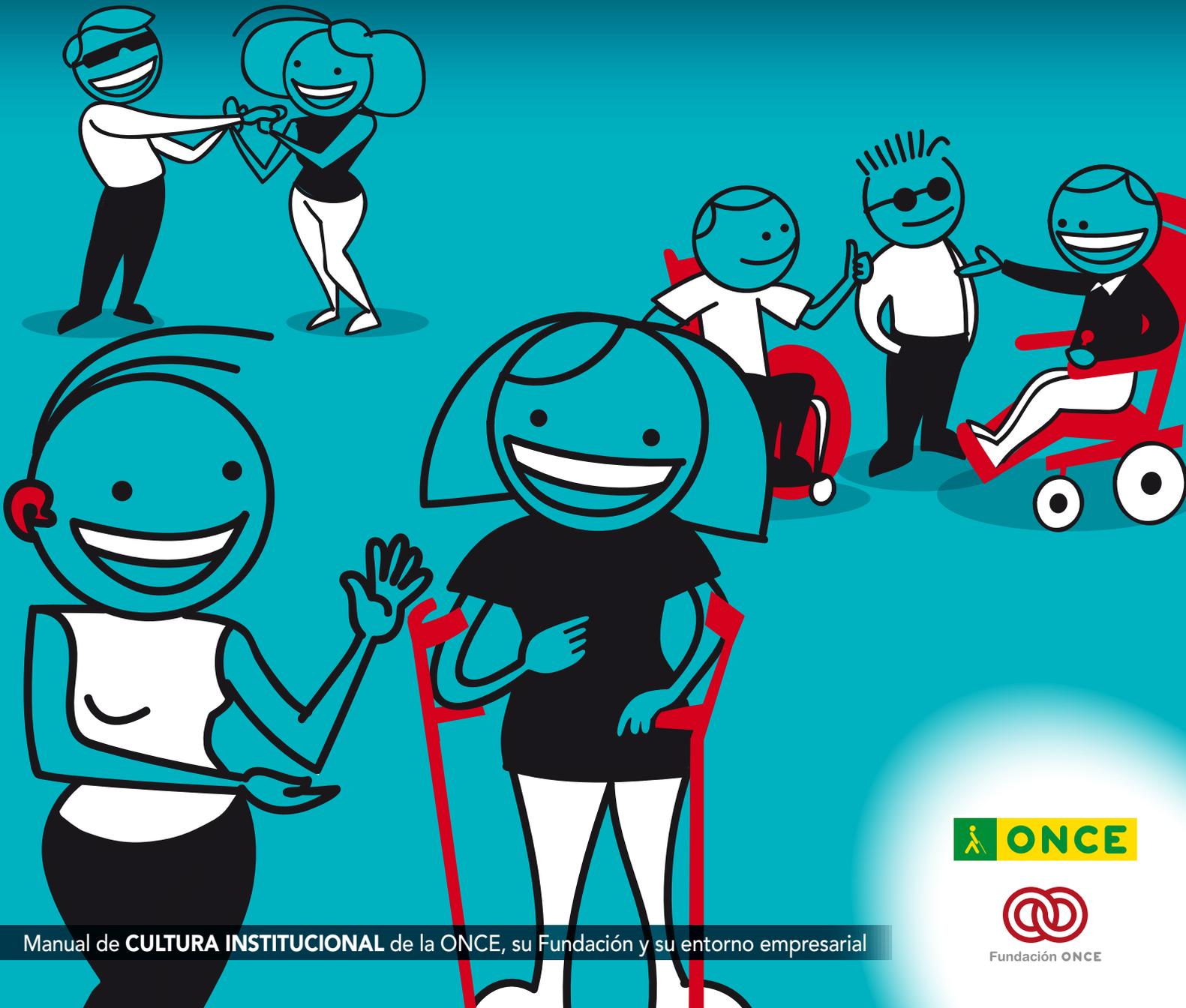


¿Cómo relacionarte con compañeros con discapacidad?

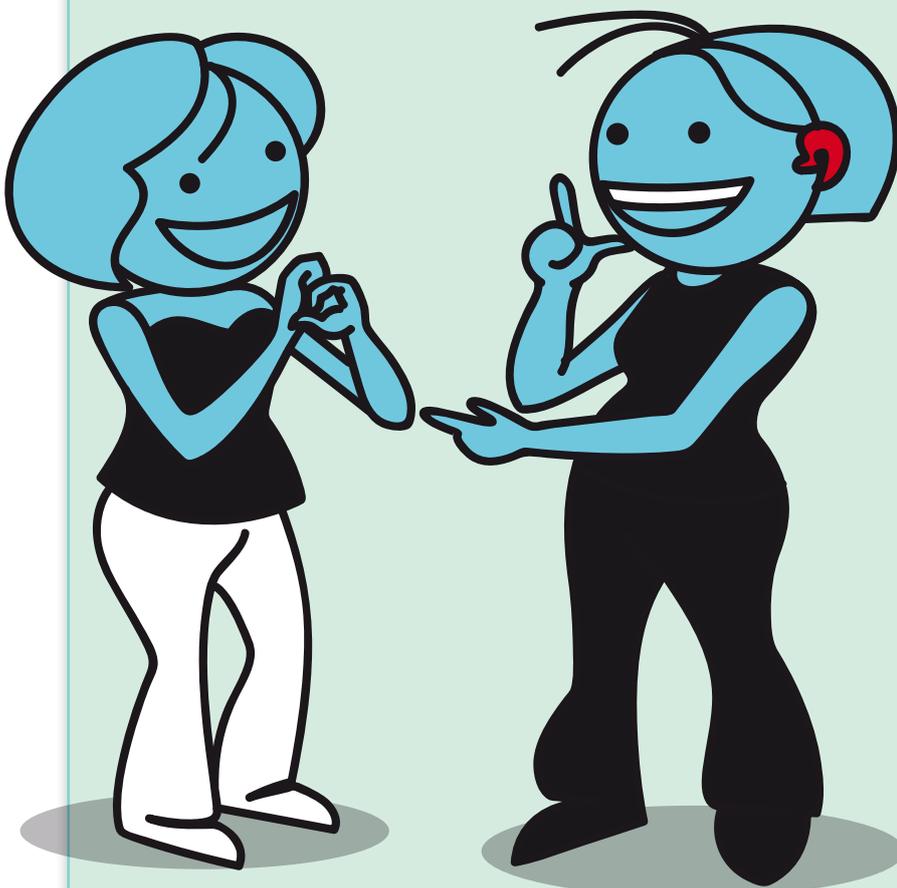


Índice

Discapacidades sensoriales: auditivas	3
Discapacidades sensoriales: visuales	5
Discapacidades sensoriales: sordoceguera	6
Discapacidad intelectual	10
Enfermedad mental	11
Discapacidades físicas	12

Discapacidades sensoriales: auditivas

- **No gritar:** es una persona sorda y no nos va a oír por mucho que le gritemos, incluso puede que consigamos el efecto contrario, pues al gritar, aunque el mensaje sea positivo, nuestro rostro se crispa y es esto lo que el interlocutor percibe; no capta el contenido de las palabras, sólo ve un rostro hostil.
- **Mantener la tranquilidad:** es conveniente estar calmado y pensar que podremos llegar a entendernos. Sólo es cuestión de tomarse unos minutos y seleccionar la estrategia más adecuada.
- **Hablar con un ritmo medio:** no es conveniente acelerar la emisión para terminar el asunto cuanto antes. Tampoco es operativo un discurso excesivamente lento, pues es difícil hilar correctamente la totalidad del mismo.
- **Vocalizar correctamente:** esto no significa hacer muecas y exagerar la vocalización hasta el extremo de distorsionar la normal articulación de las palabras, pues aparte de todo el esfuerzo es vano; no por más vocalizar va a entendernos mejor.



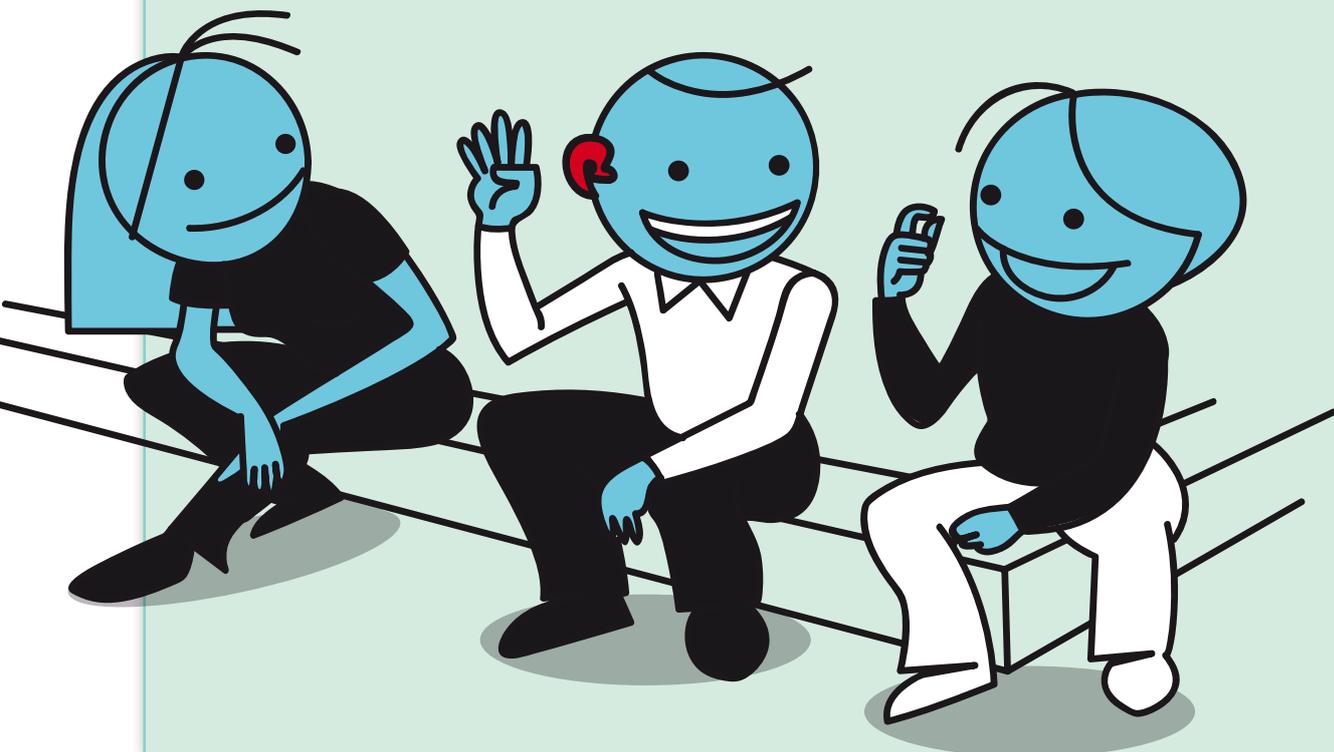
- **Mirar a los ojos a nuestro interlocutor:** este elemento nos puede ayudar en dos sentidos: primero es que sentirá confianza en nosotros; segundo es que, a la vista de su expresión facial, proseguiremos la conversación con la seguridad de que nos comprende. En general, las personas sordas son muy expresivas gestualmente, lo que nos puede ayudar a saber si debemos parar y comenzar de nuevo o si estamos teniendo éxito y la comunicación es correcta.
- **Mantener la zona de la boca limpia de obstáculos:** apartaremos de la boca cualquier objeto, bolígrafo, mano, chicle, caramelo, etc., que dificulte la vocalización y la emisión de la misma.

Discapacidades sensoriales: auditivas

- **Permanecer quieto mientras se comunica:** no daremos la espalda, ni giraremos la cabeza, ni nos agacharemos. En general ninguna postura que dificulte la vocalización y la emisión de la misma.
- **Ayudarse con la mímica:** sin necesidad de dominar la técnica, todos somos capaces de apoyar nuestro mensaje oral con gestos y signos sencillos.
- **Buscar una zona iluminada:** ya que la persona sorda va a percibir la información de forma visual, es muy importante que el área donde se dé la interacción este suficientemente iluminada.
- **Ayudarse de la escritura:** en determinadas ocasiones puede ser necesario escribir palabras para completar la expresión oral.

En todo caso hay que tener en cuenta que:

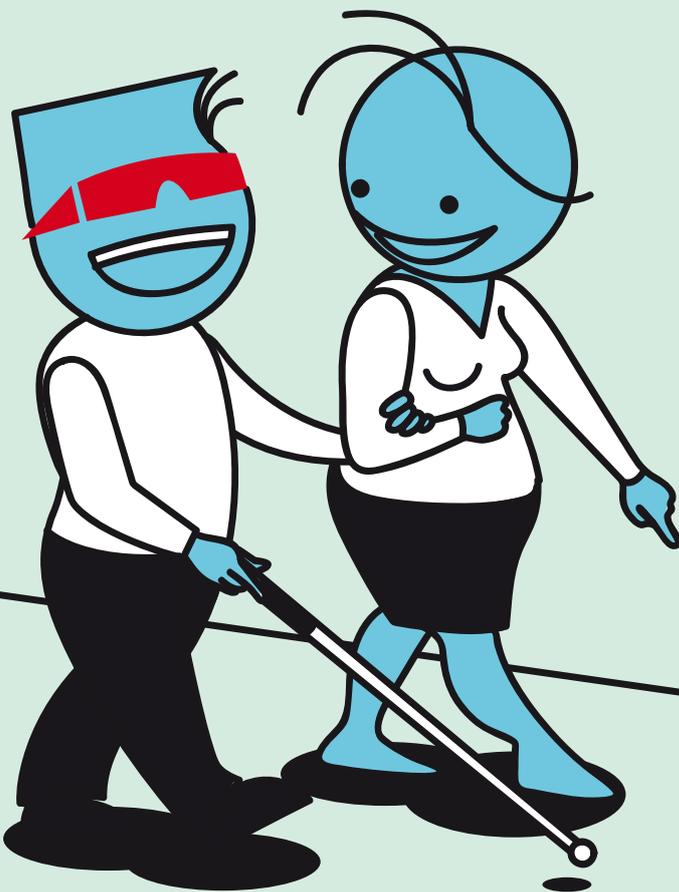
- Una persona con discapacidad auditiva que lleve prótesis auditiva no es como un oyente.
- La prótesis auditiva no lo es todo pero siempre es una ayuda.
- La lectura labial es un complemento imprescindible para la persona con discapacidad auditiva profunda y necesaria en todo caso.
- Seguir una conversación extensa representa un importante esfuerzo para la persona con discapacidad auditiva, por lo que sus niveles de atención oscilarán a lo largo de la misma.



Discapacidades sensoriales: visuales

- El emisor debe **identificarse** siempre.
- **Intentar definir los límites de su visión** para determinar la asistencia que puedan necesitar.
- **Hablar con naturalidad** sin evitar frases habituales tales como “¡Mira!”, “¿Has visto?”, aquí, esto, ...
- **Describir el área** en el que se encuentra la persona u objeto de referencia.
- **Mostrar tangiblemente dónde se encuentran los objetos**, si la ceguera es total.
- **Colocar los objetos o elementos** que precisen para el desarrollo de su trabajo siempre en el mismo lugar.
- **Ofrecer el brazo como ayuda** para la movilidad andando un poco adelantado y describiendo la situación durante el camino.

- **Si las ayudas técnicas no son suficientes** (monitores de mayor tamaño, zoomtext, lupa...) para percibir el material escrito será preciso **recurrir al braille**.
- **No obstaculizar** los itinerarios o lugares de su paso y uso.

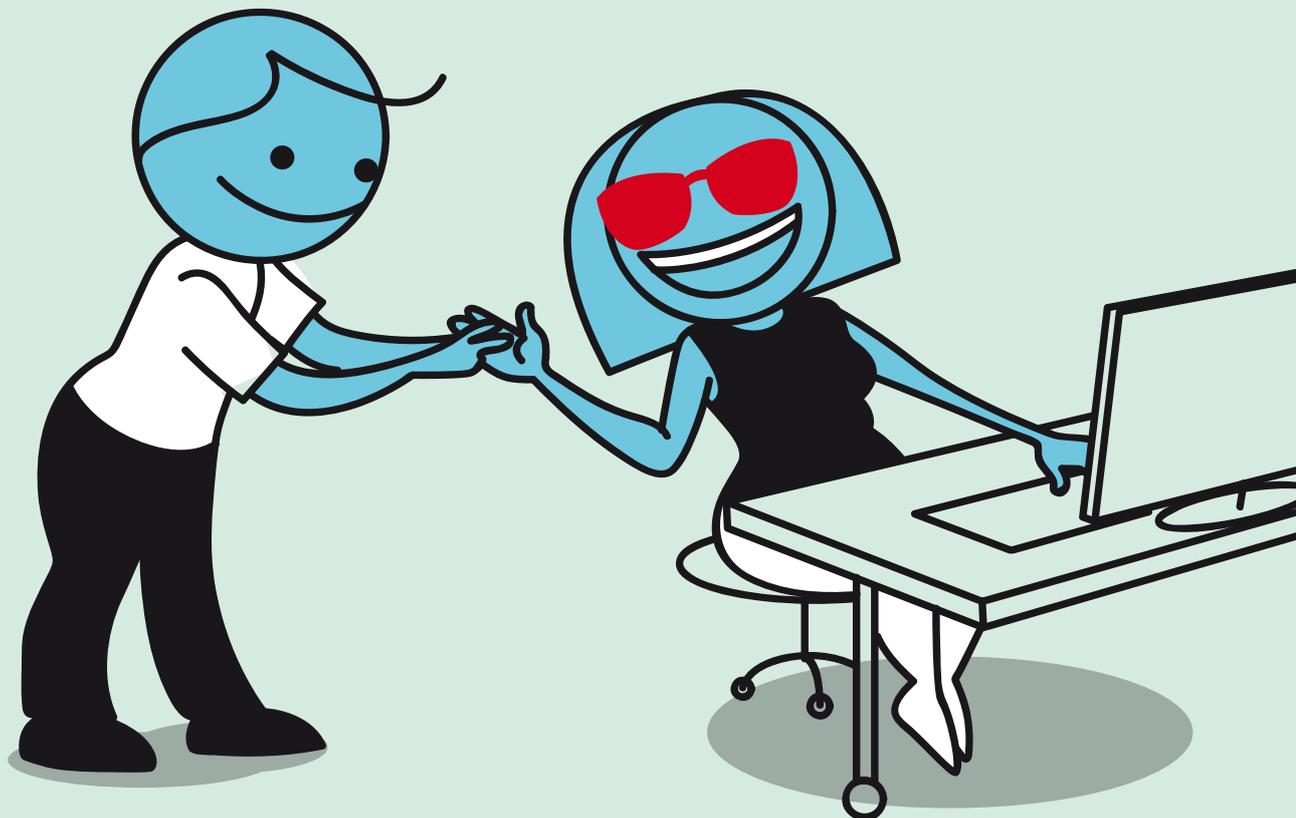


Discapacidades sensoriales: sordoceguera

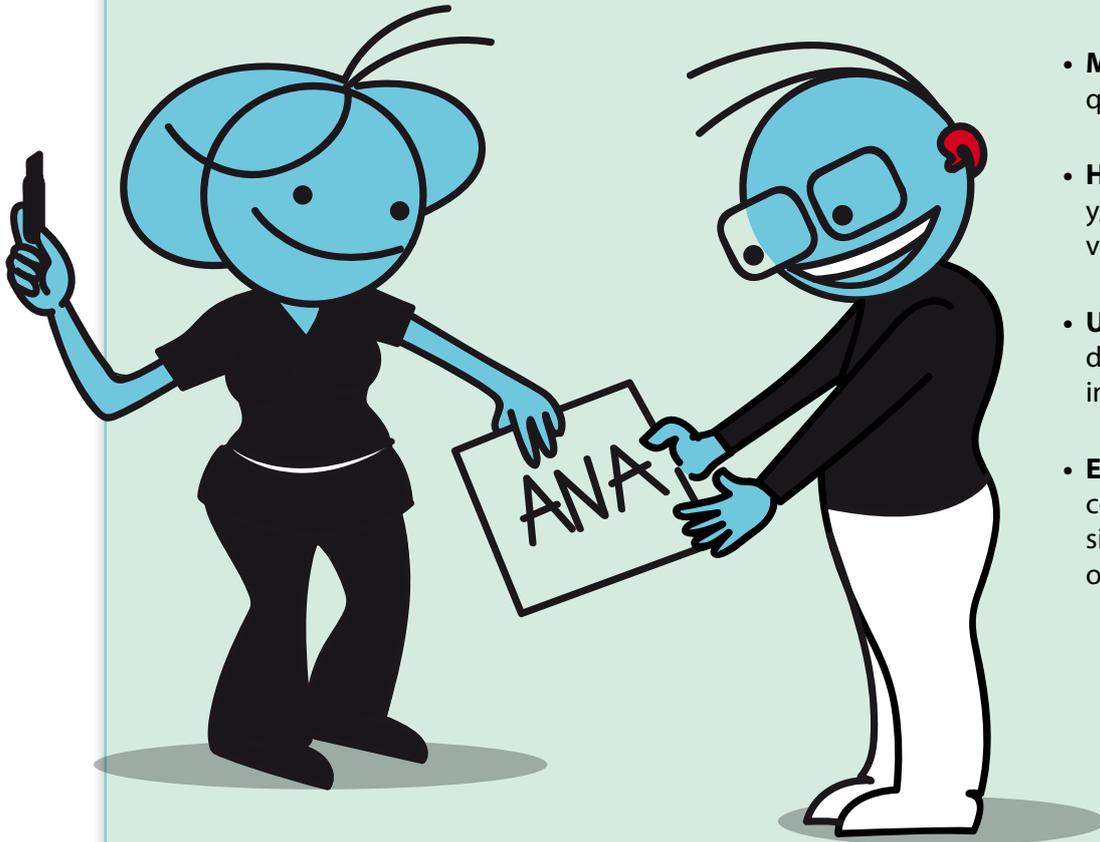
Con relación a aspectos comunicativos

Hacerle saber nuestra presencia:

- **Tocarle suavemente** en el hombro o en el brazo, y esperar a que nos dé paso para comenzar.
- **Identificarnos** con nuestro nombre o signo (es importante repetirlo tras cada separación).
- **El tacto es el canal seguro de comunicación**, utilicémoslo olvidándonos de prejuicios.
- **Elegir el sistema de comunicación preferido por la persona sordociega**: la Lengua Oral, la Lengua de Signos, la escritura en la palma de la mano con mayúsculas, el dactilológico (representación manual de cada una de las letras que componen el alfabeto) y los gestos naturales.



Discapacidades sensoriales: sordoceguera



Si tiene resto visual:

- **Mirar de frente** a la persona a la que se dirige la palabra o signo.
- **Hablar despacio** y vocalizando y/o signar dentro de su campo visual.
- **Utilizar otras palabras** en el caso de que la persona no comprenda inicialmente.
- **Escribir en letras mayúsculas** con rotulador negro sobre papel si no nos entienden ni de forma oral ni signada.

Si no tiene resto visual.

- Hacer **uso del tacto** como canal de comunicación.

En ambos casos:

- **Asegurarnos que ha comprendido** bien
- **Establecer turnos.** Hacerle saber cuándo puede hablar
- Adoptar una **actitud comprensiva** y paciente respecto a las dificultades de habla, escucha y visión de la persona discapacitada.
- **Despedirnos** explicando nuestra ausencia o interrupción.
- **Colocar a la persona sordociega** próxima a un referente en el espacio, cómodo y seguro, cuando nos despedamos. **Orientándole** sobre dónde está.
- **Saludar** a la persona sordociega **siempre** que nos la encontremos de nuevo.

Discapacidades sensoriales: sordoceguera

Con relación a aspectos ambientales

- **Buscar la colocación** y condiciones adecuadas.
- **Describir el entorno** en que se encuentra la persona.
- **Mostrar tangiblemente** dónde se encuentran los objetos.
- **Colocar los objetos** o elementos que se precisen para el desarrollo de su trabajo siempre en el mismo lugar.
- **Ofrecer el brazo como ayuda** para su movilidad y guiarle andando un poco adelantado a su persona y describiendo, en los momentos seguros y en su sistema comunicativo, la situación durante el camino.

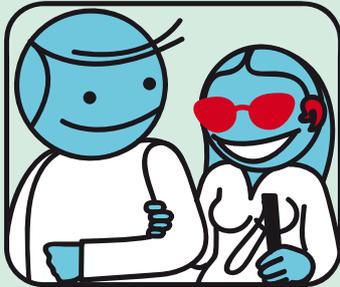
Es fundamental **contar con la figura de un guía-intérprete de Lengua de Signos Española**, especialmente en reuniones, exposiciones, conferencias y eventos de especial interés para la persona sordociega.

Cuando no existan signos convencionales, se pueden y deben **buscar signos para las situaciones más frecuentes** con el fin de agilizar la comunicación.

Si la persona precisa **ayudas técnicas** para recibir la información que se le ofrece se deben utilizar las pertinentes: **auditivas o tiflotécnicas**.

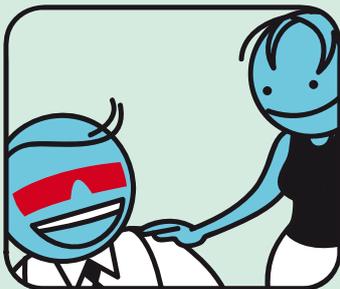


Discapacidades sensoriales: sordoceguera



Respeto

- **Ofrecer nuestra ayuda**, preguntándole a la persona si la precisa.
- Las necesidades de una persona no tienen por qué ser iguales a las de otra por el hecho de tener la misma discapacidad, por tanto **no generalizar y pensar que todas las personas ciegas o con baja visión requieren el mismo tipo de ayuda** siempre para las mismas cosas.
- **Evitar actitudes de sobreprotección.**



Comunicación

- **Presentarnos** con el fin de que la persona sepa con quien se encuentra y no jugar a las adivinanzas.
- **Utilizar el nombre de la persona**, si lo conocemos, para que sepa que nos dirigimos a ella **o presionar levemente su brazo** si no es así y hubiese más personas alrededor.
- **Hablar en un tono normal.**
- **No sustituir el lenguaje verbal por gestos.**
- Para dar indicaciones **usar términos orientativos.**



Interacción

- **Mantener sin alteración el orden** de aquellos elementos y objetos que sean utilizados por la persona ciega, **advirtiéndole de los cambios** si los hubiese.
- **No dejar objetos** que puedan suponer un obstáculo **en las zonas de paso**: sillas, cajones abiertos, carro de limpieza, etc...
- Mantener siempre las **puertas totalmente abiertas o cerradas.**

Discapacidad intelectual

- **Mantener ordenada la superficie de trabajo** y las áreas de almacenamiento.
- **Colocar los materiales según el orden y/o frecuencia** de uso y al alcance de la mano, si es posible.
- **Dar instrucciones concretas utilizando un lenguaje sencillo** y actuando como modelo para el aprendizaje de la tarea.
- Los materiales, herramientas, etc. deben ser diferenciados **utilizando códigos simples** como colores, formas, etc.
- **Ubicar su espacio de trabajo en áreas donde se limiten las posibilidades de distracción** sin que ello suponga aislar a la persona.
- **Contar con él para las reuniones de grupo** que se puedan organizar, y durante las mismas hablar de manera ordenada y respetando el turno de palabra.
- **Aplicar refuerzos verbales positivos** respecto a su desempeño laboral.



Enfermedad mental

- **Evitar situaciones de estrés y urgencia** temporal.
- En el caso de dar **instrucciones**, que éstas sean **concretas** utilizando un **lenguaje sencillo**. **Repetir las instrucciones** sin mostrar desagrado, hacerlo despacio.
- Informar a las personas que en su desempeño laboral mantienen contacto con el enfermo mental, de las características que definen dicha enfermedad con el objetivo de **evitar prejuicios y miedos injustificados**. Para ello es preciso **normalizar** esas características evitando que sirvan para que los compañeros estén pendientes.
- **Utilizar material escrito como recordatorio** de tareas y/o datos importantes.
- Adoptar una **actitud comprensiva y paciente** respecto a sus dificultades de comprensión y aprendizaje.
- Aplicar **refuerzos verbales positivos** respecto a su desempeño laboral.
- **Dotar de valor al trabajo que realizan** haciéndoles ver su importancia dentro de la organización.
- **Ubicar el puesto de trabajo en áreas donde se limiten las posibilidades de distracción** sin que ello suponga aislar a la persona.
- Mostrar **disposición de empatía** hacia el enfermo mental e inclusión en el grupo de compañeros.
- Procurar **incluirlos en grupos de trabajo** en los que sea más fácil que se integre.
- **Tener en cuenta las posibles limitaciones** para el mantenimiento de la atención a la hora de asignar y supervisar tareas.
- Cuando deba informar a otros compañeros **ayudarle a través de preguntas** que le sirvan para concretar.



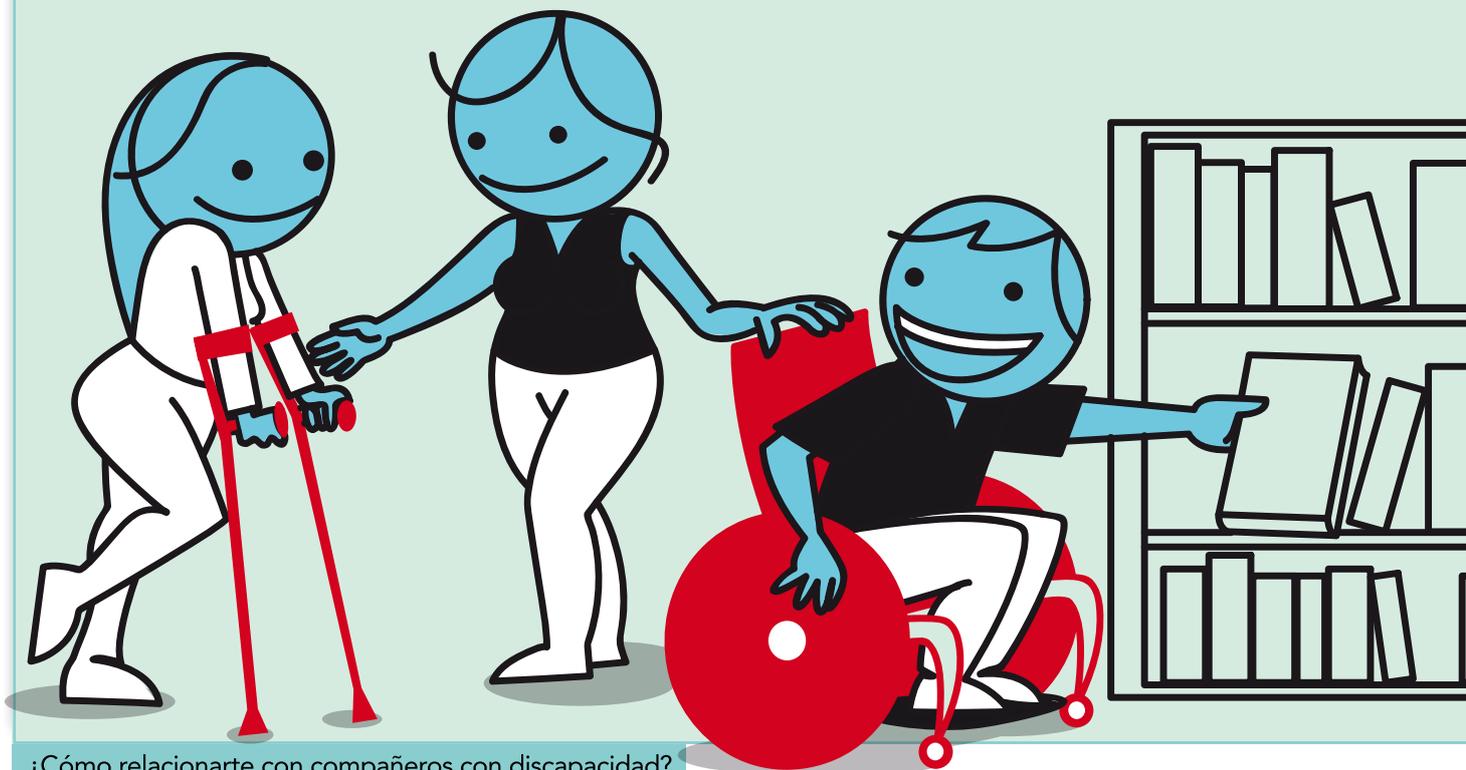
Discapacidades físicas

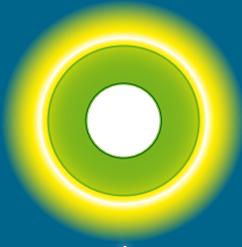
MOTÓRICAS

- Se debe procurar que el **trabajo** esté **en consonancia con las limitaciones funcionales** derivadas de su discapacidad.
- **Facilitar el alcance de los objetos** de uso frecuente situándolo a una altura que permita el acceso por la persona en silla de ruedas.
- **Actitud de colaboración** para cubrir todas aquellas actividades que la persona no pueda realizar por sí misma: peso.
- **No obstaculizar** los itinerarios.

ORGÁNICAS

- Pueden no tener ningún rasgo visible por lo que es deseable **observar sus costumbres**.
- Pueden tener **hábitos en las rutinas** de tareas, descansos...
- Pueden necesitar **jornadas específicas** en horario o duración.
- **Pueden no necesitar nada específico** relacionado con el puesto o actividad a realizar.





www.fundaciononce.es | www.once.es



Fundación ONCE