

# NEURODIVERSITY

## НАСОКИ ЗА ПРИБЩАВАЩА КОМУНИКАЦИЯ



Съфинансирано от  
Европейския съюз

KA220-VET - Партньорства за  
сътрудничество в областта на  
професионалното образование и  
обучение  
Проектен номер:  
2021-1-IT01-KA2204-VET-000033362



**Степента на разбиране и способността за четене на един текст може да бъде повлияна от начина, по който той е написан и представен. Ако изготвяте информация, която ще бъде прочетена от други хора, е важно да знаете, че между 10 и 20 % от читателите ви може да попадат в спектъра на невроразнообразието. Използването на ясен език и достъпен дизайн на текста ще подобри четимостта и достъпността за всички читатели и особено за тези с дислексия или други невродивергентни профили.**

Следват някои прости препоръки, които ще ви помогнат да гарантирате, че информацията, която споделяте, е ясна и достъпна.

## Writing Style

- **Най-добре е текстът да бъде възможно най-опростен и кратък, за да се улесни навигацията и разбирането.**
- **Изреченията трябва да са кратки и отчетливи (средно 15-20 думи на изречение).**
- **Давайте ясни инструкции и избягвайте дългите обяснения.**
- **Помага да си представите, че читателят седи срещу вас и вие говорите директно на него. Използвайте "аз", "ние" и "ти", за да е ясно за кого пишете.**

- **Използвайте кратки думи и термини, когато е възможно, като избягвате ненужната сложна лексика и корпоративния жаргон.**
- **Избягвайте употребата на съкращения и акроними и обяснявайте по ясен начин цялата терминология. За по-дълги документи е полезно да се използва речник на основните термини.**
- **Прегледайте текста си и премахнете ненужните думи и фрази.**

## **Стил на презентиране**

- **Поддържайте изреченията и параграфите кратки. Опитайте се да разделите текста на кратки и удобни за четене части.**
- **Използвайте широки полета и заглавия.**
- **Използвайте разстояние между редовете на текста от поне 1,15 или 1,5 см, ако е възможно.**
- **Поддържайте текста в лявата линия с накъсан десен край. Това помага на читателите да проследят къде се намират в текста.**
- **Използвайте удебелен шрифт за подчертаване. Курсивът и подчертаването трябва да се избягват, тъй като могат да размият текста.**

- **Използвайте цвят, за да подчертаете важния текст, или използвайте текстово поле.**
- **Използвайте точки и цифри, а не дълги пасажии от проза.**

## **Стил на шрифта**

- **Използвайте шрифт san serif, например Arial, Calibri, Verdana, Century Gothic или Tahoma.**
- **Използвайте минимален размер на шрифта 12pt или 14pt.**
- **Избягвайте ненужното използване на главни букви. Използването на всички главни букви може да затрудни четенето (за всички), а също така може да изглежда, че крещите на читателя.**
- **Увеличете разстоянието между буквите в текста – проучванията показват, че това има най-голямо въздействие за подобряване на скоростта на четене (дори повече от избора на шрифт, който може да зависи от личните предпочитания).**

## Хартия

- **Използвайте цветна хартия, дори кремава или бяла. Някои хора може да имат специфични цветови предпочитания, например жълто или синьо.**
- **Използвайте матова хартия, за да намалите отблясъците.**
- **Не използвайте крехка хартия, през която може да се вижда текстът от другата страна.**

## Плакати, графични дизайни и видеоклипове

- **Опростете дизайна и избягвайте визуалното претрупване.**
- **Избягвайте фонове графики зад текста, тъй като те могат да затруднят четенето му; по същия начин избягвайте движещия се текст.**
- **Групирайте ключова информация, например по час / дата / място и подобни категории.**

# Универсална достъпност

Всеки има различни предпочитания за начина, по който получава достъп до информация. Някои хора предпочитат по-дълги и подробни обяснения, а други се нуждаят от алтернативни стилове на представяне.

- Включете полезни снимки и графики.
- Блок-схемите могат да помогнат за обяснението на процедури.
- Списъците с добри и лоши практики могат да бъдат по-полезни от дългите пасажни текстове.
- Включването на речник ще подпомогне обяснението на съкращенията, акроними и жаргонни думи и словосъчетания.
- По-дългите документи трябва да имат ръководство за съдържание в началото и индекс в края.
- Успоредно с осигуряването на максимална достъпност на всички текстове, организациите трябва да предоставят информация и в различни формати, например аудио, видео и цифрови файлове. Много е важно служителите и клиентите да бъдат информирани за наличието на тези алтернативни формати.

- **Важно е документите да се предоставят своевременно, за да има време за четене.**

## **Уебсайт дизайн**

- **Добрият дизайн на уебсайта е важен и за хората с дислексия, и за такива с други увреждания. Достъпността на уебсайтовете трябва да се проверява редовно.**
- **Уебсайтът трябва да е лесен за навигация и с ясни менюта; карта на сайта винаги е от голяма полза.**
- **Използвайте изображения и видеоклипове, когато е подходящо, за да разчупите текста.**
- **Уверете се, че уебсайтът е проектиран така, че да е съвместим със софтуер за преобразуване на текст в реч.**
- **Осигурете на потребителите възможности, които им позволяват да персонализират уебсайта според своите нужди, например цвят, размер и вид на шрифта.**

