

# Jak jednat s člověkem s vážným postižením zraku a jak ho podporovat?

Když člověk přijde o zrak, přijde o důležitý způsob vnímání svého okolí. Orientovat se může pouze sluchem a hmatem. Na to ale dosud nebyl zvyklý. **Velice mu proto jeho situaci ulehčí, pokud s ním jeho okolí bude komunikovat podle několika jednoduchých zásad.** Jejich dodržováním mu velmi pomůžete, aby se v prostředí zorientoval a naučil se ho vnímat i bez použití zraku. Čím větší jistotu váš blízký ve svém prostředí získá, tím méně bude postupně váš popis potřebovat.



## Jak přistupovat k člověku, který špatně vidí?

- ▮ **Nahraďte jeho oči:** Popisujte, co se chystáte dělat, pokud svému blízkému s čímkoliv pomáháte, a vždy popisujte vše, co vykonáváte společně.
- ▮ **Upozorňujte ho na vše, co se kolem něho nachází nebo děje:** Upozorňujte na nerovnosti i na předměty, které by mu mohly překážet v cestě. Uveďte jejich přibližnou vzdálenost. Upozorněte ho také na osoby. Pokud nebude mít nevidomý představu o svém okolí, mohl by se zranit!
- ▮ **Upozorňujte ho také na věci, které vydávají zvuky:** Jde zejména o ty, při jejichž spuštění by se mohl leknot (venku – auta, pracovní přístroje, píšťaly, sirény aj., v domácnosti – rádio, vysavač a jiné domácí spotřebiče).
- ▮ **Nedotýkejte se nevidomého člověka bez oslovení:** Před tím, než se nevidícího člověka dotknete, abyste mu něco ukázali, je vždy potřeba ho nejprve oslovit a pak teprve na něj sáhnout. Musí být předem připraven na to, že se ho někdo bude dotýkat nebo že s ním bude manipulovat.
- ▮ **Na všechno se ptejte:** Nebojte se svého blízkého ptát na to, jak mu máte nejlépe pomoci a co mu vyhovuje více a co méně. Vyjádřením zájmu mu pomůžete lépe se s novou situací sžít.
- ▮ **Doprovázejte ohleduplně:** Váš blízký bude na začátku zcela jistě potřebovat doprovod také v prostředí mimo domácnost, protože není zvyklý orientovat se bez pomoci zraku. Pokud ho budete vy nebo někdo jiný doprovázet, dbejte na bezpečnost vás obou. Průvodce nikdy nesmí nevidomého člověka tlačít před sebou, je to velmi nepříjemné i nebezpečné! Průvodce by měl vždy stát vedle nevidomého a jít krok napřed. Nevidící člověk se ho přitom drží za ruku, kterou má průvodce spuštěnou volně podél těla. Při chůzi po schodech by na ně měl průvodce