

Tipps für Sehende im Umgang mit Blinden

Ganz allgemein gilt:

Menschen, die nichts oder wenig sehen, gibt es in allen Alters- und Bevölkerungsgruppen. Sie haben ihre Stärken und Schwächen wie alle Menschen, unterschiedliche Interessen, Gewohnheiten und Verhaltensweisen. Deshalb kann die Reaktion eines Einzelnen auch nicht auf alle anderen übertragen werden.



Über die Berücksichtigung der folgenden Hinweise würde ich mich besonders freuen:

- Ich bin stark sehbehindert oder blind, aber nicht schwerhörig! Schrei also nicht mit mir, sondern sprich mich in normaler Lautstärke an!
- Packe mich nicht einfach am Arm und schiebe mich nicht vor dir her! Biete mir einfach deinen Arm an, ich folge dir bei Bedarf gerne!
- Mit Hinweisen wie „VORSICHT!“, „DA“, „DORT“, etc. kann ich nichts anfangen. Bitte sei präziser: z. B. „Rechts vor dir/Ihnen steht das Glas“ oder „Vor dir/Ihnen ist ein Tisch“.
- Flüstere nicht in meiner Gegenwart mit anderen Menschen! Beziehe mich in das Gespräch mit ein!
- Sprich mich selbst und nicht meine Begleitperson an, wenn du mir etwas sagen willst! (Der Begleiter hilft mir nur, mich zu orientieren, denken und reden kann ich selbst.)
- Sprich mich mit meinem Namen an oder berühre mich mit begleitenden Worten wie „Entschuldige/Entschuldigen Sie bitte“ kurz am Arm, damit ich weiß, dass ich gemeint bin.
- Nenne mir bitte auch deinen Namen! Ich kann mich nicht immer an alle Stimmen erinnern! Besonders bei Gruppendiskussionen, bei denen ich Gesprächspartner/innen nicht kenne, hilft es mir sehr, wenn ich weiß, wer gerade spricht oder wer überhaupt anwesend ist.
- Verwende ruhig Worte wie „Auf Wiedersehen!“ oder „Schau/Schauen Sie ...!“ Es dürfte dich etwas verwundern, aber diese Ausdrücke verwende auch ich!
- Packe mich NIEMALS, ohne mich anzusprechen, am Arm und schleife mich nicht irgendwo hin. Die Frage „Darf ich dir/Ihnen behilflich sein?“ freut mich immer!
- Erkläre mir bitte die Anordnung von Speisen auf einem Teller mit Hilfe des Ziffernblattes einer Uhr: z. B. „Das Gemüse liegt zwischen 12 und 4!“
- Bitte lass Türen stets vollständig geöffnet oder schließe Sie sie ganz, damit ich nicht gegen die Türkante laufe.
- Bitte sei besonders pünktlich bei Verabredungen. Minuten dauern – wenn man nichts sieht – Ewigkeiten und langes Warten verunsichert mich!
- Solltest du in meiner Nähe sein, mache dich bemerkbar. Auf Geräusche kann ich reagieren und sie geben mir Sicherheit!
- Wenn ich mich mit jemandem unterhalte und du stoßt zufällig dazu, so mache dich bitte bemerkbar. Belausche also nicht unser Gespräch.
- Unterhalte dich in meiner Anwesenheit nicht nonverbal mit anderen Sehenden (keine heimlichen Blicke oder Gesten austauschen)!

- Weise mich darauf hin, wenn du unsere Unterhaltung unterbrichst, wenn du dich einem anderen Gesprächspartner widmest, den Tisch oder den Raum verlässt etc. Es ist nämlich nicht besonders angenehm (auch nicht für Sehende, oder?), wenn man draufkommt, dass man schon eine Zeitlang Selbstgespräche geführt hat.
- Gib mir kurze und genaue Beschreibungen! Du musst nicht dauernd reden! Wenn du zum Beispiel bei einem Referat oder einer Präsentation Bilder verwendest, beschreibe sie mir bitte kurz.
- Wenn du Dokumente (z. B. im Internet) veröffentlichst, achte darauf, dass sie barrierefrei sind, damit auch ich sie problemlos nutzen kann.
- Unterstütze mich, wenn ich einen Raum betrete, den ich nicht kenne: Kläre mich kurz über die räumliche Beschaffenheit auf und sage mir, wer sich im Raum befindet.
- Wenn du Unterlagen (z. B. für ein Referat) für alle Teilnehmer/innen vorbereitest, würde es mich freuen, wenn du vorab mit mir darüber sprichst, in welcher Form sie auch für mich nutzbar sind.
- Dem Sprichwort „Ordnung ist das halbe Leben“ kommt für mich eine ganz besondere Bedeutung zu. Belasse daher bitte alles auf seinem Platz, denn nichts stresst mich mehr als die ständige Sucherei nach irgendwelchen Dingen.

Zusammenfassend möchte ich festhalten:

- Versuche, so normal wie nur möglich mit mir umzugehen!
- Frage nicht immer nach dem Grund meiner Behinderung!
- Biete mir deine Hilfe an, aber dränge sie mir nicht auf!
- Erspare mir ständige Mitleidsäußerungen/-bekundungen und unterstütze mich bitte dort, wo es darum geht, das fehlende Sehvermögen auszugleichen!
- Habe Verständnis, wenn ich manchmal etwas überempfindlich reagiere! Ich muss mein Leben mit einer Beeinträchtigung meistern, was nicht immer ganz leicht für mich ist und ich stehe daher oft unter „Dauerstress“.