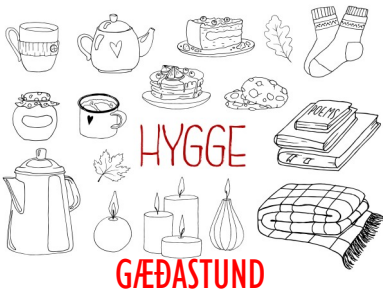


Gæðastund í dagsins önn

með þeim sem á erfitt með að tjá sig og hefur flókna samsetta fötlun



Nú er lífið á heimilum ef til vill að falla í rútnur eftir erfiðan aðlögunartíma. Þá er auðveldara að koma aftir á gæðastundum þar sem mest fatlaða fólkið okkar hefur færi á að hafa manninn með sér svolitla stund.

Við skulum kalla hljóðin, svipbrigðin og hreyfingarnar mál. Einstaklingurinn sýnir hvað hann vill, hvað honum líkar vel og hvað hann vill alls ekki. Stundum tekur langan tíma að læra að túlka málið hans eða hennar. Stundum veit fólk ekki af því að það er að túlka málið, notar innsæi sitt, ómeðvitaðan skilning, til að bregðast við, einmitt í takt við meiningu fatlaða félaga síns.



Í gæðastund má vinna með að læra betur að skilja málið hans eða hennar. Hvaða svipbrigði segja mér að hann vill meira svona. Hvað segir mér að hún vill ekki þetta.

Hvernig veit ég að við erum að tala saman?

Það eru engin algild svör til. Við þurfum að finna svolítið á okkur til að byrja með, nota innsæið. En því meira sem við verðum meðvituð um málið sem einstaklingurinn notar, því markvissari getum við líka verið í okkar svörum.

Hvernig svara ég neitandi atferli félaga míns, þannig að hann upplifi að fá svar? Að hann upplifi að ég sé að hann er leiður? Að hann sé reiður?



Það er auðveldara að svara atferli sem segir ég vil svona, ég vil meira, þetta finnst mér gott.



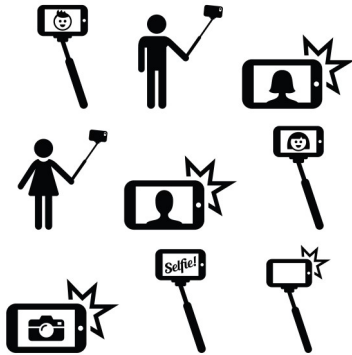
Hvernig nota ég snertingu á þessum erfiðu tímum? Sennilega er búið að ræða þetta á heimilinu og þessi ráð óþörf, en þau fá að fylgja hér.

Fyrir suma er snertingin nauðsynleg til að upplifa svörun. Er möguleiki á að vera með sérstakan hlífðarslopp, nota andlitsgrímu og halda

utan um einstaklingin aftanfrá? Þolir hann hanskaklædda hönd um sína? Dugar henni að fótur snerti fót?

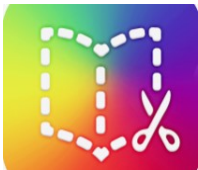
Og svo hin brennandi spurning—um hvað getum við talað?

Notaðu áhugamálin, Hvaða tónlist finnst henni skemmtileg, hvaða íþróttir hefur hann mest gaman af að horfa á í sjónvarpinu? Er hún með bíladellu? Er skemmtilegast að búa eitthvað til saman í eldhúsinu?



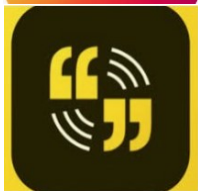
Notið [iPadinn](#) til að taka myndir í skemmtilegum aðstæðum, ótrúlega margir hafa ánægju af að skoða myndir og myndbönd af sér í hinum ýmsu aðstæðum.

Takið sjálfsm myndir af ykkur tveimur saman, skoðið og hlæið saman. Stutt myndbönd þar sem þið hermið eftir hljóðum eða svipbrigðum, eða fíflist saman.



Stundum verður svona myndband að heilli sögu til að segja öðrum.

Skoðið líka möguleikana á að búa til litla sögu með hjálp [Spark](#) forritsins, eða [book creator](#), en [leiðbeiningar á myndböndum eru líka á heimasíðu Fjölmenntar.](#)



Sagan þarf ekki að vera lengri en ein til tvær mínútur og gangið svo saman um húsið og segið öðrum söguna ykkar.



Eða búið til einfalda valmöfla með tveimur valkostum—það geta verið spjöld með myndum, eða [talandi reitir á iPad](#)—[sjá líka myndband á vef Fjölmenntar.](#)

Svo er væntanlegt inn á [heimanám](#) eitthvert skemmtilegt efni sem nýtist í gæðastund.

Vonandi nýtist þetta einhverjum sem veltir fyrir sér hvernig hægt sé að koma á gæðastundum á þessum erfiðu tímum .

Bestu kveðjur frá Ráðgjafardeild Fjölmenntar

Anna Soffía Óskarsdóttir