

Améliorer la communication

C'est possible d'améliorer la communication par nos attitudes et nos comportements. Il existe des moyens qu'on appelle des **stratégies de communication**. Elles correspondent à des actes simples qu'on utilise déjà dans nos communications de tous les jours. On gagne à les appliquer dans des contextes de communication inefficaces et lorsqu'il y a un bris à la communication.

Voici quelques stratégies:

- ✓ **Choisir un positionnement avantageux**
 - Se placer face aux personnes qui parlent pour voir le mieux possible
 - Maintenir une distance respectable avec ces personnes pour faciliter la lecture labiale et l'identification de la parole

- ✓ **S'assurer de bonnes conditions de l'environnement**
 - Réduire ou éliminer les bruits ambiants (radio, télévision, conversation d'autres personnes, lave-vaisselle, ...)
 - Avoir un éclairage confortable
 -  viter d'avoir des distractions visuelles (lieu où plusieurs personnes circulent, devant un écran de projection, ..)

Certaines de ces conditions ne peuvent être modifiées mais lorsque cela est possible, des changements diminueront ou élimineront des difficultés.

- ✓ **Répétition**
 - Répéter un peu plus lentement en articulant normalement
 - Répéter l'essentiel du message

Si le bris de communication demeure après UNE répétition, il est préférable d'utiliser une autre stratégie.

- ✓ **Reformuler**
 - Dire la même chose autrement

Certains messages sont plus difficiles à comprendre que d'autres:
Par exemple : « on se rencontre à 6hr » / « on se rencontre à 18hr »
« H4G 3J1 » / « H comme Hélène, 4, G comme Gérard »

Pour que votre communication soit meilleure

Il existe d'autres stratégies de communication utiles, pour les connaître communiquez avec nous.

L'Institut Raymond-Dewar est un centre de réadaptation plurirégional public spécialisé et surspécialisé en surdité et en communication.

<http://www.raymond-dewar.qc.ca/>