

**Det handler om samtale:**

# Praktiske råd om det å snakke sammen

## Samtalestrategier I

**Tidligere i denne spalten har vi snakket om hvordan vi kan skape et psykologisk godt samtalemiljø, og vi har gitt noen enkle råd om å legge til rette for gode fysiske omgivelser rundt samtaler med personer som har afasi.**

I forrige nummer av *Afasiposten* konsentrerte vi oss om den betydningen tid og pauser har i samtaler. God tid er ofte den beste hjelpen vi kan gi, spesielt dersom vi i tillegg åpent sier at «vi har god tid, vi tar den tiden vi trenger». Da får den som har afasi tid til å oppfatte det som blir sagt, tid til å finne ord og velge uttrykksmåte, samtidig som vi naturlig senker vårt eget taletempo. Å ha god tid betyr å innta en aktivt lyttende holdning, samt å være oppmerksom og interessert. Det gir personen med afasi mulighet til å delta i samtalen på en mer likeverdig måte enn ellers.

I dette nummeret av *Afasiposten* begynner vi en serie på tre innlegg om samtalestrategier. Med samtalestrategier tenker vi på alle de ulike tingene vi gjør, bevisst eller ubevisst, for å takle de problemene som oppstår i en samtale. Det kan være når en av partene ikke forstår, når vi misforstår hverandre, eller når den som har afasi ikke greier å formidle det han eller hun tenker på.

Noen ganger lykkes vi med den hjelpen vi gir for å lette situasjonen. Andre ganger fører ikke måten vår å takle problemet på fram. Når de vanskelige situasjonene oppstår, føler vi oss ofte temmelig hjelpeløse. Her vil vi presentere fire enkle holdepunkter som vi kan



forsøke å huske på under en samtale med en person som har afasi. Holdepunktene bygger på prinsippene for PACE-metoden, som er godt kjent blant logopeder. PACE står for *Promoting Aphasics' Communicative Effectiveness* (se for eksempel Davis, G.A. (2005): PACE revisited. *Aphasiology*, 19, 21-38).

### **1. Personen med afasi og samtalepartneren skal delta likt som sendere og mottakere av budskap i samtalen**

I en samtale skifter vi mellom å snakke om det vi har på hjertet, og å lytte til det den andre har å si. Dersom vi hver for oss bidrar omtrent like mye i samtalen, vil vi føle oss som likeverdige samtalepartnere. Når vi tenker på samtaler med personer som har afasi, kan det være vanskelig å forestille seg at vi skal kunne være likeverdige deltakere i samtalen. Det kan synes ganske umulig all den tid vi har ordet i vår makt, mens den som har afasi, ofte synes å stå maktesløs overfor

**Samtalemiljø I – Afasiposten 3/2015**  
**Samtalemiljø II – Afasiposten 4/2015**  
**Tid og pauser – Afasiposten 1/2016**  
***Samtalestrategier I***  
**Samtalestrategier II**  
**Samtalestrategier III**  
**Kroppsspråk**  
**Lese – skrive – tegne**  
**Oppsummering**

ordet. Likeverdig deltakelse betyr at vi hele tiden har i tankene at personen med afasi i størst mulig grad skal være en aktiv deltaker i samtalen og ikke en passiv mottaker av det vi sier. For å få til det må vi vise, eller skape, en forventning om at han eller hun skal ta initiativ til å uttrykke noe. Vi venter rett og slett at den som har afasi, har noe på hjertet som han eller hun vil formidle. Det er også viktig at vedkommende får tid til å finne en måte å kommentere, eller svare på det vi har sagt. Den beste måten å tilstrebe likeverdig deltakelse på, er ved å bidra til at personen med afasi får ta initiativ, og ved at vi naturlig skifter på med å «ha ordet» i samtalen.

## **2. Det bør foregå utveksling av informasjon mellom personen med afasi og samtalepartneren**

I samtaler forteller vi hverandre siste nytt eller noe vi har gått og tenkt på. Som samtalepartnere bør vi gå ut fra at den som har afasi også har ideer, tanker og spørsmål å komme med. Hver gang personen med afasi greier å komme fram med sitt eget tema, skjer samtalen mer på hans eller hennes premisser. Dersom det er vi som bestemmer hva samtalen skal dreie seg om, skal det mye til at den som har afasi, makter å skifte tema.

Når vi vet hvilke vansker personer med afasi står overfor, bør vi så godt som råd er, sørge for at det vi snakker om, er av interesse for den andre. Også på dette området kan det lønne seg med åpenhet, altså at vi rett og slett spør hva den andre har på hjertet. Vi må da være forberedt på at samtaletemaet kan dreie seg om noe utenfor «her og nå»-situasjonen. Det kan bli utfordrende, men kanskje mer givende enn at samtalen dreier seg om det samme hver gang.



@fotolia

## **3. Personen med afasi bør fritt få velge kommunikasjonskanal**

Når vi snakker, bestemmer vi selv hvordan vi skal ordlegge oss, hvordan tankene og følelsene våre skal bli til ord. Noen ganger strekker ikke ordene til slik vi ønsker, og vi sper på med mer mimikk og flere gester enn vi vanligvis bruker. Noen ganger skriver og tegner vi i tillegg, for eksempel når vi skal beskrive rominndelingen i en leilighet eller gi en veibeskrivelse. På samme måte bør vi alltid oppmuntre og støtte den som har afasi i å bruke alle mulige måter å kommunisere på. Vi har god erfaring med at mange personer med afasi lettere kan få tilgang til et ord de lurer på, når de forsøker å formidle det via andre kanaler enn tale. På den annen side, dersom vi forstår hva den som har afasi mener når han eller hun uttrykker seg med gester, skal vi ikke samtidig kreve at

vedkommende skal forsøke å si det. Når det gjelder bruk av ulike kommunikasjonskanaler, er dette i høyeste grad aktuelt også for samtalepartneren. Det vil gjøre det lettere for personen med afasi å oppfatte det vi sier, dersom vi samtidig bruker gester, skriver eller tegner.



@fotolia

#### **4. Samtalepartnerens tilbakemelding skal være oppriktig og gitt på grunnlag av det som er oppfattet og forstått**

Det er vanlig at det oppstår misforståelser i samtaler med personer som har afasi. Mange av leserne av denne spalten har sikkert opplevd å være usikre på om de har forstått det ofte ufullstendige budskapet fra den som har afasi. Hva slags tilbakemelding gir vi da? Ifølge dette fjerde holdepunktet for samtalen bør vi melde åpent fra om tvilen vår. Dersom vi gjør det i tide, kan vi forhindre at misforståelsene bygger seg opp i samtalen.

Vi kan se på disse fire holdepunktene som en ideell rettesnor for samtaler. Det er imidlertid viktig å være klar over at vi ikke alltid kan greie å følge dem. I begynnelsen krever det ofte et mentalt overskudd å ha disse holdepunktene «i bakhodet». Men i den grad vi greier å holde oss til dem, har vi bidratt til at

den personen med afasi som vi snakker med, i størst mulig grad er blitt en likeverdig deltaker i samtalen.

I fortsettelsen av serien om samtalestrategier vil vi komme nærmere inn på hvordan vi kan forholde oss til ulike problemer etter hvert som de oppstår i samtaler med personer som har afasi.

- Personen med afasi og samtalepartneren skal delta likt som sendere og mottakere av budskap i samtalen
- Det bør foregå en utveksling av informasjon mellom personen med afasi og samtalepartneren
- Personen med afasi bør fritt få velge kommunikasjonskanal
- Samtalepartnerens tilbakemelding skal være oppriktig og gitt på grunnlag av det som er oppfattet og forstått

*En nesten identisk versjon av denne teksten har for flere år siden stått på trykk i Afasiposten. Forfattere av teksten var logopedene Margit Corneliussen, Line Haaland-Johansen og Elin Qvenild, samt språkforsker Marianne Lind. Vil du lese mer om afasi og samtale? Boken «Afasi og samtale. Praktiske råd om det å snakke sammen» (Novus forlag, 2006) ble til som følge av artikkelserien i Afasiposten. En ny og lettere revidert utgave av boken ble utgitt på Novus forlag i 2014 .*