

# Siete consejos para mejorar la comunicación con su adolescente sordo durante la COVID-19



Para muchos adolescentes y adultos jóvenes sordos, sus vidas cambiaron repentinamente cuando las escuelas secundarias y universidades les dijeron que terminarían el semestre de primavera en línea debido a la crisis del coronavirus.

Algunos están en casa con los padres. Otros tienen que quedarse con familiares, amigos o un nuevo lugar temporal. Para todos los involucrados, la comunicación puede ser un desafío.

Aquí hay siete consejos rápidos para escuchar a los padres, tutores y anfitriones para mejorar la comunicación con niños e invitados sordos, comprenderlos mejor y crear un hogar más feliz para todos.

## 1. Registrarse y hacer preguntas

Primero y principal: consulte con su adolescente sordo, exprese su deseo y esperanza de mejorar la comunicación y pregúntele cómo puede funcionar. Comience la conversación con preguntas como “¿Cómo prefiere comunicarse?” o “¿Qué puedo hacer de manera diferente para comunicarme mejor?” Las personas sordas saben lo que es mejor para ellos. Permítales tomar la iniciativa y luego verifique periódicamente.

## 2. Reducir suposiciones

Si el adolescente sordo en su hogar es un invitado, no asuma que puede leer los labios. A las personas sordas se les pregunta esto todo el tiempo. Incluso si tienen algo de audición residual y pueden leer los labios, tienen que trabajar más para comprender, lo que puede ser agotador, especialmente durante el estrés de una pandemia. A veces puede ser tentador pedirle a una persona sorda que le enseñe el lenguaje de señas americano (ASL). En lugar de imponerles la carga, tome la iniciativa de aprender señales básicas de ASL a través de tutoriales en línea, aplicaciones para teléfonos inteligentes o libros.

## 3. Crear un espacio

Si el espacio en su hogar es limitado, aumentará el estrés de todos, especialmente cuando hay que aislarse o refugiarse en el lugar. Para un estudiante universitario sordo que vivía en el campus y estaba acostumbrado a su independencia, esto puede ser especialmente difícil. Si no tienen su propia habitación, intente crear un espacio privado en su hogar para que estudien y trabajen, como si lo desconectara del entorno. Entonces, respetar su privacidad también te dará un descanso muy necesario.

#### 4. Aproveche la tecnología

Probablemente ya te hayas dado cuenta de que enviar mensajes de texto es a veces la mejor manera de llegar a cualquier adolescente, incluso cuando están en casa. También puede usar aplicaciones de voz a texto en sus dispositivos **iPhone** o **Android** que transcriben lo que usted dice, aunque pueden ser imperfectas. O use tecnología baja: use un bloc de notas y un bolígrafo o una pizarra pequeña para escribir mensajes y preguntas. Cuando vea televisión, no olvide activar los subtítulos (incluso **a los adolescentes que no son sordos les encanta**).

#### 5. Juega juegos para personas sordas

Encontrar formas de relajarse y jugar juntos es importante en cualquier hogar. Evite cualquier juego o actividad grupal que dependa mucho de hablar o escuchar. En su lugar, elija **juegos para sordos** que se basen más en señales visuales o competencia física.

#### 6. Aproveche al máximo su tiempo de inactividad

¿Tienes tiempo extra en tu día y ya has visto demasiado Netflix? Aprenda más sobre las personas sordas y la cultura. Tome un curso gratuito en línea llamado **Deaf 101**, que en solo unas pocas horas proporciona los conocimientos básicos y las herramientas necesarias para comunicarse de manera efectiva con las personas sordas, o consulte otros **recursos en línea**.

#### 7. Establecer expectativas razonables

Este es un período de transición difícil, ¡no solo para su adolescente sordo, sino también para usted! Asegúrese de establecer expectativas razonables, haga tiempo y espacio para usted y continúe teniendo conversaciones abiertas y honestas que respeten los valores, las perspectivas y la singularidad de todos.



This document was developed under a jointly funded grant through the U.S. Department of Education's Office of Special Education Programs and the Rehabilitation Services Administration, #H326D160001. However, the contents do not necessarily represent the positions or policies of the federal government.