



## COM MILLORAR LA COMUNICACIÓ AMB UNA PERSONA AMB DISÀRTRIA



Una bona comunicació depèn tant de la persona que parla com de les persones que escolten. A continuació, oferim alguns consells per ajudar a millorar la intel·ligibilitat de la parla i aconseguir una comunicació més efectiva:



### CONSELLS PER A LA PERSONA AMB DISÀRTRIA

- Intenti mantenir **una postura correcta**, ja sigui al llit, assegut o dempeus, ja que així es facilita el control de la respiració, l'emissió de veu i l'articulació.
- Parli poc a poc. És important fer pauses, empassar saliva i no esgotar l'aire. Així també donarà temps a l'oient a pensar en el què vostè ha dit.
- En la mesura que pugui, **acompanyi el missatge parlat** amb l'expressió de la cara, amb moviments del cap o amb gestos de les mans.
- Digui una paraula o frase clau abans de començar a parlar, això indicarà a l'oient quin és el tema i l'ajudarà a entendre. Per exemple, pot dir "SOPAR" abans de començar a parlar sobre el que li agradaria menjar per sopar.
- Utilitzi **frases senzilles i curtes**. No deixi les paraules complicades de pronunciar pel final de la frase.
- **Asseguri's** que l'han entès.
- Quan no l'entenguin, provi d'**assenyalar, dibuixar, escriure o utilitzar un comunicador**, en paper, tablet o ordinador, per ampliar la informació o per quan hi hagi un problema per entendre'l. Utilitzi qualsevol sistema que li resulti útil i còmode.
- Quan se senti fatigat, pari i **descansi**.





## CONSELLS PER ALS INTERLOCUTORS

- **Eviteu distraccions i interferències.** Seleccioneu una zona tranquil·la i amb bona il·luminació.
- **Mireu la persona mentre parla.**
- **Eviteu parlar tots alhora, seguiu torns de paraula i doneu-li temps** suficient per a que s'expressi.
- **Verifiqueu** que heu entès el missatge.  
Ex.: *M'has dit que tens gana?*
- **Si no l'heu entès, proposeu-li que :**
  - Centri el tema,
  - Utilitzi una paraula clau,
  - Repeteixi la frase paraula a paraula,
  - Lletregi o sil·labegi la paraula, o
  - Repeteixi el missatge amb altres paraules.
- **Repetiu** la part del missatge que Sí que heu entès, així no haurà de començar des del principi.
- **Feu preguntes directes, amb respostes concretes o del tipus SÍ/NO**
  - En lloc de preguntar:  
*Què vols?* pregunteu *Vols aigua o suc?*
  - En lloc de preguntar:  
*Què et passa?* pregunteu *Tens dolor?*
- **Ajudeu-lo a utilitzar els recursos** que la persona té per a expressar-se: els gestos, assenyalar en un abecedari o en una llista de paraules, escriure en una pissarra, fer servir el comunicador (SAAC).
- **Parleu-li de forma natural, no infantilment.** Aixequeu la veu només si la persona té problemes d'oïda.

Anotacions:

---

---

---

---