

1 CHECKLIST

LET OP, WIE WEET IS HET IEMAND MET EEN NIET-ZICHTBARE BEPERKING

Er zijn signalen die erop wijzen dat iemand mogelijk een niet-zichtbare beperking heeft.

TIJDENS EEN GESPREK KAN JE DIT MERKEN AAN HET GEDRAG, HIJ/ZIJ:

- Reageert anders dan jij verwacht.
- Geeft onsamenhangende antwoorden.
- Gebruikt woorden of uitdrukkingen verkeerd.
- Kan niet vertellen wat er de vorige keer is afgesproken.

IN ACTIES UIT ZICH DAT OP DE VOLGENDE MANIEREN, HIJ/ZIJ:

- Onderneemt weinig of niets [is passief].
- Lijkt misschien niet gemotiveerd.
- Legt in jouw ogen de schuld van de problemen steeds buiten zichzelf.
- Is [weer] niet op komen dagen, of komt steeds te laat.

- Is de gemaakte afspraken niet nagekomen ['je zou de formulieren invullen, dat heb je niet gedaan'].

HIERDOOR:

- Kost een gesprek je veel energie.
- Kun je de vinger er niet goed op leggen [er is iets, maar wat ...?'].
- Raak je gefrustreerd ['ik heb het nu al drie keer uitgelegd'].
- Voel je je machteloos en niet serieus genomen door je gesprekspartner.



2 TIPS

HOE COMMUNICEER IK MET IEMAND MET EEN NIET-ZICHTBARE BEPERKING

VOORBEREIDING

- Geef ruim van te voren aan dat je gesprekspartner iemand mag meenemen ter ondersteuning.
- Zorg dat je het doel, duur en de onderwerpen van het gesprek van te voren voor jezelf duidelijk op een rij hebt. Maak het doel duidelijk aan je gesprekspartner.
- Zorg voor een rustige omgeving. Let er bijvoorbeeld op dat er niet teveel geluid op de achtergrond is, dat er geen mensen de ruimte binnenlopen, en dat er niet teveel afleiding is (drukke schilderijen of spiegels aan de muur).

TIJDENS HET GESPREK

- Let op je taalgebruik, gebruik korte en bondige zinnen (richtlijn: niet meer dan 5-7 woorden per zin).
- Beperk je tot één boodschap per zin.
- Praat niet te lang achter elkaar.
- Stel één vraag tegelijk (meer vragen tegelijk stellen kan verwarrend zijn).
- Als je een vraag stelt wacht dan rustig op het antwoord en stel niet dezelfde vraag met andere woorden. Gebruik bijvoorbeeld de 5 seconden regel. Dan tel je nadat je een vraag heb gesteld in je hoofd langzaam tot vijf.

ALGEMENE TIPS

- Heb geduld, neem de tijd.
- Pas op met humor. Realiseer je dat sommige mensen alles letterlijk nemen en grapjes niet altijd begrijpen.
- Toon respect voor de ander en stem je taalgebruik hierop af. Gebruik eenvoudige taal, zonder kinderachtige te zijn.
- Wees je ervan bewust dat niet iedereen goed kan lezen of schrijven. Als dat niet zo is, pas dan je manier van communiceren aan.

HEBBEN JULLIE ELKAAR BEGREPEN?

- Observeer of de ander jou begrijpt.
- Vraag niet “Snap je het”, maar: “heb ik het goed aan je uitgelegd, ben ik duidelijk geweest”?