

Desatero pro komunikaci s lidmi se zrakovým postižením

Lidi se zrakovým postižením jsou různí. Mohou být nevidomí, slabozrací nebo třeba barvoslepi. Někteří chodí s vodicím psem a bílou holí a téměř nebo vůbec nevidí. Knížky a filmy poslouchají.

Jiní používají zbytky zraku, lupu nebo silné brýle. Občas poznají, kde stojíte nebo odkud jde světlo. Dokonce mohou s nějakou pomůckou i číst. I lidé, kteří trochu vidí, někdy nosí bílou hůl. Pomáhá jim zorientovat se v prostoru. Ostatní zase líp poznají, že jde o člověka se zrakovým postižením.

Jak s lidmi se zrakovým postižením mluvit? A jak se k nim můžete chovat?

1. **Když nás chcete oslovit, upozorněte na sebe a představte se nám. Pak se nás klidně dotkněte.**

Nevidíme, že se přibližujete. A nevidíme, že na nás chcete mluvit. Hra „Hádej, kdo jsem?“ nás až tak nebaví. Ani vy nepoznáte každého po hlase, nenechte nás tápat.

Nevidíme, pokud nám chcete potřást rukou nebo něco podat. Je lepší, když nám to řeknete.

2. **Nenechte nás mluvit do zdi.**

Když se někam odcházíte během rozhovoru, řekněte nám to. Nevidíme, že přicházíte, a nevidíme, že jste odešli nebo se posunuli.

3. **Mluvte k nám, ne k našemu doprovodu.**

Jestli nám chcete něco říct, mluvte na nás. Člověk, který nám pomáhá překonávat fyzické překážky, za nás nemyslí a nerozhoduje. Mluvte přímo s námi, budeme si lépe rozumět.

4. **Nesnažte se nám pomáhat za každou cenu, umíme být samostatní.**

I když nevidíme jako vy, máme vlastní hlavu a umíme se o sebe postarat. Jsme rádi co nejvíc nezávislí. Nepečujte o nás jako o malé děti. Nebojte! Umíme si říct o pomoc, když ji potřebujeme.

5. **Mluvte s námi mluvit přirozeně. Nejsme alergičtí na slova spojená s viděním.**

Nebojte se s námi mluvit o našem postižení. I nevidomý si občas něco prohlédne, něco si přečte nebo jen tak kouká „do blba“.

6. **Vaše emoce nám musíte popsat slovy, nepoznáme, jak se tváříte.**

Při komunikaci s námi používejte víc zvuky než mimiku. Například když s námi souhlasíte, nekývejte, ale řekněte „ano“ nebo „hm“. Hlas a zvuky vnímáme, ale nemusíme vždy přesně poznat, co cítíte.

7. **Občas se k vám hodně přiblížíme nebo se vás dotkneme. Pomáhá nám to pochopit, co říkáte.**

Čím blíže k vám jsme, tím lépe vám rozumíme. Někdy můžeme stát moc blízko, nebo se vás dokonce dotkneme. Pokud je vám to nepříjemné, řekněte nám to, nebo nám odpusťte.

8. **Nevykládejte si špatně naše gesta a výrazy v obličeji.**

Někteří z nás nikdy neviděli, jak se lidi tváří nebo jak vypadají. Když se hodně soustředíme nebo se snažíme zaostřit zbytky zraku tváříme se nepřírozeně. Nebojte se nás. Prostě to tak máme.

9. **Nemanipulujte s našimi věcmi, jsou přesně tam, kde mají být.**

Pamatujeme si, kam pokládáme své věci položili. Když nám věci přemístíte, už je nenajdeme.

10. **Máme omezené vidění, ale život si užít umíme.**

I se zrakovým postižením s vámi můžeme na rozhlednu, do lesa nebo do kina. Užijeme si to naplno. Obzvlášť když nám trochu pomůžete slovním popisem.

Zdroj: www.chodicilide.cz