

# Tips til kommunikasjon med hørselshemmede



**Det er viktig å redusere bakgrunnstøy.** Skru av tv og radio. Lukk vinduer og trekk dere unna andre mennesker som snakker.

Husk at et høreapparat forsterker aller lyder – også de uønskede. Høreapparatet fungerer best i et stille rom i samtale med én til to personer.



**Sørg for at du har nok lys på deg** fordi det er viktig å ha godt lys for å kunne munnavlese.

Plasser deg slik at lyset faller på ansiktet ditt. Unngå å ha lyset i ryggen, for motlys hindrer munnavlesningen og all mimikk og kroppsspråk blir borte når man blir blendet.



**Ha øyekontakt når du snakker**, da ser den andre når du begynner å snakke og lyden når uhindret fram til ørene. Ved starten av en samtale kan man si navnet til den man vil prate med for å få oppmerksomheten.

Mange hørselshemmede støtter seg til munnavlesning i kommunikasjon med andre. Det betyr at de prøver å oppfatte tale ved å se på munnen til den som snakker, i tillegg til å tolke ansiktsuttrykk og kroppsspråk. Ikke snakk med ryggen til eller på avstand, f eks fra et annet rom. Høreapparatene fungerer best innenfor 1-2 meter.



**Snakk tydelig og naturlig.** Snakk med normal styrke. Ikke rop inn i øret og slett ikke mot høreapparatet. Rop skaper forvrengning av lyder i høreapparatet. Dermed blir budskapet bare vanskeligere å tolke. Mikrofonene i høreapparatene har sine begrensninger

**Sjekk ut samtalen underveis.** Still oppklarende spørsmål og oppsummer ofte for å forsikre deg om at dere forstår hverandre.



**Tydelig temaskifte.** Det er lettere for en person med nedsatt hørsel å følge samtalen, når man kjenner temaet for samtalen. Ikke alle lydene i språket er like lette å få med seg når man hører dårlig. Dette gjør at hørselshemmede noen ganger oppfatter bruddstykker av det som blir sagt og gjetter seg frem til resten. Dette fører lett til misforståelser. Derfor er det viktig å være tydelig når man skifter tema i samtalen.

Når en person med nedsatt hørsel kommer inn midt i en samtale, er det viktig at man kort sier hva det prates om.