luider spreken of juist niet, rustig praten, de woorden goed en zo zorgvuldig mogelijk vormen enz...).
- Wordt nooit ongeduldig, dan worden anderen het ook. Blijf rustig. Hebt u iets niet verstaan, vraag dan om een herhaling. Laat het eventueel anders formuleren.
- Zorg ervoor dat u uw gesprekspartner goed kunt zien. De meeste mensen spreken niet alleen met hun mond, maar ook met hun handen, hun hele lichaam. Kijk nooit tegen het licht in als u met iemand praat.
- Zoek in gezelschap, waar mogelijk de nabijheid van iemand die u kent en die u goed kunt verstaan.
- Reageert u door mis-verstaan verkeerd op een opmerking? Laat u niet ontmoedigen, maar vraag wat er fout is gegaan en verontschuldigt uzelf voor het misverstand. Wordt er gelachen, lach mee, als het tenminste grappig genoeg is om te lachen.
- Forceer niet tijdens een gesprek, soms wil het echt niet lukken. Voel u dan niet meteen buitengesloten maar wacht een nieuw onderwerp af of vraag iemand u te helpen.
- Wilt u zich wegens vermoeidheid of andere redenen even terugtrekken. Niemand zal u dat kwalijk nemen, als u het maar even aankondigt en de reden vermeldt. Ga niet zonder iets te zeggen weg, dat wordt door velen niet begrepen.
- Bent u in het bezit van één of meer hoortoestellen? Gebruik dit hulpmiddel zoveel mogelijk. Neem rustig de tijd om de instellingen van dit toestel aan te passen aan de situatie waarin u zich bevindt. Vertel uw gezelschap wat u doet ("M'n hoortoestel piept, niet mijn longen..."). Zorg ervoor reservebatterijen bij te hebben.
- Lukt het ondanks alles niet om het gesprek te volgen, maak dan gebruik van pen en papier, laat kernwoorden opschrijven.
- Ratel niet zelf het hele gesprek door. Het is voor u gemakkelijk omdat u de andere zo nooit verkeerd kan verstaan maar de horende zal u maar een 'praatvaar' vinden.
- Tenslotte is het aan te raden altijd zelf het initiatief te nemen. Reken niet (te) veel op anderen. Bedenk dat het voor goedgehoorden ook moeilijk is met u te praten, omdat ze anders moeten praten dan ze gewoon zijn. Uw voornaamste wapen: een goed humeur.
Nota: de mate waarin de bovenstaande regels voor u van nut kunnen zijn, is afhankelijk van uw gehoorverlies en/of de aard van uw slechthorendheid.

TIPS voor de OMGEVING

Uiteraard zijn beide sprekende partijen heel belangrijk en kunnen ze ook in sterke mate bijdragen tot het vlot verlopen van een communicatie. Er zijn echter nog een aantal omgevingsfactoren die het gesprek gemakkelijker kunnen doen verlopen.

- Zorg voor een goede verlichting in het lokaal. Plaats ook geen sterk licht achter de spreker. Indien de slechthorende tegen het licht moet inkijken, kan hij niet liplezen.
- Vermijd omgevingslawaai. Schakel achtergrondgeluiden zoals muziek, televisie,... uit.
- Beperk het praten in akoestische ruimten zoals kerken, sportzalen, grote zalen in musea...

INFORMATIE: Op uw vraag willen vrijwilligers van de vereniging Onder Ons dit onderwerp met u, horende of slechthorende, in groep bespreken. Voor meer inlichtingen en informatie kan u terecht op onderstaand adres.

ONDER ONS v.z.w., Vereniging voor slechthorenden en doofgewordenen, Haantjeslei 213, 2018 Antwerpen, tel.: 03/248 09 45 (maandagvoormidd. van 10-12 uur), u kan ook faxen op dit nr.