

Tips voor slechthorenden in de omgang met goedgehoordenen

- Vertel altijd dat je 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 je goedgehoordenen niet verstaat.
Vertel uw gesprekspartner hoe ze je 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.).
- Word nooit ongeduldig, dan worden anderen het ook niet. Blijf rustig. Heb je iets niet verstaan, vraag dan om een herhaling. Laat het eventueel anders formuleren.
- Zorg ervoor dat je de 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 je met iemand praat.
- Zoek in gezelschap, waar mogelijk, de nabijheid van iemand die je kent en goed kunt verstaan.
- Reageer je door mis-verstaan verkeerd op een opmerking? Laat je niet ontmoedigen, maar vraag wat er fout is gegaan en verontschuldig jezelf voor het misverstand. Wordt er gelachen, lach mee, als het tenminste grappig genoeg is om te lachen.
- Forceer je niet tijdens een gesprek, soms wil het echt niet lukken. Voel je dan niet meteen buitengesloten maar wacht een nieuw onderwerp af of vraag iemand je te helpen.
- Wil je je wegens vermoeidheid of andere redenen even terugtrekken? Niemand zal je dat kwalijk nemen, als je het maar even aankondigt en de reden vermeldt. Ga niet zonder iets te zeggen weg, dat wordt door velen niet begrepen.

- Ben je in het bezit van één of meer hoortoestellen? Gebruik dit hulpmiddel zoveel mogelijk. Neem rustig de tijd om de instellingen van het toestel aan te passen aan de situatie waarin je je bevindt. Vertel je gezelschap wat je doet ("M'n hoortoestel piept, niet mijn longen..."). Zorg ervoor reservebatterijen bij je te hebben.
- Lukt het ondanks alles niet om het gesprek te volgen, maak dan gebruik van pen en papier, laat kernwoorden opschrijven.
- Praat zelf niet het hele gesprek door. Het is voor jou gemakkelijk omdat je de andere zo nooit verkeerd kan verstaan, maar de horende zal je 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 goedgehoordenen ook moeilijk is met je te praten, omdat ze anders moeten praten dan ze gewoon zijn. Je voornaamste wapen: een goed humeur.

(Nota: de mate waarin de bovenstaande regels voor je van nut kunnen zijn, is afhankelijk van je gehoorverlies en/of de aard van je slechthorendheid)



Vereniging voor slechthorenden en doofgewordenen vzw



Tips voor een betere communicatie tussen slechthorenden, doven en goedgehoordenen

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

In deze folder gaan we dieper in op een aantal mogelijkheden om de communicatie tussen slechthorenden/doven en horenden te verbeteren.

Tijdens een gesprek heeft men steeds twee partijen nl. de slechthorende en de horende. Deze beide bevinden zich in een bepaalde omgeving. Deze drie factoren nl. horende, slechthorende/dove en omgeving zijn de drie grote rubrieken die we verder behandelen.

Tips voor goedgehoorden 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 zijn slechthorendheid) is de dove persoon volledig afgestemd op visuele informatie. Zowel slechthorenden en doofgevoerden maken gebruik van liplezen (spraakafzien) en mimiek, houding, ondersteunende gebaren,...

- Een basisvoorwaarde is daarom dat het lipbeeld van de sprekende persoon duidelijk te zien is voor de slechthorende/dove.
- Zorg ervoor dat de slechthorende je gezicht kan zien als je iets zegt. Let er zo mogelijk op dat je gezicht voldoende licht ontvangt.
- Probeer te vermijden dat je een slechthorende van achteren benadert, dit kan een hevige schrikreactie veroorzaken.
- Zorg ervoor dat je niet te ver staat. Op die manier is het voor de slechthorende onmogelijk 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 maar ook weer niet te traag. Articuleer goed, maar overdrijf ook 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 je een antwoord geeft.
- Als je een slechthorende namen of adressen opgeeft, schrijf die dan eventueel op; vooral als het vrij moeilijke woorden zijn.
- Als een slechthorende door verkeerd verstaan een lachreactie oproept (er ontstaan soms heel komische situaties), verklaar dat dan, zodat de slechthorende ook zelf kan meelachen. Anders sluit je de slechthorende/dove uit en creëer je wantrouwen.
- Let er op dat de akoestische omstandigheden optimaal zijn. Beperk het praten in een grote groep mensen, probeer een rustiger plekje te zoeken. Teveel omgevingslawaai maakt je spraak onverstaaanbaar. Een slechthorende kan je stem niet meer uit het geheel van stemmen halen. Beperk eveneens het praten in ruimtes zoals kerken, sportzalen, grote zalen in musea e.d.,... De akoestische voorwaarden zijn daar zo slecht dat dit nagevoel altijd problemen geeft. Bovendien kan de dove persoon in deze ruimtes meestal zijn geluidsterkte niet controleren. Maak hem/haar daar dan gerust attent op.
- Tenslotte: het is voor een goedgehoorde 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 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 ruimtes zoals kerken, sportzalen, grote zalen in musea...

Een voorbeeld dat duidelijk aantoont hoe een communicatie kan spaak lopen tussen een horende en een slechthorende.

VROU (vanuit de keuken): "Ga je mee?"

MAN (vanuit de eetkamer): "Ja, graag!"

VROU (stapt met jas de eetkamer binnen):
"Wel, waar blijf je nu?"

We zouden toch samen boodschappen doen?"

MAN: "Waar blijft die thee van jou?"

VROU: "Ik heb helemaal geen thee beloofd.

Ik vroeg of je wilde meegaan en je hebt ja geantwoord. Dus heb je het wel verstaan."

MAN (kwaad): "Maar dat heb ik nooit gezegd..."

(bron: "Wat zegt u?" SIG, p. 48)