

7 TIPŮ, JAK SI POROZUMĚT S LIDMI S MENTÁLNÍM HENDIKEPEM



1 POUŽÍVEJTE JEDNODUCHÝ A SROZUMITELNÝ JAZYK

Komunikujte s jednoduchými a jasnými větami. Zbytečně nekomplikujte věty a vyhněte se složitým frázím nebo dvojsmyslům. Dospělému člověku vždy vykážme, pokud se na tykání nedohodneme. Představte se s podáním ruky, zjistěte jeho/její jméno. Oslovujeme jej paní/pane, případně jménem, pokud jej známe. Ověříme si, zda nás dobře slyší a vidí, zjistíte tak jestli je potřeba další komunikaci přizpůsobit i případnému smyslovému hendikepu. Mluvte pomalu, srozumitelně a v krátkých větách.

2 BUĎTE TRPĚLIVÍ

V rozhovoru nespěchejte, přizpůsobte se tempu, postupujte pomalu a po jednotlivých krocích. Dejte jí/mu dostatek času na to, aby porozuměl/a otázkám a mohl/a na ně odpovědět. Ověřujte si průběžně, že rozumí tomu, co říkáme, a chápe to. Počkejte na odpověď, neodpovídejte za něj/ni.

3 BUĎTE SOUSTŘEDĚNÍ

Při komunikaci s osobou s mentálním hendikepem se snažte být plně přítomní a soustředění. Držte se tématu. Zaměřte se na jednu myšlenku a neodbočujte v rozhovoru jinam, dokud nedostanete odpověď. To pomůže udržet komunikaci srozumitelnou a strukturovanou. Používejte konkrétní, jednoduché a stručné údaje/slova, nezahlcujme složitými informacemi. Vyhněte se zobecňování a abstrakcím (dávno, před tím apod.)



4 POSKYTUJTE POZITIVNÍ ZPĚTNOU VAZBU

Chvála a povzbuzení jsou důležité pro budování důvěry a sebedůvěry u člověka s mentálním hendikepem. Oceňte jejich úsilí a pokuste se najít způsoby, jak je povzbudit k dalšímu rozvoji komunikačních dovedností.

5 POUŽÍVEJTE NONVERBÁLNÍ KOMUNIKACI

Nezapomínejte na signály, jako je oční kontakt, gesta a tělesná poloha. Tyto prvky mohou pomoci vyjádřit porozumění a empatickou reakci. Používejte vizuální pomůcky: obrázky, fotografie nebo symboly mohou pomoci při komunikaci a porozumění. Můžete je použít například při představování různých možností.

Čím můžeme ještě podpořit komunikaci s lidmi s mentálním hendikepem:

-  používání vizuálních pomůcek (prezentace, filmy, fotky, symboly, ilustrace)
-  psaný text upravený metodou „snadného čtení“

6 RESPEKTUJTE INDIVIDUÁLNÍ POTŘEBY

Každý člověk je jedinečný, a proto je důležité respektovat jeho individuální potřeby a preferované způsoby komunikace. Nezapomeňte se ptát, jakým způsobem by daný člověk chtěl komunikovat. Zajímejte se o jejich zájmy – zkuste se dozvědět více o zájmech a oblíbených aktivitách člověka s mentálním hendikepem. Tímto způsobem můžete navázat spojení a vytvořit příjemné prostředí pro komunikaci.

7 BERTE KAŽDÉHO JAKO ROVNOCENNÉHO PARTNERA

Uznávejte hodnotu lidí s mentálním hendikepem a berte je jako rovnocenné partnery při komunikaci. Umožněte jim vyjádřit své myšlenky a názory a respektujte jejich přístup ke komunikaci. V první řadě mluvíte s člověkem, s jeho doprovodem (tlumočníkem) až v druhé řadě. Pamatujte, že každý člověk s mentálním hendikepem je jiný a může preferovat různé způsoby komunikace. Je důležité naslouchat a přizpůsobit se potřebám a schopnostem dané osoby.

JAK SE PROJEVUJE MENTÁLNÍ HENDIKEP PŘI KOMUNIKACI?



- › Snížená úroveň rozumových schopností
- › Potíže s řečí a vyjadřováním
- › Nedostatečná slovní zásoba
- › Potíže s učením, neschopnost naučit se číst a psát
- › Nedostatečná pozornost a problém se soustředěním
- › Zhoršená orientace v čase a prostoru
- › Nižší úroveň sociálních schopností - navazování a udržení vztahů
- › Pomalejší "životní tempo"
- › Zhoršená schopnost orientace a vyhodnocování situace

PRO OKOLÍ NEZVYKLÉ (ČASTO NEOPODSTATNĚNÉ) PROJEVY:

- › Hlasitý smích, nebo naopak sklíčenost, uzavřenost, výbuchy hněvu, nutkavé chování
- › Nerespektování sociálních rolí (tykání, nerespektování postavení, věku)
- › Nedodržování běžné komunikační vzdálenosti (hovoří na nás příliš z blízka, nebo naopak udržuje velký odstup)



**VYTVÓŘTE SI
PROSTOR A ČAS
NA KOMUNIKACI**



**POUŽÍVEJTE METODU
SNADNĚHO ČTENÍ
U DOKUMENTŮ**



**JEDNEJTE
BEZE STRACHŮ
A PŘEDSUDKŮ**