

„Mig langar að reyna að skilja þig“

Hagnýt ráð um
fjölbreyttar tjáskiptaleiðir

Helle Kristensen
kennari og ráðgjafi hjá Fjölmennt, símenntunar- og þekkingarmiðstöð

september 2022



Fólk sem notar ekki hefðbundið talmál

...er fjölbreyttur hópur:

- Notar ekkert talmál
- Notar talmál óhefðbundið
- Notar talmál en þarf meiri tíma til að hugsa eða koma orðunum frá sér

...á rétt á **viðeigandi aðlögun:** (sbr. [Samning SP](#))

Aðferðir sem gera fólki kleift að tjá sig á sínum forsendum

- hefðbundið talmál dugar oftast ekki til



Fólk sem notar ekki hefðbundið talmál

- hefur líka mál (Anna Soffía Óskarsdóttir: [Samantekt um óhefðbundin tjáskipti á heimasíðu Fjölmenntar](#))
- hefur oft öðruvísi skynjun - mikilvægt að skilja það!
- þarf lengri tíma til að tjá sig
- getur skilið mjög margt en skort leið til að tjá sig
- á stundum enga aðra leið til tjáningar en hegðun - öll hegðun er tjáning
- þarf að finna fyrir öryggi til þess að geta tjáð sig - krefjandi
- á það til að vilja þóknast



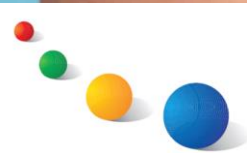
Öðruvísi skynjun

- Skynjun og skynúrvinnsla gerist ekki sjálfkrafa - það þarf að eyða mikilli orku í það - gífurlegt álag
- Úrvinnslan er hægari - þurfa lengri tíma
- Skynjun getur verið of sterk eða of veik - getur sveiflast til á ófyrirsjáanlegan hátt - mikill dagamunur
- Skynofhleðsla (sensory overload): Áreitinn hlaðast upp og verða óbærileg.
- Fólk þarf leið til að koma jafnvægi á taugakerfið
- Skynhreyfihömlun (dispraxía): Líkaminn framkvæmir ekki það sem hugurinn segir.

Jarprúður Þórhallsdóttir, einhverfuráðgjafi hjá Fjölmennt:

["Önnur skynjun" - fyrirlestur á heimasíðu Fjölmenntar](#)

Sjá einnig bókina „Önnur skynjun - ólík veröld“



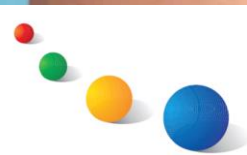
Viðeigandi aðlögun

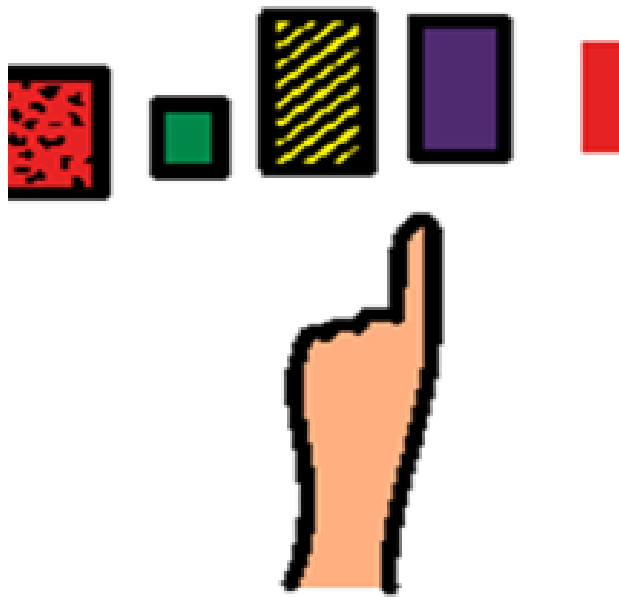
- Gera samtal sjónrænt sýnilegt
- Gefa tíma - mikilvægt!
- Kynnast viðmælanda vel - mikilvægt!
- Vera vakandi fyrir vanlíðan eða hlutum í umhverfinu sem trufla
- Skapa öryggi í aðstæðunum
- Gefa viðmælanda vald yfir samtalinu
- Sýna skilning og trú á getu viðmælanda til að tjá sig
- Ekki gefast upp strax



Hagnýtar leiðir til aðlögunar

- Að bjóða val
 - Gagnvirkar valtöflur í snjalltæki
 - Aðferð í anda RPM (Rapid Prompting Method)
- Að eiga samtál um óskir, vilja og ákvarðanir
 - Samtalsmottur (Talking Mats)
- Að skapa aðstæður sem stuðla að þátttöku
 - Upplýsingasögur





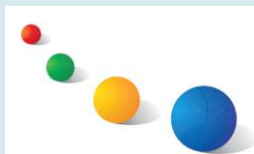
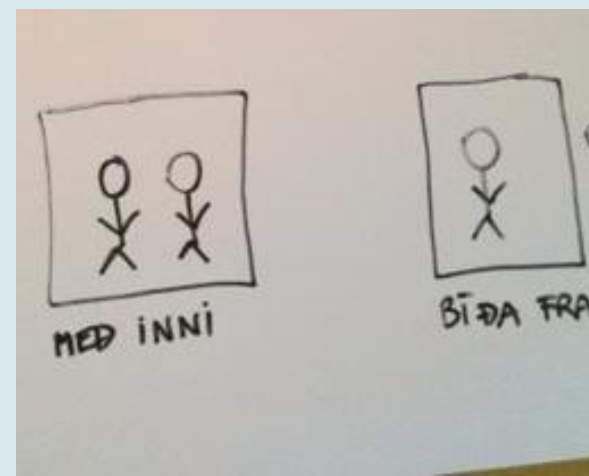
Að bjóða val

- Hvernig er hægt að gera val sýnilegt?
- Hvernig er hægt að tryggja að viðmælandi fái nægan tíma til að velja?
- Hvaða leiðir getur viðmælandi notað til að tjá valið sitt?



Að bjóða val

Ýmsar útfærslur

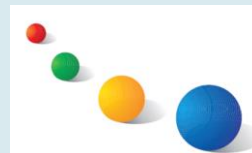




Að bjóða val

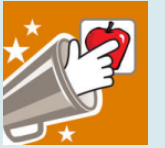
Hafa í huga:

- Byrja á fáum valmöguleikum
- Hafa texta með myndum
- Gefa möguleika á að velja „annað“ / „ekkert af þessu“
- Velja lýsandi myndir og orð
- Gefa tíma til að skoða valmöguleikana fyrst
- Sumir þurfa „prompt“ til að svara
- Sumir velja alltaf sömu megin



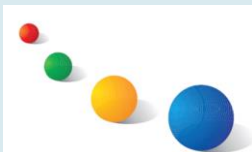
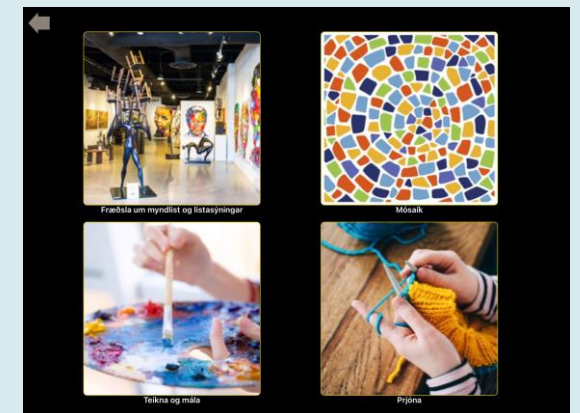
Gagnvirkar
valtöflur

SoundingBoard



- Gagnvirkar valtöflur með myndum, texta og hljóði
- Möguleiki á að tengja undirtöflur
- Auðvelt að víxla valmöguleikum

Dæmi: Námskeiðsval með SoundingBoard





Gagnvirkar
valtöflur

Æfing:



Látum iPadinn ganga og skiptumst á að bjóða næsta manni val með gagnvirkri valtöflu í SoundingBoard.

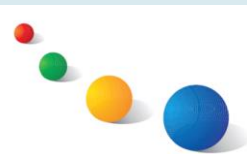
Hvað er hægt að gera ef viðmælandi:

- *velur ekkert?*
- *segir eitt en bendir á annað?*
- *„bendir bara á eitthvað“ án þess að íhuga?*
- *velur alltaf sömu megin?*

Leiðbeiningar um SoundingBoard á heimasíðu Fjölmenntar:

[Leiðbeiningar til útprentunar](#)

[Kennslumyndband](#)





Aðferð í
anda RPM

RPM - Rapid Prompting Method - Hraðhvataaðferð

- Soma Mukhopadhyay, Indlandi, þróaði aðferðina fyrir son sinn Tito
- Aðferð til kennslu og tjáningar þróuð fyrir einhverft fólk
- Byggir á öðruvísi skynjun einhverfs fólks
- Spilar á mismunandi skynsvið til þess að finna þá leið sem er opin hverju sinni
- Notar ákveðna hvatningu (prompt) til að ýta af stað sjálfstæðri svörun
- Notar hraðan takt til að halda athygli svo viðkomandi "detti" ekki inn í eigin hugarheim og kúpli sig frá samtalinu.

Ásta Birna Ólafsdóttir, þroskaþjálfari og sérkennari: [Er RPM eitthvað fyrir mig?](#)
Nánar um RPM á heimasíðu HALO: [What is RPM?](#)

Helle Kristensen - september 2022



Aðferð í anda RPM

- Rífa tvo miða af blaði (heyrn)
- Einn valmöguleiki skrifaður á hvorn miða (sjón)
- Segja hvern staf upphátt um leið og hann er skrifaður (heyrn)
- Banka í hvorn miða um sig (heyrn) EÐA rétta upp miðana og hrista þá (sjón)
- Rétta viðkomandi penna eða blýant í höndina til að benda með (snerting)



Dæmi um kennslustund í RPM á Youtube:
[First RPM Lesson at Home](#)





Aðferð í
anda RPM

Hafa í huga:

- Hafa gott bil á milli valmöguleika
- Passa að athyglin sé á miðunum
- Það er erfiðara að svara spurningum um tilfinningar eða álit heldur en staðreyndir
- Það er auðveldara að svara spurningum um efni sem vekur áhuga
- Samtalið þarf að vera vel undirbúið
- Sýna trú á getu viðmælanda og taka mark á svörum hans
- Lesa í *hvernig* viðmælandi svarar





Aðferð í
anda RPM

Æfing:

Vinnið tvö og tvö saman. Skiptist á að bjóða hvort öðru val með aðferð í anda RPM.

Prófið að nota ólíka hvata (prompt), t.d.

- banka á miða á borðinu (heyrnrænt)*
- hrista miðana létt fyrir framan (sjónrænt)*
- rétta penna til að benda með (snerting)*





Að eiga samtal um óskir, vilja eða ákvarðanir

- Hvernig er hægt að gera samtalið sýnilegt?
- Hvernig er hægt að tryggja að viðmælandi skilji það sem við erum að tala um?
- Hvernig er hægt að tryggja vald viðmælanda í samtalinu?



Samtalsmottur - Talking Mats



Samtalsmottur

- Joan Murphy og Lois Cameron, talmeinafræðingar, þróuðu aðferðina í Skotlandi
- Myndræn framsetning á samtali sem gefur fólki tækifæri til að hugsa, tjá skoðun sína, íhuga og etv. skipta um skoðun
- Hefur verið prófað og rannsakað með fólki með ólíka tjáskiptaerfiðleika
- Hentar vel til að eiga dýpra samtal um opnar spurningar, óskir og stærri ákvarðanir
- Einföld aðferð en um leið margþætt

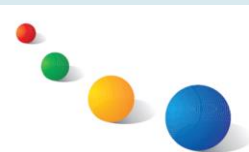
Heimasíða TalkingMats, Skotlandi:

[What is a Talking Mat - Why do Talking Mats work - Types of Talking Mat](#)

Viðtal við Lois Cameron á Youtube: [What is Talking Mats?](#)

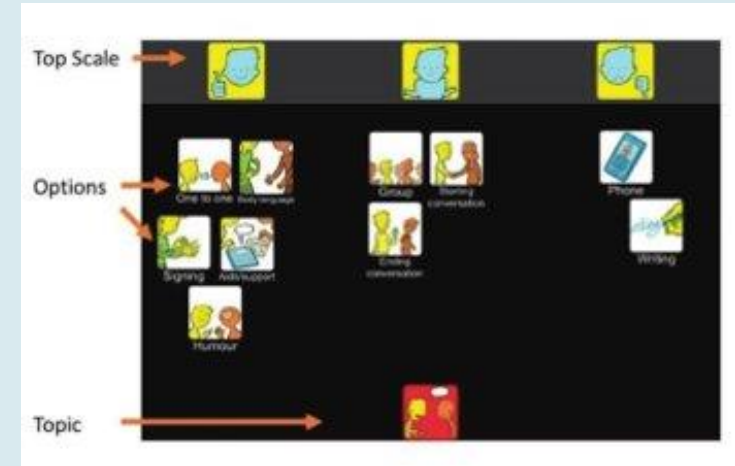
Anna Soffía Óskarsdóttir, kennsluráðgjafi hjá Fjölmennt:

[Talmotta sem tjáskiptatæki - samantekt á heimasíðu Fjölmenntar](#)



Samtalsmottur

- Dökk motta ramar inn samtalið
- Grunnspjöld efst til að flokka umræðupunkta
- Táknmynd um umræðuefnið neðst
- Myndir fyrir hvern umræðupunkt til að raða á mottuna
- Viðmælandinn hvattur til að setja myndina þar sem honum/henni finnst passa
- Fara yfir samtalið í lokin, gefa tækifæri til að breyta
- Taka mynd af samtalinu



Dæmi um notkun samtalsmottu frá TalkingMats á Youtube:

[Samtal um markmið í endurhæfingu](#)

[Samtal um starfsfólk](#)

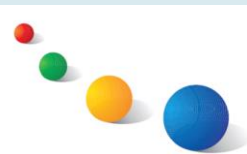




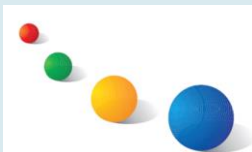
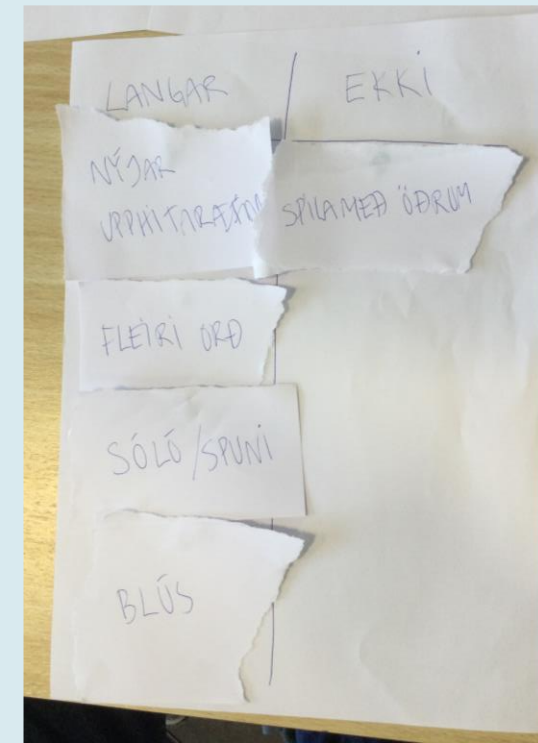
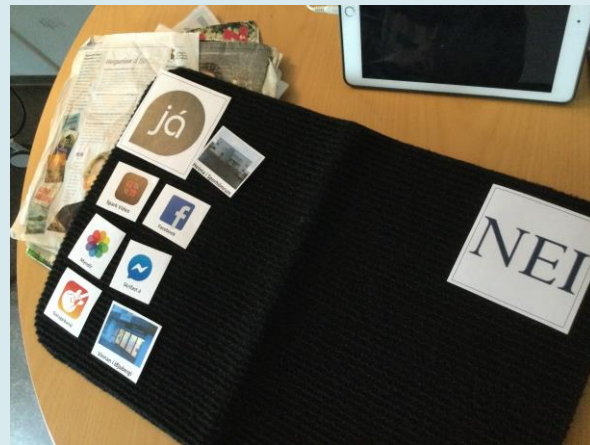
Samtalsmottur

Hafa í huga:

- Gott að byrja á aðeins tveimur grunnspjöldum
- Bæta fljótlega við „veit ekki“
- Prófa sig áfram með ólík grunnspjöld
- Tryggja að viðmælandi viti hvað verið er að ræða um
- Passa hvernig spurningar eru orðaðar og huga að bendingum
- Láta svar stýra samtalinu áfram
- Lesa í *hvernig* viðmælandi svarar spurningum
- Vera vakandi fyrir hvort raðað sé eftir munstri



Dæmi: Samtöl um markmiðssetningu - ýmsar útfærslur





Samtalsmottur

Æfing:

Vinnið tvö og tvö saman. Annað er spyrjandi og hitt viðmælandi. Þið fáid úthlutað umræðuefni og myndir. Prófið ykkur áfram með:

- *ólík grunnsþjöld (hvað hentar viðmælanda?)*
- *að láta svar stýra samtalinu áfram*
- *að lesa í hvernig viðmælandi svarar spurningum og bregðast við því*

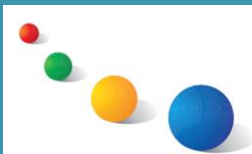
Skiptið síðan um hlutverk og endurtakið æfinguna.





Að skapa aðstæður sem stuðla að þátttöku

- Hvernig er hægt að lágmarka áreiti í umhverfinu?
- Hvernig er hægt að skapa traust og öryggi?
- Hvernig er hægt að undirbúa viðmælanda fyrir samtali?





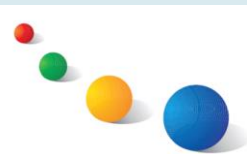
Upplýsinga-
sögur

Upplýsingasaga / upplýsingablað

- Byggir á hugmyndinni um félagshæfnisögur (social stories) sem var þróuð af Carol Gray, sérkennara í Michigan.
- Veitir viðmælanda öryggi með því að útskýra hvað stendur til: Hvert á að fara, hvað á að gera, hversu lengi á að gera það, hvað gerist svo?
- Getur verið í 1., 2. eða 3. persónu eftir því hvað hentar viðmælanda.
- Getur verið með eða án mynda og mismikill texti, eftir þörfum hvers og eins.

Jarprúður Þórhallsdóttir, einhverfuráðgjafi hjá Fjölmennt:

[Um upplýsingasögur í Fjölmennt](#)



Dæmi: Undirbúningur fyrir fund á vinnustað

Upplýsinga-
sögur

Kynning í vinnunni



Fimmtudaginn 11. nóvember verður ekki iPad-tími í Fjölmennt.



Í staðinn ætlum við að hittast í vinnunni þinni kl. 9:30.



Helle kemur í vinnuna og við ætlum að hitta _____ og aðra starfsmenn þar.



Við ætlum saman að segja frá því hvernig við vinnum með iPadinn, hljómborðið og talmottuna.



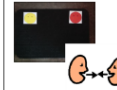
Þegar við erum búin kl. 10:30 ferð þú aftur með bílnum heim í _____.



Sýna sögu og hvernig við búum til sögur



Sýna hvernig við spilum á hljómborð



Sýna hvernig við tölum saman



Sýna hvernig þú velur verkefni



Sýna hvernig þú skrifar heimaverkefni



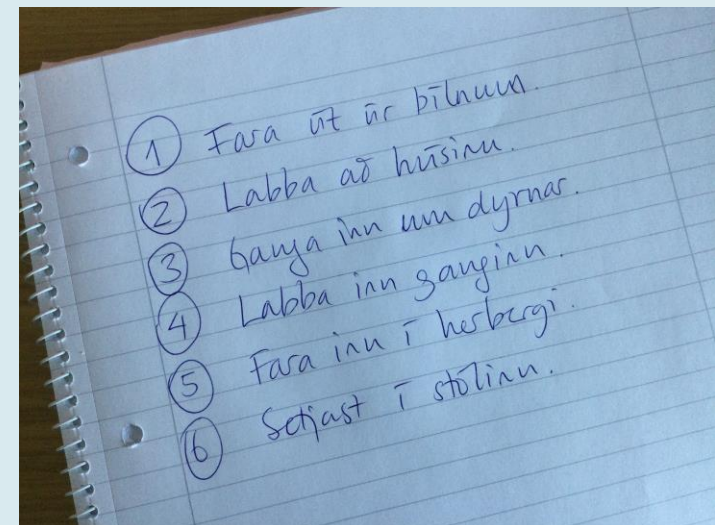
Tíminn búinn

fundarherbergi þar sem við ætlum að sitja við



borð

og tala saman.





Hvernig á að byrja?

- Ákveða aðstæður til að æfa ákveðna aðferð
- Byrja að æfa val eða samtöl um hversdagsleg málefni sem tengjast áhugamáli
- Vera vakandi fyrir öll tækifæri til að æfa
- Muna að það getur verið krefjandi að velja og að tjá sig um vilja og skoðun
- Taka mark á því sem viðmælandi velur eða segir
- Einbeittu þér að sjálfum þér og viðmælanda fyrst
- Ekki gefast upp strax!



Verkefni

- Veljið einn þjónustunotanda og eina aðferð sem þið haldið gæti gagnast honum/henni
 - Gagnvirkar valmöflur í snjalltæki
 - Aðferð í anda RPM
 - Samtalsmotta
- Undirbúið gögnin sem þarf
 - Umræðuefni og svarmöguleikar
 - Táknmyndir og/eða valmöflur
 - Etv. undirbúningssaga
- Ákveðið tíma/aðstæður til að nota aðferðina

