

Communicatie

Taal is voor ons de meest voor de hand liggende vorm van communicatie. We gebruiken taal om met andere mensen in contact te zijn. Gesproken taal en de toon waarop die gesproken wordt, nemen we waar via onze zintuigen, vooral ons gehoor.

Wanneer je slecht of niet meer hoort, is de verbale informatieverwerking verstoord en heb je een communicatieprobleem. Omgang met andere mensen wordt vermoeiend, een gesprek met meer dan twee personen een hele opgave. Ook ontstaan er vaker misverstanden.

Wil je niet in een isolement terechtkomen, dan ga je als slechthorende op zoek naar hulpmiddelen, zoals hoorapparaten en andere hoorhulpmiddelen. Ook aangepast communiceren kan je helpen. Liplezen of spraakafzien is zo'n andere vorm van communiceren en je kan het leren. Wat je niet hoort, vul je in door naar de spreker te kijken. Je leest de boodschap (als het ware) van de gesprekspartner af.

Spraakafzien geeft je als slechthorende de kans om in de horende wereld volwaardig te functioneren. Je wint opnieuw aan zelfvertrouwen en je vindt weer plezier in contacten. Je werkt aan je gevoel om 'er weer bij te horen' in een horende wereld.



Illustratie: Hugo De Sterk

Praktische informatie

Voor wie?

Een cursus spraakafzien (liplezen) bij Onder Ons is bedoeld voor slechthorende personen met of zonder hoorapparaten, botverankerd hoortoestel of cochleair implantaat. Ook goedgehoorden die meer willen weten over spraakafzien en de impact van slechthorendheid op je functioneren in de samenleving, kunnen deelnemen. Een cursus start vanaf 8 à 10 deelnemers.

Waar?

Op een aantal vaste locaties in Vlaanderen richt Onder Ons de lipleescursus in. Bij voldoende aanvraag, starten we eventueel op een nieuwe locatie.

Wanneer?

Een cursus omvat 20 lessen (2 reeksen van 10 lessen) op wekelijkse basis en vindt meestal 's avonds plaats. De cursussen starten eind september, begin oktober en lopen tot eind maart, begin april.

In januari kan je eventueel bij een bestaande groep aansluiten.

Gratis proefles

Tijdens een gratis proefles kan je ervaren hoe het is om te leren liplezen. Daarna beslis je of je de cursus wil volgen en kan je samen met andere cursisten oefenen.

Interesse? Nog vragen?

Contacteer Onder Ons vzw op 03 248 09 45

of via onder-ons@skynet.be

voor informatie, om deel te nemen aan een informatiebijeenkomst of aan een gratis proefles.

Onder Ons vzw zet zich in voor de belangen van slechthorenden in Vlaanderen.



Liplezen bekijk het van 2 kanten



Cursus liplezen
voor slechthorenden
en horenden

Liplezen bekijk het van twee kanten

Heb je problemen met het verstaan van spraak?

Begrijp je niet goed wat er gezegd wordt? Lijkt het alsof de stem van je gesprekspartner in het achtergrondgeluid verdwijnt?

Anderen goed verstaan is niet eenvoudig als er veel omgevingslawaai is of als iedereen door mekaar praat. Soms is spraakverstaan ook moeilijk in rustige situaties. Dan moet je vaak vragen om iets te herhalen of je hebt iets niet gehoord.

Toch ben je niet alleen: in Vlaanderen hebben vele tienduizenden mensen problemen met een verminderd gehoor en daardoor catieproblemen. Leren liplezen kan je helpen om het volgen van een gesprek minder vermoeiend en weer aangenaam te maken.

Liplezen: bekijk het van jouw kant.

Of hoor je wel nog goed?

Sta er eens bij stil hoe het voor een slechthorende is om een verhaal niet of maar half te verstaan. Besef je dat spraak bij hen vaak in flarden binnenkomt? En wist je dat je door duidelijk te spreken beter verstaanbaar bent? Weten hoe het liplezen werkt, kan helpen om de communicatie (met slechthorenden) te vergemakkelijken.

Liplezen: bekijk het van jouw kant.

Communiceren doe je minstens met twee.

Of een boodschap correct overkomt, blijft afhankelijk van beide gesprekspartners. Of je goed of slecht hoort... liplezen of spraakafzien kan je helpen om mekaar beter te verstaan.

Liplezen: bekijk het van twee kanten

'Een must om uit het sociale isolement te komen.'

- Martine, slechthorend, cursist Turnhout

Een cursus liplezen?

Verbale en non-verbale communicatie

Liplezen doet iedereen in bepaalde situaties spontaan door vanzelf op het mondbeeld te letten, maar spraakafzien gaat veel verder. Tijdens een cursus spraakafzien/liplezen leer je van een logopediste of audiologe bewust met spraak omgaan.

Je leert combinaties van mondbewegingen (lippen, kaak, tong) zien en gezichtsuitdrukkingen en lichaamstaal (houding en gebaren) herkennen. Daarbij leer je de context van het gesprek (wat er verteld wordt) inschatten en betekenisvolle verbanden leggen. Leren liplezen wordt opgebouwd van klanken naar woorden (eenlettergrepige, tweelettergrepige) over zinnen naar hele verhalen.

'Voor mij is liplezen een ondersteuning, een hulpmiddel bij mijn slechthorend zijn.'

- Raimonda, slechthorend, cursist Hasselt

Het zintuig 'zien' versterken

Als slechthorende leer je wat je niet meer hoort, waarnemen met andere zintuigen. Je leert bouwstenen van taal herkennen door het zien en voelen van de verschillende mondbeelden, woorden, zinnen, ritme maar ook lichaamstaal, mimiek en context. 'Bij het leren spraakafzien richten we ons op hoofd, hart en handen,' zegt Annick Ceulemans, master in de audiologie:

- 'Hoofd' staat voor het analyseren van het spraakafzien, oftewel de theorie onder de knie krijgen.
- Het 'hart' speelt een rol omdat je wat je niet kan aflezen van de lippen, gaat invullen door aanvoelen. Tegelijk maak je connectie met mensen met dezelfde functiebeperking.
- De 'handen' ten slotte: geregeld oefenen en doen is belangrijk. Door meer aandacht te hebben voor spraakafzien, ga je meer gebruik maken van handgebaren en ontwikkel je zelf een beter lipbeeld.

Spraakafzien is geen evidente situatie. Net daarom doe je er goed aan die andere zintuigen 'zien' en 'voelen' te oefenen en te versterken.

Het al dan niet snel oppikken van liplezen is bij iedereen anders. Je aanpassingsvermogen, de aanvaarding van je beperking, je bewustzijnsniveau en concentratievermogen spelen hierin een rol.

Het voordeel van de groep

Doorzettingsvermogen en veel oefenen zijn basisvoorwaarden om goed te leren liplezen.

Hoewel je in het dagelijks leven gebruik maakt van je gehoorresten, spreekt de logopedist of audioloog tijdens de oefeningen zonder stem. Daardoor kunnen we spraakherkenning oefenen via de visuele input (het 'zien') en ervaart iedereen (goed of minder goed horend) dezelfde beperking om zinnen en woorden te verstaan. Ook zal de lesgever je wijzen op een veranderende uitdrukking bij emoties...

Verder krijg je communicatietips mee zodat je gepast

'Ik vergelijk de wekelijkse cursus met fitnesstraining. Ik verplicht mezelf om alert te blijven en moeite te blijven doen om goed te kijken en te luisteren. Het contact met lotgenoten is zeer boeiend.'

- Jan, slechthorend, cursist Mol

'Ik kreeg meer begrip en mildheid voor onze beperking door anderen tegen dezelfde drempels te zien aanlopen en te zien hoe zij die aanpakken of 'zo laten'.

- Astrid, slechthorend, cursist Antwerpen

kan reageren als iemand heel snel of een dialect praat, of helemaal niet bekend is met hoorbeperking. In groep leer je niet alleen het mondbeeld van de logopedist aflezen, maar ook de verschillende mondbeelden van al je medecursisten. Je leert nieuwe mensen kennen en steunt mekaar. Je zelfvertrouwen vergroot en gaandeweg durf je weer deel te nemen aan gesprekken.