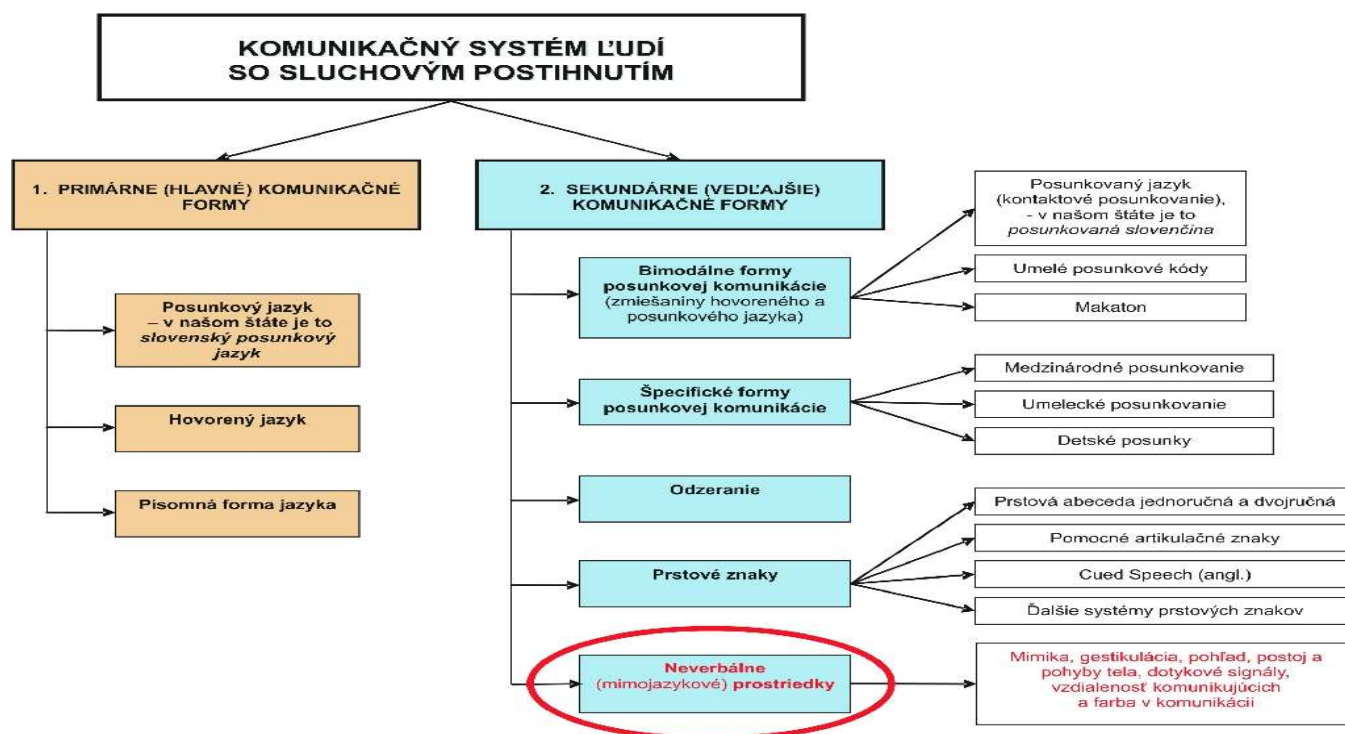


Neverbálne prostriedky komunikácie Nepočujúcich



Komunikačný systém ľudí so sluchovým postihnutím - diagram

Posunkový jazyk je *verbálny*, pretože je plnohodnotným jazykom rovnako ako jazyky hovorené. Posunkový jazyk je hlavným prostriedkom komunikácie väčšiny prelingválne nepočujúcich. Ide najmä o tých, ktorí sú členmi jazykovej a kultúrnej menšiny - komunity Nepočujúcich. No posunkový jazyk nie je jediným prostriedkom komunikácie. Popri jazyku existuje a funguje množstvo ďalších prostriedkov, ktoré sú nositeľmi informácií buď sami alebo spolu s jazykom. Preto sa nazývajú *neverbálne*, teda mimojazykové (viď. diagram). Patria medzi sekundárne komunikačné formy.

Nepočujúci používajú 7 prostriedkov neverbálnej komunikácie: **mimika, gestikulácia, pohľad, postoj a pohyby tela, dotykové signály, vzdialenosť komunikujúcich a farba v komunikácii**. Všetky sú prirodzenou súčasťou komunikácie Nepočujúcich a majú veľkú dôležitosť. Mnohé z nich používajú pri komunikácii v hovorenom jazyku aj počujúci. No niektoré neverbálne prostriedky

Nepočujúci používajú v oveľa väčšej miere, alebo ich používajú spôsobom odlišným od spôsobu používania počujúcimi. Niektoré sú dokonca súčasťou gramatických pravidiel posunkového jazyka.

Mimika

Mimika sa definuje takto: ***výraz a pohyby tváre pri reči odrážajúce vnútorné hnutia hovoriaceho človeka.***

Mimika v komunikácii Nepočujúcich je z pohľadu počujúcich často vnímaná ako nadmerná, prehnaná. Zvyčajne je spojená aj s gestikuláciou. To, čo je nadmerné a prehnané pre počujúcich, je ale normálne a bežné pre Nepočujúcich. Mimika taká byť musí. Prečo?

Mimika nahrádza v komunikácii Nepočujúcich tie prostriedky reči, ktoré nemôžu počuť, pretože súvisia s hlasom: moduláciu hlasu, intenzitu hlasu, prízvuk, dôraz, tempo, rytmus a melódiu reči. Nepočujúci nemôžu sluchom vnímať tieto prostriedky reči u iných a nemôžu ich ani sami vytvárať pre chýbajúcu sluchovú kontrolu. Nahrádzajú ich pri vzájomnej komunikácii medzi sebou práve mimikou, ktorú môžu veľmi dobre vnímať zrakom.

Okrem týchto skutočností má mimika aj ďalšie funkcie a to gramatické: ak je povinnou súčasťou posunkov alebo otázok, atď.

Gestikulácia

Gestikulácia sa definuje takto: ***robenie gest rukami pri dorozumievaní sa. Gestá zvyšujú dôraz a názornosť hovoreného prejavu a dokresľujú obsah hovoreného.***

V posunkovom jazyku je rozdiel medzi gestom a posunkom. *Gesto nie je posunok a posunok nie je gesto!* Počujúci si však posunky u Nepočujúcich často zamieňajú s gestami. Uvedieme si jeden príklad: počujúci používajú gesto, keď natiahnutá ruka ukazuje prstom na osobu. Počujúci sú od malička vedení k tomu, že sa nepatrí, aby prstom ukazovali okolo seba a už vôbec nie na prítomnú osobu. Avšak ukazovanie prstom je v posunkovom jazyku posunok, ktorým

nepočujúci vyjadrujú osobné zámená (ja, ty, on/ona/ono, oni). Posunkujúci Nepočujúci ukážu prstom nielen na osobu prítomnú ale dokonca i na neprítomnú, ako keby tam bola. Neinformovaní počujúci to nesprávne chápu ako gesto a navyše také, ktoré sa nepatrí ukazovať.

Nepočujúci teda v posunkovom jazyku používajú posunky a *aj gestá, ktorými názorne dokresľujú obsah hovoreného v posunkoch*. Uvedieme si jeden príklad: ak Nepočujúci použijú posunok ktorý znamená NUDA alebo NUDIŤ SA, často za ním nasleduje gesto spojené s mimikou – ruka zovretá v päť podopiera hlavu s veľmi znudenou tvárou. Tým gestom názorne dokresľujú význam posunkovaného.

Pre počujúcich je gestikulácia Nepočujúcich často neprijateľná a prehnaná, ale *súvisí s temperamentom konkrétneho Nepočujúceho, s témou rozhovoru a v určitých situáciách je spolu s mimikou veľmi dôležitou komunikačnou formou.*

Pohľad

Pohľad sa definuje takto: ***upriamenie zraku, upretie zraku, pozretie.***

U Nepočujúcich je pohľad základnou podmienkou na to, aby komunikácia vôbec mohla prebiehať. *Pohľad u Nepočujúcich často funguje ako oslovenie konkrétnej osoby na začatie rozhovoru. Vedomé prerušenie vizuálneho kontaktu počas konverzácie je Nepočujúcimi považované za hrubosť!*

Počujúci môžu medzi sebou komunikovať bez toho, aby sa na seba pozerali, pretože sa počujú. Mnohí počujúci si neuvedomujú, že Nepočujúci na nich musia stále pozeráť, aby s nimi mohli komunikovať. Preto pre nich môže byť uprený, dlhotrvajúci pohľad Nepočujúcich nepríjemný a pripisujú mu aj negatívne významy. Najmä ak Nepočujúci pri komunikácii s počujúcimi odzerajú, ich uprený a neprerušovaný pohľad niektorí počujúci nesprávne považujú až za nepríjemné civenie.

V prípade Nepočujúcich neplatí všeobecné tvrdenie, že ak jeden pohľad trvá viac ako 7 sekúnd, tak je podozrivý.

Okrem týchto skutočností má pohľad aj ďalšie funkcie a to gramatické: ak je povinnou súčasťou posunkov alebo otázok, atď.

Postoj a pohyb tela

1. Postoj tela

V komunikácii Nepočujúcich je postoj tela veľmi dôležitý. Napr. počujúci môžu medzi sebou komunikovať otočením chrbtom, pretože sa dobre počujú. Nepočujúci vždy automaticky zaujmú taký postoj tela, *aby na nich ostatní dobre videli, aby ich posunkovanie bolo možné dobre vnímať zrakom a aby bol stále zachovaný vzájomný vizuálny kontakt*. Pokiaľ Nepočujúci pri komunikovaní sedia, sedia tak, aby na seba vzájomne videli dobre. Nikdy to nie sú stoličky usporiadané v radoch za sebou, ale do elipsy, kruhu, resp. polkruhu.

Okrem týchto skutočností má postoj tela ďalšie funkcie a to gramatické: ak je povinnou súčasťou posunkov, otázok, pri Shiftingu (pri posunkovaní za dve či viac osôb - teda ak sa v našej osobe striedajú), atď.

2. Pohyby tela

Pri posunkovej komunikácii Nepočujúcich sú pohyby tela nevyhnutné, pretože posunkový jazyk je vizuálno-pohybový. Ide nielen o *pohyby rúk a ramien, ale aj o pohyby hlavy a hornej časti tela*. Ich sila a charakter súvisia s temperamentom Nepočujúcich. Každý posunok môže byť vyjadrovaný pomaly alebo rýchlo, staticky alebo v pohybe a tvorený jemne alebo silou. Čím sa posunok vykonáva prudšie, tým silnejšia emócia je v ňom obsiahnutá, či už v pozitívnom alebo negatívnom smere a ovplyvňuje význam posunku. Pohyby tela úzko súvisia s mimikou a gestikuláciou.

Okrem týchto skutočností majú pohyby tela ďalšie funkcie:

- gramatické: ak sú povinnou súčasťou posunkov, otázok, pri Shiftingu (pri posunkovaní za dve či viac osôb - teda ak sa v našej osobe striedajú), atď.
- pri nadväzovaní vizuálneho kontaktu na diaľku: pri optických a vibračných signáloch.

Optické signály.

Ak osoba, ktorú chcú Nepočujúci kontaktovať je blízko pri nich ale nie je možné sa jej dotknúť, pohybom ruky vytvorí optický signál - *zamávajú rukou v zornom poli osoby*. V takom prípade môže byť ruka max. vo výške ramena. Ak je osoba vzdialená viac ako 2 m, ruka musí byť zdvihnutá do väčšej výšky, aby bol pohyb nápadnejší. Čím väčšia je vzdialenosť, tým dôraznejšie je mávanie. Týmto pohybmi ruky spoľahlivo upútajú pozornosť pri nadväzovaní vizuálneho kontaktu.

Medzi optické signály patrí aj *manipulácia s umelým osvetlením*. Zhasnutím a opätovným rozsvietením upútame pozornosť všetkých prítomných Nepočujúcich ľudí. Býva to účinné napr. vo veľkej miestnosti pred zahájením oficiálneho prejavu na nejakej akcii, alebo tak môžeme dať znamenie, že skončila prestávka a pod.

Tento signál však nie je vhodný tam, kde je viac Nepočujúcich a chceme nadviazať vizuálny kontakt iba s jedným z nich (pretože týmto optickým signálom na seba upozorníme všetkých prítomných).

Vibračné signály.

Na nadviazanie vizuálneho kontaktu na diaľku Nepočujúci medzi sebou niekedy používajú ich zvýšenú vnímavosť k vibráciám. Potom ide o tieto signály:

- poklepú napr. na dosku stola, o ktorú sa druhá osoba opiera. Nepočujúci človek napr. ak číta - zdvihne hlavu, resp. ak sa rozpráva s inými - otočí sa.
- na vzdialenosť niekoľko metrov poriadne zadupú na podlahu. Ak podlaha dobre prenáša vibrácie, Nepočujúci človek sa otočí.

Tieto spôsoby však nie sú Nepočujúcimi prijímané rovnako. Niektorým sa to nepáči a cítia sa nepríjemne, iným to nevaďí. Niektorí Nepočujúci tieto signály prijímajú iba od osôb im veľmi blízkych. Iní to akceptujú aj od cudzích osôb. Preto ak dopredu nie sme si istí, ako budú tieto signály od nás akceptované Nepočujúcimi, radšej neriskujeme? Na Nepočujúceho človeka nedupajme a neklepme do jeho stolu.

Dotykové signály

Dotykové signály úzko súvisia s pohľadom a majú taktiež funkciu nadviazania kontaktu, začatia rozhovoru a aj jeho ukončenia, príp. prerušenia. Práve preto sa Nepočujúci vzájomne dotýkajú veľmi často a dotykové signály sú úplne bežné aj vtedy, keď sa navzájom nepoznajú. Pri dotykoch však platia určité pravidlá:

1. Aký dotyk je štandardný?

Dotyk musí byť veľmi jemný a krátky – dvojité ľahké poklepanie špičkami prstov, nikdy nie potľapkanie plnou dlaňou. Na dôraznejší dotyk môžu byť niektorí Nepočujúci precitlivejší. Okrem toho ak je dotyk silnejší, môže znamenať určité podráždenie, netrpezlivosť - snahu o bezodkladné nadviazanie rozhovoru, hnevlivú reakciu alebo nepríjemnú tému rozhovoru.

2. Ktorých častí tela je možné sa dotýkať?

Časti tela, ktorých sa môžu vzájomne dotýkať sú podmienené osobnou blízkosťou, resp. vzdialenosťou Nepočujúcich:

- Nepočujúci, ktorí sú v neutrálnom vzťahu sa väčšinou dotýkajú ramena a pozdĺž celej ruky práve tým dvojitým ľahkým poklepaním špičkami prstov.
- u *sediaceho muža je možné dotknúť sa i jeho kolena* (ak má dlhé nohavice).
- na *stehná sa môžu dotýkať len sediace osoby, ktoré sú v bližšom vzťahu* (napr. blízki priatelia, manželia).
- dotýkanie sa chrbta je veľmi mnohoznačné a Nepočujúci rozlišujú, kedy sa to môže a kedy sa to nesmie. Všeobecne platí, že zóna za chrbtom Nepočujúcich je zóna potencionálneho nebezpečenstva, pretože ju nemôžu kontrolovať sluchom. Okolie môžu kontrolovať len vizuálne, a iba to, čo je v ich zornom poli. To, čo sa deje za ich chrbtom môžu vidieť iba vtedy, ak sa na chvíľku otočia.

Preto chrbta sa dotýkajú iba v prípade, že sa jedná o situáciu, kedy to môže byť očakávané. Napr. ak je v miestnosti veľa Nepočujúcich, každý z nich dopredu predpokladá, že s ním bude chcieť niekto hovoriť a že budú kontaktovaní dotykcom na chrbát.

Úplne iná situácia je v prípade, ak je Nepočujúci v miestnosti sám. Vtedy nie je vhodné pokúšať sa o nadviazanie kontaktu s Nepočujúcim zozadu dotykcom na chrbát. Keďže nepočuje, nepočuje ani kroky druhej osoby a teda netuší, že sa k nemu niekto približuje. Keď z ničoho nič pocíti zozadu dotyk, je to nepríjemné a

môže sa veľmi preľaknúť. Niekedy je to dokonca nebezpečné, napr. pri činnosti, kde by mohlo dôjsť k úrazu (v kuchyni pri krájaní nožom a pod.).*

Ako však zobudiť spiaceho Nepočujúceho, s ktorým potrebujeme nadviazať kontakt? Tiež dotykovým signálom. Ale nejde o dvojité ľahké poklepanie špičkami prstov na rameno. Nepočujúci sa budia *jemným pohladkaním ramena*, aby sa spiaci Nepočujúci nevyľakal. Keď sa nezobudí týmto spôsobom, potom je možné položiť jeho rameno otvorenú dlaň a jemne zatriasť.

* *V takom prípade je vhodné nadviazať vizuálny kontakt na diaľku použitím optického signálu – manipuláciou s umelým osvetlením. Tým môžeme na seba od dverí upozorniť a nadviazať vizuálny kontakt s Nepočujúcim, ktorý je k nám otočený chrbtom a nevšimol si, že sme prišli.*

3. Ktorých časti tela nie je možné sa dotýkať?

- Nepočujúci sa nedotýkajú navzájom *na hrudi* a to ani v prípade, ak ide o dvoch mužov. Za absolútne neprimerané sa to samozrejme považuje v prípade ženy.

- zásadne sa Nepočujúci pri nadviazaní kontaktu nedotýkajú *hlavy a krku, nestrkajú do seba laktom, ramenom alebo dokonca nohou!*

- počas rozhovoru sa Nepočujúci nikdy navzájom nedotýkajú rúk! Je to neslušné a môžeme to prirovnať k tomu, ako keby sme počujúcemu pri rozprávaní zakryli ústa.

Nepočujúci dotykové signály používajú aj pri nadviazaní kontaktu s počujúcimi. Niektorým počujúcim však vadí, keď sa ich niekto cudzí dotýka. Nevedia, že pre Nepočujúcich nie je dotyk vždy prejavom dôvernosti. Nepočujúci iba chcú, aby sa na nich počujúci pozreli, pretože s nimi chcú komunikovať.

Vzdialenosť komunikujúcich

V uplatňovaní vzdialenosti v komunikácii Nepočujúcich existujú (podobne ako pri pohľade či dotýkaní) určité odlišnosti od komunikácie počujúcich.

Všeobecne platí, že každý človek má svoju vlastnú mieru vzdialenosti od druhých, ktorá je pre neho príjemná, resp. aspoň prijateľná. Hovoríme, že *každý človek má svoju osobnú zónu bezpečnej vzdialenosti, ktorá má tvar bubliny, ktorá nás obklopuje a v ktorej (ak je prázdna) sa cítime v bezpečí*. Naopak, ak

druhý človek prekročí túto zónu, vstúpi do nášho priestoru bezpečia, prežívame pocit ohrozenia, nebezpečenstva a máme potrebu brániť sa. Prekročeniu tejto zóny sa nemôžeme pravdaže vždy vyhnúť, nemôžeme vždy tento svoj priestor uchrániť – napr. v prostriedkoch hromadnej dopravy, v rade čakajúcich a pod. *Osobná zóna človeka je štruktúrovaná a predstavuje rôzne bezpečnostné vzdialenosti pre rôzne kategórie ľudí.* V komunikácii počujúcich sa rozlišujú 4 osobné zóny a ukážeme si aj to, aké odlišnosti sú v jednotlivých zónach medzi komunikáciou počujúcich a Nepočujúcich:

1. Zóna intímna - vzdialenosť 0 - 45 cm.

Počujúci: zóna priameho telesného kontaktu. Táto intímna zóna je zónou komunikácie dvoch ľudí, nie je tu fakticky možná účasť tretej osoby. Do tejto zóny dovoľíme vstúpiť len veľmi blízkym ľuďom. Vzhľadom na intímnu vzdialenosť tu komunikácia dvoch ľudí väčšinou prebieha tichším hlasom alebo šepotom.

Nepočujúci: veľmi často vstupujú do tejto zóny aj u človeka, ktorého nepoznajú, čo prirodzene prekáža mnohým neinformovaným počujúcim. Prečo? Súvisí to s dotykovými signálmi. Napr. pri nadviazaní rozhovoru sa musia priblížiť k človeku tak, aby sa ho mohli dotknúť.

V intímnej zóne nie je možné odzerať, pretože sa nedá zaostriť zrak na ústa. Preto Nepočujúci po dotykovom signáli ustupujú od hovoriacej osoby dozadu a prechádzajú do ďalších zón.

V intímnej zóne totiž nie je možná ani komunikácia v posunkovom jazyku, pretože taká tesná blízkosť dvoch osôb neumožňuje súčasne vnímať tvár, ruky aj hornú časť tela.

2. Zóna osobná - vzdialenosť 45 - 120 cm.

Počujúci: je to zóna ľahkého dotyku – ešte možno natiahnúť ruku a partnera sa dotknúť. V tejto zóne komunikujeme s blízkymi ľuďmi, príbuznými, priateľmi, dobrými známymi, prípadne ide o komunikáciu v situácii, kedy niečo dôležité pre seba vybavujeme – zákazník a predavač, učiteľ a žiak. V tejto vzdialenosti sa vedú dôverné, súkromné, dôležité rozhovory.

Nepočujúci: až v tejto zóne je možná komunikácia dvoch veľmi blízkych ľudí v posunkovom jazyku. Až táto vzdialenosť je dostatočná na to, aby mohla dvojica súčasne vnímať tvár, ruky aj hornú časť tela a zároveň aj periférne sledovať okolie. Na druhej strane už v tejto zóne bežne prebiehajú v posunkovom jazyku

aj formálne rozhovory (nie dôverné, nie súkromné) vo dvojici, hoci sa obaja Nepočujúci doteraz nepoznali a nie sú si blízki.

V tejto zóne je už možné odzeranie, min. vzdialenosť komunikujúcich však musí byť aspoň 1 m, aby sa zrak dal zaostriť na ústa.

3. Zóna sociálna - vzdialenosť 120 - 360 cm.

Počujúci: táto zóna, najmä jej dolná hranica, sa zvykne nazývať zónou služobného kontaktu, dodržiava sa pri obchodných rokovaniach, jednaní na úradoch, jednaní šéfa s podriadeným, opravára so zákazníkom, ľudí, ktorí si vykakajú a pod. Vedú sa v nej osobné, ale nie dôverné rozhovory, vymieňajú sa bežné informácie.

Nepočujúci: už v tejto zóne bežne prebieha komunikácia Nepočujúcich v skupine v posunkovom jazyku, čo u počujúcich prebieha až v zóne oficiálnej.

4. Zóna oficiálna - vzdialenosť 360 - 700 cm prípadne viac.

Počujúci: dodržiava sa najmä pri interakcii jednej osoby s viacerými (so skupinou ľudí), napr. pri konferenciách, seminároch, poradách.

Nepočujúci: rovnaká situácia je pri komunikácii Nepočujúcich v posunkovom jazyku, ale platí, že ak sú veľmi vzdialení od seba, posunkovanie prebieha vo zväčšených pohyboch pri posunkoch a je pomalšie, aby bolo zrozumiteľné napriek veľkej vzdialenosti.

Čo sa týka odzerania, tu je vzdialenosť limitovaná. Odzeranie je možné max. do vzdialenosti asi 4 m. Pri väčšej vzdialenosti sú pohyby pier už nezreteľné a odzeranie je nemožné.

Farba v komunikácii

Nejde tu samozrejme o doslovnú farbu. V komunikácii Nepočujúcich je jedna zvláštnosť, ktorá sa dotýka vnímania detailov. Používanie zraku na komunikáciu vedie k tomu, že Nepočujúci sa často zaoberajú *nepodstatnými detailmi, ktoré sú podporené výraznou farbou a nevenujú pozornosť celku*. Môžeme to pozorovať v rôznych situáciách:

- v neformálnych – pri súkromných rozhovoroch vo dvojici a aj v skupine.
- vo formálnych - napr. v diskusiách Nepočujúcich na besedách a seminároch; či pri sledovaní prednášok tlmočených do posunkového jazyka.

Ak Nepočujúcich zaujme nejaký detail dokážu sa ním zaoberať tak výrazne, že nakoniec môžu úplne odbočiť od hlavnej témy rozhovoru, či témy diskusie. Niekedy tomu detailu venujú pozornosť pomerne veľa času a rozrozprávajú sa tak intenzívne, že v prípade časového limitu určenom napr. na besedu, sa beseda neskončí načas, ale sa vždy pretiahne. Nepočujúci s tým vopred rátajú.

Zdroje informácií:

1. kniha: **KOMUNIKAČNÝ SYSTÉM SLUCHOVO POSTIHNUTÝCH A SPÔSOBY PREKONÁVANIA ICH KOMUNIKAČNEJ BARIÉRY**, autor: Doc. PaedDr. Darina Tarcsiová, PhD., vydavateľ: Sapiencia, Bratislava, 2005, jazyk slovenský.
2. kniha: **HÁDEJ CO ŘÍKÁM, ANEB ODEZÍRÁNÍ JE NEJISTÉ UMĚNÍ**, autor: Mgr. Strnadová Věra, vydavateľ: ASNEP, Praha, 2001, jazyk český.
3. Internet
4. Vlastné zdroje