

Checklist OC-vinders – Is OC iets voor mij?

Heb je moeite met communiceren? Misschien heb je baat bij OC. Denk eens na over je communicatievaardigheden en -behoeften en bespreek ze met je ondersteuningsteam.

Onder ondersteunde communicatie (OC) verstaan we verschillende methodieken, systemen, strategieën en hulpmiddelen die natuurlijke spraak vervangen of aanvullen. Met OC kan iemand niet alleen aangeven wat hij nodig heeft, maar ook volwaardig communiceren en meedoen met de wereld om zich heen.

Als je iemand vroeg doorverwijst voor, en ondersteunt met OC, levert dit de beste resultaten op. De inzet van OC betekent niet dat je stopt met (leren) praten. OC is niet het laatste redmiddel. OC kan naast de bestaande communicatie worden gebruikt. Gebruik deze checklist om te bepalen of jij baat kunt hebben bij het gebruik van OC.

Huidige communicatievaardigheden

1. Beschrijf hoe je op dit moment communiceert:

2. Hoe vaak wordt zijn/haar communicatie begrepen door anderen om hem/haar heen:

Vaak Soms Zelden Nooit

3. Hoe vaak wordt jouw communicatie begrepen door anderen om je heen:

Mensen	Vaak	Soms	Zelden	N.v.t.
Je partner of naaste familieleden	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Bekende zorgverleners, verplegend personeel of ander verzorgend personeel	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Artsen, therapeuten of andere professionals	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Onbekende, nieuwe personeelsleden	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vrienden in een bekende en rustige omgeving	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vrienden in een luide openbare omgeving	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Onbekende mensen in een nieuwe omgeving of situatie	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

4. Welke strategieën gebruik je op dit moment als iemand je niet begrijpt. Wat doe je? Wat voeg je toe om je boodschap over te brengen?

5. Noem de omgevingen waarin je op dit moment gemakkelijk, effectief en onafhankelijk kunt communiceren:

6. Dit is een lijst met een aantal redenen waarom we communiceren. Kun jij deze dingen communiceren?

Reden om te communiceren	Ja	Soms	Nee
Een eenvoudige keuze maken of iets of iemand verkrijgen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Eten bestellen in een restaurant	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kiezen welke kleren je wilt aantrekken	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Om hulp vragen of aangeven hoe je wilt worden geholpen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Iets afwijzen dat je niet wilt of niet leuk vindt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Een opmerking maken over iets dat je hebt gezien of gehoord	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Aangeven dat je iemand mist en deze persoon wilt opzoeken of spreken	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Uitdrukken hoe je je voelt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Beschrijven wat je frustreert of irriteert	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Beschrijven wat voor pijn je hebt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Aangeven waar je pijn of ongemakken voelt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Informatie vragen over je eigen medische toestand en zorgbehoeften	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vragen stellen over mensen die zijn overleden of die je vroeger kende	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Plannen voor het weekend vertellen aan een kennis	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Een herinnering of ervaring beschrijven	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vertellen wat je van een film vindt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Advies en zorgen delen met anderen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Anderen begroeten	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Contact opnemen met een vriend en een gesprek beginnen of iets plannen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Deelnemen aan een gesprek	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jezelf voorstellen aan een vreemde	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Een grapje maken	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Belangrijke beslissingen maken als: kiezen waar je wilt wonen of welke behandeling je wilt ondergaan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Effectief communiceren wanneer je gestrest of angstig bent	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Praten met collega's op het werk of klasgenoten op school	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Deelnemen aan groepsbijeenkomsten en discussies, op het werk, op school of in de gemeenschap	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
De weg vragen aan een vreemde	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Neem je antwoorden op al deze vragen door. Als je in verschillende omgevingen en met verschillende mensen maar beperkt kunt communiceren, kun je baat hebben bij een bepaalde vorm van OC. Raadpleeg hiervoor een lokale zorginstelling of een logopedist. Voor meer informatie: www.assistiveware.com/nl/oc-voor-mij