

# Praktiske råd om det å **snakke sammen**

I denne spalten forsøker vi å belyse ulike sider ved den dagligdagse samtalen og gi råd om hvordan man lettere kan hanskkes med de utfordringer som kan forekomme i kommunikasjon med personer som har afasi.

■ Margit Corneliussen, Line Haaland-Johansen og Eli Qvenild, samt språkforsker Marianne Lind

**I** dette nummeret av Afasiposten dreier det seg om hvordan vi bruker kroppsspråket når vi kommuniserer med hverandre, både når vi sender et budskap, og når vi mottar et budskap. Vi vil også komme med noen forslag til hvordan kroppsspråket kan utnyttes i kommunikasjon med personer med afasi.

## Hva bruker vi kroppsspråket til?

Når vi snakker sammen, kan vi vanligvis både se og høre hverandre. En del av informasjonen blir derfor gitt på en

ikke-verbal måte. Det vil si at vi bruker kroppsspråket vårt som en viktig del av kommunikasjonen. Vi tar i bruk ansiktsuttrykk, øyebevegelser, kroppsholdninger, arm- og benbevegelser for å uttrykke tankene og følelsene våre. Her er noen eksempler på hva vi kan formidle ved hjelp av kroppsspråket:

- Indikere ønsker og behov (for eksempel løfte en halvåpen hånd til munnen for å vise et ønske om drikke).
- Gi uttrykk for følelser (for eksempel rynke på nesen



for å vise misnøye eller ubehag).

- Illustrere kjennetegn ved personer og gjenstander (for eksempel angi høyde og størrelse).
- Demonstrere handlinger og aktiviteter (for eksempel hvordan man sparker fotball).
- Gi beskjeder eller direktiver til andre mennesker (for eksempel peke på en stol for å instruere noen til å sette seg).

### **Forholdet mellom ordene og kroppsspråket**

Gester og bevegelser vi bruker i kroppsspråket, er nært knyttet til det vi sier med ord, og vi bruker dem vanligvis for å erstatte eller supplere vanlig tale. Men av og tid opplever vi at det er en motsetning mellom det en person sier, og det vedkommende viser med kroppsspråket. For eksempel kan en person si: «Jeg er absolutt ikke sint!», men signalisere noe annet med ansiktsuttrykket

og kroppsholdningen. Høyst sannsynlig vil samtalepartneren med rette feste mer lit til det personen uttrykker gjennom kroppsspråket, enn det personen sier med ord!

Andre ganger er ikke kroppsspråket så tydelig. Gestene er mer diffuse og vil sannsynligvis ikke være tilstrekkelige til å formidle den fulle meningen i et budskap. Men de kan være med på å understreke innholdet i talen og kanskje uttrykke noe om hvilke deler av budskapet som er viktigst for avsenderen.

Bruk av gester og mimikk vil også variere fra person til person. Noen bruker et rikt kroppsspråk med mye mimikk og store håndbevegelser når de snakker, mens andre er mer reserverte. Gester er dessuten kulturelt betinget. Gester som vi her i Norge oppfatter på en bestemt måte, kan bli tolket annerledes i en annen kultur. ▶

▷ **Blir kroppsspråket påvirket ved afasi?**

Når mennesker får afasi, ser vi ofte at kroppsspråket blir påvirket i større eller mindre grad. Det er gjort flere undersøkelser på dette feltet, og resultatene viser at personer med afasi i mange tilfeller fungerer dårligere enn normal-språklige både når det gjelder å forstå og produsere gester. Videre viser resultatene at personer med stor grad av afasi kan ha problemer med å lære seg gester som kan brukes i kommunikasjon. Noen strever med å komme i gang, og har problemer med å ta initiativ til kommunikasjon. Fysiske begrensninger, slik som lamelse i høyre arm, vil naturlig nok også være et hinder når det gjelder produksjon av gester. Noen personer med afasi har dessuten apraksi som en tilleggsvanske. Det vil si at de har redusert ferdighet til å programmere de nødvendige muskelbevegelsene som inngår i en handling. Bevegelsene utføres på en usikker og klossete måte, noe som gjør det vanskelig for andre å forstå dem.

Men mange personer med afasi kan ha stor nytte av kroppsspråket. Vi har møtt mange som har vist stor kreativitet i å formidle budskapet sitt ved hjelp av gester, selv om de har hatt store problemer med å snakke. Noen eksempler på

slike kreative gester er: å løfte og senke armen for å angi ordet «heis», å føre hånden mot halsen og late som man brekker seg for å formidle «frykt for å bli sjøsyk», og å føre hånden gjennom håret for å indikere ordet «frisør».

**Hvorfor bør vi bruke kroppsspråket mer bevisst?**

Vi mener at pårørende og andre som snakker med en person som har afasi, bør legge opp til en bevisst bruk av kroppsspråk. Det er flere grunner til det:

1. Ved å bruke tydelige gester, blick og lignende kan samtalepartneren bidra til at innholdet i et budskap blir lettere å forstå for personen som har afasi. Det er fordi slike ikke-verbale signaler gir tilleggsinformasjon, som øker muligheten for at budskapet vil bli oppfattet. I forrige nummer av Afasiposten beskrev vi en metode som kalles «Støttet samtale for voksne med afasi». I denne metoden legges det stor vekt på at samtalepartneren supplerer talen med tydelige tegn for å sikre best mulig forståelse hos den som har afasi.
2. Ut fra sine egne forutsetninger bør personen med afasi oppmuntres og oppfordres til å benytte tegn og gester som et supplement i

kommunikasjonen. Samtalepartneren må derfor være åpen for å forstå og akseptere at hovedsaken for den som har afasi er å få formidlet et budskap slik at andre skjønner det. Da er det mindre viktig hvilken måte det formidles på. Man må finne frem til signaler som fungerer for





“Mange personer med afasi kan ha stor nytte av kroppsspråket”

den enkelte, og om nødvendig demonstrere hvordan dette kan gjøres. Noen personer med afasi kan ha problemer med å ta initiativ og begynne på en handling, og de må derfor med jevne mellomrom påminnes om å utføre de kommunikative gestene som de har trent på.

Her er eksempler på gester som har vist seg å bedre kommunikasjonen for noen:

- Peke opp eller ned med tommelen for å signalisere «ja» eller «nei» dersom disse ordene ikke kan uttales eller lett forveksles når de blir sagt.
- Gi uttrykk for «jeg vet ikke»

ved å trekke på skuldrene.

- Angi tall ved å vise antall fingre.
  - Holde en hånd i været for å formidle at man ønsker å skifte samtaleemne.
3. Resultater av undersøkelser samt egne erfaringer har dessuten vist at noen personer med afasi kan dra fordel 

“Gester kan også i enkelte tilfeller lette tilgangen til ordet”



▷ av en mer bevisst bruk av ikke-verbale tegn fordi slike tegn kan lette tilgangen til ordet. Når den som har afasi utfører en illustrerende bevegelse, hender det at det aktuelle ordet blir aktivert og kan uttales. Så selv om gestene som utføres, er for lite funksjonelle til å heve kvaliteten på kommunikasjonen for mottakeren, kan de altså være til nytte for personen med afasi.

### Oppsummering

I denne artikkelen har vi gjort rede for kroppsspråkets viktige betydning i kommunikasjon, med spesielt fokus på hvordan bruk av kroppsspråk kan utnyttes i samtaler med personer som har afasi.

- Ved å bruke tydelige gester, blick og lignende kan samtalepartneren bidra til at innholdet i et budskap blir lettere å forstå for den som har afasi.
- Ut fra sine egne forutsetninger bør personen som har afasi oppmuntres til og påminnes om å bruke tegn og gester som et nyttig supplement eller alternativ i kommunikasjonen.
- Gester kan også i enkelte tilfeller lette tilgangen til ordet for den som har afasi. En illustrerende bevegelse kan av og til aktivere ordet slik at det også kan sies.

Tidligere innlegg i denne spalten finner du også på Afasiforbundets nettsider: [afasi.no/Afasiposten/Artikler/Det-handler-om-samtale](http://afasi.no/Afasiposten/Artikler/Det-handler-om-samtale)



- *Samtale betyr at man veksler på å ha ordet: Hjelp den som har afasi til å komme til orde når det er nødvendig, og hjelp ham/henne med å være en lytter når det er nødvendig.*
- *Samtale betyr at man sammen skaper en sammenhengende helhet: Vær oppmerksom og ta deg tid slik at den som har afasi slipper til med hele bidraget sitt.*
- *Samtaler innebærer alltid vedlikehold/reparasjon: Vurder nøye om det er nødvendig å rette opp alle feil, og bruk tid bare på de viktige feilene – de som gjør at dere misforstår hverandre.*