

의사소통에 어려움이 있는 회원 지도하기

보고 듣고 말하는 데 어려움이 있는 회원에게는 또렷한 소통과 세심한 준비가 큰 차이를 만듭니다.



저시력 또는 시각장애

미국에서 시력을 잃을 위험이 큰 사람은 9,300만 명으로 추정됩니다. 시각장애에는 사물과 색을 보거나 가려내기 어려운 경우가 있고, 안경이나 렌즈, 약, 수술로도 전혀 보지 못하는 분도 있습니다. 흔한 시각장애로는 황반변성, 녹내장, 당뇨망막병증이 있습니다.

살펴야 할 점

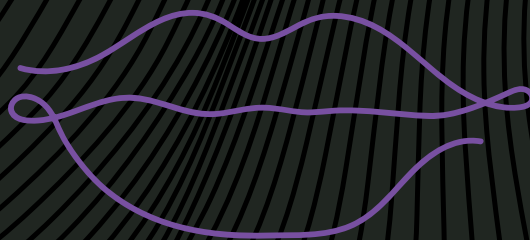
대체로 시각장애가 있어도 ACSM의 일반 운동 권고를 따를 수 있습니다. 다만 어떤 시각장애는 바탕에 다른 질환이 있거나, 운동에 영향을 주는 치료를 받고 있기도 합니다. 녹내장 약은 심박수에 영향을 줄 수 있고, 당뇨망막병증은 물론 당뇨병에서 옵니다. 회원의 시각장애 정도를 확인하고 그에 맞게 설명하는 방식을 바꾸세요.

난청 또는 청각장애

청각장애는 듣는 능력을 일부 또는 전부 잃은 것으로, 세계 인구의 약 5%가 겪습니다. 게다가 보청기가 필요한 사람 가운데 실제로 꾸준히 쓰는 사람은 17%뿐입니다.

살펴야 할 점

어떤 종류의 난청은 균형 문제와도 이어지므로 일찍 확인하세요. 난청이 가벼운 분은 지도자의 말을 듣기 위해 더 조용한 곳이 필요할 수 있습니다. 난청이 심한 회원과 소통할 때는 수어를, 지문자만이라도 익혀 두면 큰 도움이 됩니다.



언어장애 또는 말하지 않는 경우

언어장애(실어증)는 말이 끊기거나 아예 말하지 못하는 것으로 나타납니다. 대개 뇌 손상에서 오며 종류와 정도에 따라 브로카-베르니케·명칭·전실어증·원발진행실어증 등으로 나눕니다. 미국 성인의 약 7.6%가 언어장애를 겪습니다.

살펴야 할 점

회원의 실어증이 무엇 때문에 생겼는지 반드시 확인하세요. 뇌졸중처럼 운동과 관련된 질환일 수 있습니다. 설명과 운동 방식을 잘 짜고, 설명은 짧고 알아듣기 쉽게 하세요. 무엇보다 회원의 말을 가로막거나, 하려는 말을 안다고 여겨 앞질러 말하지 마세요.