

DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL

Definició: discapacitat que presenten les persones que, per causes tant congènites com adquirides, presenten deficiències mentals. Aquest col·lectiu es caracteritza pel fet de tenir una funció intel·lectual inferior a la mitjana i una facilitat de comprensió i informació reduïda. Aquesta categoria no inclou les persones amb malaltia mental.

ORIENTACIONS PER RELACIONAR-SE AMB PERSONES AMB DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL

- Utilitzeu llenguatge senzill i directe.
- Eviteu conceptes abstractes.
- Utilitzeu paraules curtes i relatives al llenguatge quotidià.
- Personifiqueu els textos tan com sigui possible.
- Feu ús d'exemples pràctics.
- Dirigiu-vos-hi de manera respectuosa.
- Utilitzeu majoritàriament frases curtes.
- Incloeu una idea principal en cada frase.
- Utilitzeu un llenguatge positiu.
- No introduïu paraules d'un altre idioma.
- Eviteu les abreviacions i les inicials.
- La major part de persones amb discapacitat intel·lectual volen parlar i expressar-se per si mateixes, i per tant se'ls ha de donar temps perquè ho facin. No us poseu nerviosos, tingueu paciència i no us anticipeu al que vulgueu dir o fer.
- També us podeu trobar la persona amb discapacitat intel·lectual acompanyada i que sigui l'acompanyant qui us sol·liciti l'ajuda. Cal que estigueu pendents de les seves necessitats, eviteu sobreprotegir-la i li respecteu el ritme. Us heu de limitar a ajudar-la en allò necessari i parlar-ho directament, és a dir eviteu parlar en presència seva però «com si no hi fos».
- Heu d'evitar parlar en to alt o cridant, i també parlar d'una manera massa senzilla o simple.

Per a més informació, visiteu la [pàgina següent](#) 

MALALTIA MENTAL

Definició: discapacitat que pateixen les persones afectades per trastorns cognitius, d'afectivitat o de conducta.

ORIENTACIONS PER RELACIONAR-SE AMB PERSONES AMB MALALTIA MENTAL

- Recordeu la condició de persona per sobre de la situació de malalt, respecteu-ne la dignitat.
- Tracteu les persones amb malalties mentals de manera similar a la resta de les persones: amb naturalitat, respecte i discreció.
- Manteniu una comunicació clara, sense ambigüitats i evitant confusions.
- Mostreu-vos naturals en la relació per evitar suspicàcies i situacions de tensió o rivalitat.
- Quan es doni una situació de nerviosisme o desconcert, comenceu tranquil·litzant-vos vosaltres mateixos.
- Respecteu els silencis i l'espai vital de les persones amb discapacitat.
- Escolteu les persones i no les jutgeu. Manteniu-vos al seu costat, tot i que no les compregueu o no hi estigueu d'acord, i accepteu les diferències.
- Obteniu informació. Si podeu comprendre el que li passa al malalt, el podreu ajudar més i millor.
- Si fomenteu la integració de les persones amb malalties mentals en activitats normalitzades en millorareu l'autoestima i el concepte social de la resta de la societat.

Per a més informació visiteu la [pàgina següent](#) 