

Innhold

Om Sareptas afasikrukke	2
Metodiske tips	3
Afasikafé	3
Et fint tilbud til afatikere	3
Oppdeling av dagen	3
Alfabet + bilder	4
Barn som pårørende ved afasi – ideer til aktiviteter	4
Behandling av auditive forståelsesvansker	5
Prognostiske indikatorer	5
Karakteristiske trekk ved auditive forståelsesvansker	5
Grunnleggende behandlingsprosedyre	9
Grunnleggende behandlingsprosedyre	10

Om Sareptas afasikrukke

"Sareptas afasikrukke" er navnet på en oppgavebank og et nettverk for logopeder som underviser mennesker som har afasi (erhvervede språk- og kommunikasjonsvansker etter skade i hjernen). Bakgrunnen for tiltaket var at det her i landet er utgitt lite materiell som er spesielt beregnet til bruk i undervisning av denne målgruppen. Logopeder bruker derfor mye tid på å utarbeide språklige oppgaver til den enkelte afasirammede. Det kan være tekster av ulik vanskegrad, utfyllingsoppgaver, spørsmål/svar-oppgaver, kryssord m.m. Erfaringsmessig lagerhver logoped som arbeider innenfor dette feltet, materiell som også andre kan gjøre seg nytte av.

Oppgaver og bruk

Oppgavene er forsøkt ordnet i kategorier, men vi gjør oppmerksom på at mange av oppgavene kan passe inn i mer enn én kategori. For at det skal være lettere å finne fram til oppgavene, er det på de aller fleste oppgavene angitt hvilken kategori oppgaven tilhører, for eksempel Sareptas afasikrukke/Tekster med oppgaver.

Vi har stort sett ikke gitt noen beskrivelse av hvordan den enkelte oppgave kan brukes. Det er fordi mange av oppgavene kan benyttes på ulike måter, for eksempel kan en tekst være en leseoppgave, men også en oppgave til trening av hukommelse og auditiv forståelse ved at logopeden leser teksten høyt for den afasirammede og stiller spørsmål om innholdet. Samme tekst kan også benyttes som gjenfortelling. Det vil derfor være logopeden som ut fra sitt faglige vurdering, bestemmer hvorledes oppgavene kan benyttes basert på den enkelte afasirammedes språklige funksjon, og hva vedkommende har behov for å øve på.

Takk

Vi vil takke Spesialpedagogisk institutt, Umeå, for tillatelse til å bruke bilder fra Bildbanken CD i noen av oppgavene.

Metodiske tips

Afasikafé

Et fint tilbud til afatikere

Jeg vil fortelle noe fra vår logopediske hverdag i Nedre Eiker kommune, når det gjelder tilbudet til afatikere.

Vi har i ca tre år hatt noe vi kaller Afasikafé. Det er et kombinert sosialt møtested og et sted for trening i gruppe enkeltvis. Vi er heldige å ha et stort klasserom tilgjengelig i Voksenopplæringens lokaler i Solbergelva (Solberg Spinneri), og dette bruker vi hver mandag fra kl.12-14.15.

Våre deltagere er stort sett slagrammede, men vi har også gjort plass til noen med litt andre typer språkvansker. Vanskene arter seg høyst forskjellig; global afasi, ekspressiv afasi, dysartri, lett afasi, hukommelse/kommunikasjonsvansker osv. Alderen er fra ca 40 år til 70 år, flest menn. Pr dags dato er det 11 deltagere. Tre sitter i rullestol. Noen har nylig hatt slag, mens andre er veteraner med opptil 10 års erfaring med egen afasi.

Transporten er ordnet med skoletransport etter henvisning fra lege, der skolen dekker en del og fylket resten. Deltagerne som ikke kommer seg til voksenopplæringa på egen hånd blir hentet av en minibuss med rullestolrampe, som kjører en "opsamlingsrunde".

Oppdeling av dagen

Dagens tekst; aktuelle saker (nyheter, sesong eller lokalt), samtale, avisutklipp, Klar Tale, høytlesing, internett (på projektor).
Kaffe m/noe ved siden av (kjeks, frukt, kaker, vafler, is).
Oppgaver i gruppe: bruk av bilder, miming, oppgaver fra Lexia på storskjerm, sang, kryssord på overhead/internett osv.
Individuell trening; oppgaver fra Klar Tale, Utfyllingsoppgaver, Kryssord, Data (hver sin maskin), puslespill osv.

Vi er to logopeder og en synspedagog som har ansvaret for kaféen, og vi mener selv at det totale tilbudet til voksne med språkvansker har blitt styrket med dette tiltaket. Vi får positive tilbakemeldinger fra deltagerne, som møter opp uke etter uke!

Dette er jo både et ekstra tilbud til "nyblitte" afatikere, og samtidig et oppfølgingstilbud for de som normalt ville vært avsluttet hos logopeden. Vi setter ingen begrensninger så lenge vi praktisk og pedagogisk mener vi får det til.

Det er kanskje mange som har samme erfaringer?

Alfabet + bilder

Jeg har en klient som har store vansker med å gjenkalle bokstavene, men han kan lytte ut første lyden i ord. På grunn av sterkt redusert arbeidsminne, er framgangen liten. Vi innstiller oss mer og mer på at hjelpemidler blir en del av livet.

Vi har derfor laget et bokstavark som han bruker når han leser og skriver. Det er ikke noe nytt i det, bare slik det er gjort i begynneropplæringen i alle år. Han har noe ordleting, derfor startet vi med tre bilder til hver bokstav, etter hvert sitter vi igjen med det bildet som er lettest å komme på.

Han har nå greid å knytte bokstav og bilde sammen slik at når han skal lese en bokstav, kommer han på bildet/ordet og får tak i lyden. Når han skriver, har han lyden, kommer på bildet og ”ser” bokstaven. Nyttig for han, kanskje for andre også. Bildet for Y er spesielt for Drammen ettersom brua heter Ypsilon.

Barn som pårørende ved afasi – ideer til aktiviteter

Afasi rammer ikke bare én person, men en hel familie. Barn er en gruppe av pårørende som ofte blir oversett. Det at en kjent og trygg voksen brått forandrer seg, og ikke kan snakke, kommunisere og forklare seg språklig på samme måte som før, er naturligvis skremmende. Barn har behov for lettfattelig og presis informasjon når slike ting inntreffer.



Psykolog Sissel Ingvaldsen og logopedene Line Haaland-Johansen og Monica I.K. Knoph ved Bredtvet kompetansesenter har laget et hefte med ideer til aktiviteter nettopp med

tanke på å lære barn om afasi. Hftet heter ”Barn som pårørende ved afasi – ideer til aktiviteter”.

Det er ExtraStiftelsen Helse og Rehabilitering gjennom Afasiforbundet i Norge som har finansiert prosjektet. Hftet er på 25 sider. Det ble publisert i 2011 og kan lastes ned gratis.

[Last ned aktivitetsheftet hos afasiforbundet.](#)

Behandling av auditive forståelsesvansker

I de fleste tilfeller vil det være nødvendig å behandle auditive forståelsesvansker. I noen tilfeller, som ved Wernickes afasi, vil det kunne være det primære mål. Behandlere bør merke seg at auditive forståelsesproblemer er ikke tydelig merkbare som produksjonsproblemer.

Prognostiske indikatorer

Lesjoner innenfor og utenfor posterior superior temporallapp (PST) kan forårsake auditive forståelsesproblemer. Lesjon inni PST gir DÅRLIG prognose for auditiv forståelse og sen bedring. Motsatt for lesjon utenfor PST.

Karakteristiske trekk ved auditive forståelsesvansker

Ulike afatikere vil kunne ha ulike mønstre for auditive forståelsesvansker. (Rosenbek et al. 1989):

- Sein igangsettingstid: Pas. forstår ikke de første ordene, men forstår resten.
- Lydoppbygging: Pas. forstår de første ordene men forstår ikke når budskapet blir lengre og mer komplekst.
- Informasjonsprosesseringstid: Pas. forstår de første og siste ordene i et budskap bedre enn de andre ordene i budskapet.
- Periodisk tilbakevendende aud. impersepsjon : Pas. forstår noe, men ikke alt – uten noe mønster (”fading in and out)
- Kapasitetssvikt: Pas. forstår bare et begrenset antall enheter.
- Bibeholdelsessvikt: Pas. korrekte responser avtar når han blir bedt om å forsinke en respons etter stimuluspresentasjon.

Faktorer som fremmer auditiv forståelse

Behandler bør utnytte faktorer som synes å fremme auditiv forståelse ved å bygge slike faktorer som de følgende inn i behandlingsprogrammet:

Pas. forstår høyfrekvente ord bedre enn lavfrekvente . Bruk derfor høyfrekvente ord i behandlingen
Pas. forstår substantiv bedre enn verb , adjektiv og adverb. Bruk derfor substantiver i begynnelsen og mer vanskelige ord senere
Pas. forstår billedlige verb bedre enn ikke-billedlige verb. Vis derfor bilder av handlinger i undervisningen i forståelse av verb. Verb som gå el. spise er lettere å forstå representert ved bilder enn verbene lytte el. tenke.
Pas. gjør det bedre når bildene er entydige (utvetydige) . For eksempel kan objekter el. fotografier være entydige enn uklare tegninger.
Pas. forstår kortere setninger bedre enn lengre setninger – øk derfor lengden gradvis.
Pas. forstår syntaktisk enkle setninger bedre enn mer komplekse setninger. Øk gradvis.
Pas. forstår aktive setninger bedre enn passive. Bruk derfor aktive setninger.
Pas. forstår personlig relevante setninger bedre enn de som ikke er relevante for dem. Bruk setninger som er relevante, meningsfylte og interessante for pas. La disse setningene referere til pas. personlige liv og erfaring, ikke til boklig informasjon.
Pas. forstår bedre når den som snakker reduserer taletempo og legger inn pauser . Presenter derfor verbale stimuli litt saktere enn normalt taletempo og med hyppige pauser. Tempoet bør være klientspesifikt.
Pas. forstår bedre når den som snakker betoner de viktige ordene i ei setning (eks. behandleren betoner de kursiverte nøkkelordene "Vis meg mannen som går"). Forståelsen øker ytterligere hvis sakte taletempo kombineres med betoning av målord eller fonemer.
Pas. forstår bedre når det ikke er bakgrunnslyder/bråk eller når lydopptak av stimuli, hvis det brukes, er klare uten forstyrrelser.

Pas. forstår bedre når budskapet (ord/setn.) er sammenhengende. Generelt forbedres sammenheng med kontekst. For eksempel vil en isolert setning være vanskeligere enn en setning som følges av andre setninger, bilder eller andre former for stimuli. Presenter alltid kontekstuell informasjon.
Pas. forstår bedre når verbale stimuli gjentas. Gjenta derfor verbale stimuli so "Vis meg ..." el. "Hva er dette?"
Pas. forstår bedre antall valg som presenteres er begrenset. Når pas. blir bedt om å peke på obj. el. bilder bør det i begynnelsen ikke presenteres for mange - øk gradvis i samsvar med i hvilken grad pas. lykkes.
Pas. forstår bedre når auditive stimuli ledsages av passende visuelle stimuli. Bruk derfor visuelle tips/stikkord som underletter auditiv forståelse. Eks. ved behandling av forståelse av spørsmålet "Kjørte du til logopeden i dag?" kan behandler styre ved bruk av gester el. vise bilde av en bil.
Pas. forstår bedre hvis ansiktet til den som snakker er synlig. Ta hensyn til dette ved plasseringen.
Pas. forstår bedre når alarmerende/forhåndsvarslende stimuli presenteres før budskapet leveres. Eks. før et bilde el. budskap presenteres kan pas. bli tilsagt: "Kari, se på dette!" "Per, her kommer den!" "Klar!" el. "Lytt!" osv. Forhåndsstimuli må gis 1 – 3 sek. før mål-budskap el. stimulus presenteres.

Faktorer som er ineffektive eller skadelige for auditiv forståelse

Blant faktorene som ikke hjelper, eller til og med har negativ effekt på auditiv forståelse er:

- **Økt stemmestyrke.** Å snakke høyere hjelper ikke.
- **Telefonpresentasjon.** Noen pas. gjør det verre i telefonsamtaler.
- **Audio- og videotapepresentasjon av stimuli.**

Det er viktig å huske at de generelle, her oppsummerte, faktorene ikke opptrer hos alle afatikere. Behandleren må avgjøre nytten av hver strategi for hver pasient. Objektive, kontinuerlige målinger av målatferd under behandlingen vil hjelpe til med å gjøre en klok bedømmelse av hvorvidt de valgte behandlingsteknikker hjelper.

Forløp i behandling av auditiv forståelse

Avgjør de foreliggende auditive forståelsesferdigheter

Start behandlingen på et passende nivå i forhold til de foreliggende auditive forståelsesferdigheter hos hver enkelt pasient.

Legg merke til at jo mer alvorlig skaden er, jo mindre responsområde. Behandlingen for alvorlig skadde pas. må begynne med forståelse av enkeltord. Ved moderat til mild skade kan startnivået for responsområdet være fraser, setninger el. samtale.

Forståelse av enkeltord

Hvis kartlegging viser at pas. trenger trening i forståelse av enkeltord, må behandlingen starte på dette nivået. Typiske målresponser og behandlingsprosedyrer på enkeltordsnivå inkluderer:

- *Målrespons:* Peke på spesifikke målpunkter. Peke på kroppsdel, objekter, klesdeler/ting, mat-ting og andre personlig relevante ting.

Grunnleggende behandlingsprosedyre: Nevn en kroppsdel og be pas. om å peke på den; velg noen bilder el. objekter, plasser dem foran pas. og be ham om å peke på en spes. ting; gjenta øvelser der pas. lykkes; pres. Alle tingene minst en gang.

- *Målrespons:* Peke på handlingsbilder.

Grunnleggende behandlingsprosedyre: Plasser en rekke handlingsbilder foran pas., benevne en handling og be pas om å peke på det korrekte bildet. (eks. : ”Vis meg mannen som sykler”). Vis alle bildene minst en gang. Gjenta der pas. lykkes.

Forståelse av muntlige setninger

For pas. som forstår enkeltord, opprinnelig el. etter behandling, er neste behandlingsnivå muntlige setninger. Tre spesifikke oppgaver er typiske målsettinger: forståelse av muntlige spørsmål, følge muntlige/verbale instruksjoner og verifisering av setninger. Typiske målresponser og behandlingsprosedyrer på setningsnivå inkluderer følgende:

- *Målrespons:* Forståelse av muntlige spørsmål. Begynn med ja/nei spørsmål og spørsmål hvor antall mulige svar er ubegrenset; gå fra enkle til mer komplekse sp.mål. Både verbale (ja/nei) responser og ikke-verbale (nikke) må godtas.

Grunnleggende behandlingsprosedyre

Spør ulike sp.mål om pas. familie og privatliv (”Har du en datter?”), om generelle kunnskaper, (”Er Oslo hovedstaden?”), om diskriminering av ordklasser (”Er hund et dyr?”), om fonemisk diskriminering (”Går vi med stakk og kokk?”)

- *Målrespons:* Følge verbale instruksjoner. Spesifikke mål inkluderer å peke på stimuli i en rekkefølge og manipulere objektene i samsvar med gitte instruksjoner.

Grunnleggende behandlingsprosedyre

Velg vanlige, men funksjonelle bilder og objekter. Begynn med å presentere et par stimuli (eks. et stykke papir og ei penn) og gi en enkel, rekkefølgeinstruksjon som pas. skal følge (eks: "pek på penna og så på papiret). Hvis pas. har problemer med å identifisere de to objektene, så sørg for noen forsøk der pas. blir bedt om å peke på hvert av objektene separat. Når han lykkes, representer rekkefølgeinstruksjonen. Når pas. kan følge topunktsinstruksjon, kan mer komplekse instruksjoner innføres progressivt (eks.: "pek på papiret, penna og viskelæret"; "berør ballen, skjea og koppen og gi meg ballen). Plasser manipulerbare objekter på bordet (eks. en liten ball og ei eske) og gi instruksjoner som involverer objektmanipulasjon (eks. legg ballen i eska). Gi progressivt mer komplekse instruksjoner (eks. "legg ballen i eska og ta opp pennen fra eska og legg den på bordet").

- *Målrespons:* Setningsverifisering. Pas. avgjør hvorvidt ei uttalt setning er sann eller usann. Pas. kan også prøve å matche et bilde til ei uttalt setning ("Damen sykler på en sykkel"); el. han kan si "ja" el. "nei" til slike spørsmål: Er en blomst større enn et tre?"

Grunnleggende behandlingsprosedyre

Vis et bilde (eks. en dame som sykler på en sykkel) og en folio (eks. ei dame som kjører bil, eller går). Si målsetningen (eks. "damen sykler på en sykkel") og spør om bildet viser det som setningen betyr; etter noen forsøk presenteres en folio som ikke matcher.

I en prosedyrevariasjon kalt match eksemplet vises bildet og dets folio samtidig el trykt på samme side (eks. mann jakter på hund/ hund jakter på mann) og pas. blir bedt om å peke på det riktige bildet når behandler muntlig pres. en setning (eks. "Mannen jager hunden").

Forståelse av samtale

Dette involverer et komplekst og naturalistisk responsområde. Trening på dette området inkluderer slike pragmatiske ferdigheter som å forstå fortellende historier og svare på spørsmål i en kommunikasjonssammenheng.

- *Målrespons:* Forstå fortellinger. Samle noen få korte, enkle og interessante historier.

Grunnleggende behandlingsprosedyre

Les historien høyt for pas. og spør spesifikke spørsmål om hovedideen, de uttalte og de indirekte detaljene. De indirekte detaljene krever en slutning (eks. når historien er om en familiemann, er den indirekte detaljen at han har en kome el. et barn).

- *Målrespons:* Forstå spørsmål i et konversasjonsformat. Start meg enkle ja/nei spørsmål i et konversasjonsformat og spør progredierende mer komplekse spørsmål som krever mer detaljerte/omfattende responser.

Grunnleggende behandlingsprosedyre

Engasjer pas. i konverserende samtale. Spør personlig relevante spørsmål (eks. "Ser du fotballkamper på TV?", "Dro du til rådhuset i går?", "Bor du i Brønnøysund?"). Aksepter passende verbale og non-verbale responser ettersom målet er korrekt oppfatning av spørsmål.

Behandle forståelse av mer komplekse spørsmål ved progressivt å spørre spørsmål som krever mer omfattende/detaljerte svar (eks. "Hva gjorde du denne helga?", "Besøkte noen deg på søndag?").

Legg merke til at når behandleren beveger seg over til mer komplekse nivåer av auditiv forståelsestrening, trenes også verbal uttrykksferdighet seg simultant. En form for verbal uttrykksevne vil være påkrevd for å foreslå korrekt forståelse av verbalt materiale.

BRA & talepraksi

Innfallsvinkel til arbeid med person med afasi og talepraksi

Lysarkene som er kopiert nedenfor beskriver hvordan dataprogrammet "BRA for windows" kan brukes i arbeid med noen taleapraktikere.

I programmet BRA velger en ut type / antall ord som det er relevant å arbeide med.

Datamaskinen blir et "nøytralt medium". Det å (forsøke å) gjenta ordet mange ganger blir dermed ikke like "unaturlig"/tungt for taleapraktikeren, som det å sitte å forsøke å utføre en tilsvarende oppgave vis à vis logopenen.

Arbeid ved maskin

Eksempel på arbeid foran maskin: **Konfrontasjonsbenevning og matching -med vekt på første lyd.**

Eksempel:

1. Dataprogrammet BRA - benevning, avskrift, finn bokstav.
2. Ser på bildet.
3. Hører lydklangbildet i eget hode (mental trening).
4. Hører maskinen si "Dette er kake. Skriv ordet kake."
5. Skriver av ordet.
6. Finner første bokstav i ordet: _ake
7. Forsøker å gjenta ordet hver gang maskinen sier det.

Maskinen som et nøytralt medium. Mange repetisjoner. Fokus på ordfremkalling og på ordets første lyd.

Mål:

- Mestringsopplevelsen - "Jeg kan!"
- Innlæring av et antall nøkkelord.
- Språklig/ talemessig selvhjelpsstrategi.

Bruk av narrativer**Bruk av narrativer til dokumentasjon og personlig portefølje**

Som kjent har mange afasirammede vansker med å uttrykke seg når de skal fortelle om seg selv og sine opplevelser. En måte å hjelpe den afasirammede til å fortelle sin historie og sette ord på sine tanker og følelser, er å forsøke å skrive ned hans/hennes budskap i enkle ord og setninger. Metoden kan benyttes selv på afasirammede med omfattende ekspressive vansker, men som har relativt god auditiv forståelse.

Bruksanvisning frikort**Uttale-firkort**

Eg henta ideen til dette på eit veldig godt kurs om artikulasjon ved Ingebjørg Skaug.

Eg har laga stadig nye seriar, skreddarsydd for enkelt-elevar eller slaggramma (f eks dysartri), og bruka lokale namn og stadnamn. Ein del lange ord er laga til løpske elevar.

Noko er laga til stammarar, med tanke på koartikulasjon. Her er det berre å hente idear og produsere etter behov!

NB! Eg har dessverre hatt litt problem med å få like store ruter på arka, og eg er ingen ”kløppar” på pc-en. Viss du får beskjed om at det er problem med utskrift pga margar, trykkjer du berre ja på at du vil fortsette, og da kjem det utskrift.

Slik gjer du:

- Kopier arka i 2 eks, da har du 4 brikker av kvart ord. Brukar du farga ark av 160 grams kvalitet, er det berre å klippe opp, og det er klart til bruk.
- Målet er å få så mange 4kort-seriar som muleg, men det er berre flaks som avgjer kven vinnaren blir.

Start

Del ut 4 kort til kvar og legg resten av korta i ein stabel med baksida opp.

Korta til spelarane ligg opne på bordet. Viss ein har nokon like, plasserer ein dei ved sida av kvarandre. Etter kvart som spelet går fram, kan kvar spelar ha masse kort framfor seg.

Den eine spør den andre om å få eit kort som han ser at den andre har (”Kan eg få...”), for å samle seg fleire av same sort. Ein kan spørje igjen, heilt til den andre ikkje har fleire av den sorten (dvs toppen 3 gonger ”Kan eg få...”). Har spørjaren då alle fire korta av ein sort, legg han til sides det stikket / den firkortserien. Så blir det den andre sin tur til å spørje.

I starten blir det fort slik at det ikkje er meir å spørje om, og da må den som har tur, trekkje eit kort frå stabelen, så spelet kan fortsette. Viss motspelaren ikkje har eit maken kort, er det ikkje muleg å spørje. Da får ein sjøl det trekte kortet, og turen til å trekkje, går til den andre.

Den einaste gongen det er lov å trekkje ein ekstra gong frå stabelen, er når ein har tre like frå før, og trekkjer det fjerde til seg sjøl.

Eg har berre bruka 4korta med to spelarar.

Det eigenlege målet er å få sagt den lyden/det ordet ein har problem med, fleire titals gonger i løpet av kortspelet. Masse god trening! Meir enn ved Memory.

Tips

1. Viss ein brukar 4kort til born som ikkje kan lese, kan ein kopiere Ege: Fonologiske plakater i 4 eks. Det er nok med 9 forskjellige seriar i eit spel (på Ege-arke er det 12 kort).
2. Når runden er ferdig, lag gjerne setningar med orda de har fått 4kort av, så blir det trening på setningsnivå med det same.

Erfaringer gjort med tall og Su Doku

I mitt arbeid med slagpasienter i en relativt tidlig fase og med ganske omfattende skader både språklig og på andre kognitive områder, er det å arbeide med tall noe jeg ofte starter med. Mange som er helt blanke når det gjelder bokstaver og ord, klarer for eksempel å legge tallene riktig etter hverandre (pappbrikker med store tall). Dette bruker jeg også ofte til trening av å søke med blikket til høyre/venstre ved synsfeltutfall, da legger jeg brikkene hulter til bulter godt ut til sidene, og oppfordrer pasienten til å søke med blikket og legge tallene rett.

Forøvelse til Su Doku kan være å fjerne et tall, og så be pasienten si/peke på tallet (på en plansje) som mangler. Starte med få tall (1-5) og øke til 1-10. Videre kan man lage tallrekker med tallene om hverandre, utelate ett og be pasienten skrive tallet som mangler. Dette er fint for mange som trenger skrivetrening. Neste skritt kan da være å prøve på de enkleste Su Doku med tallene fra 1-6. Dersom pasienten ikke kan skrive, kan man bruke brikker med tallene på og legge i rutene.

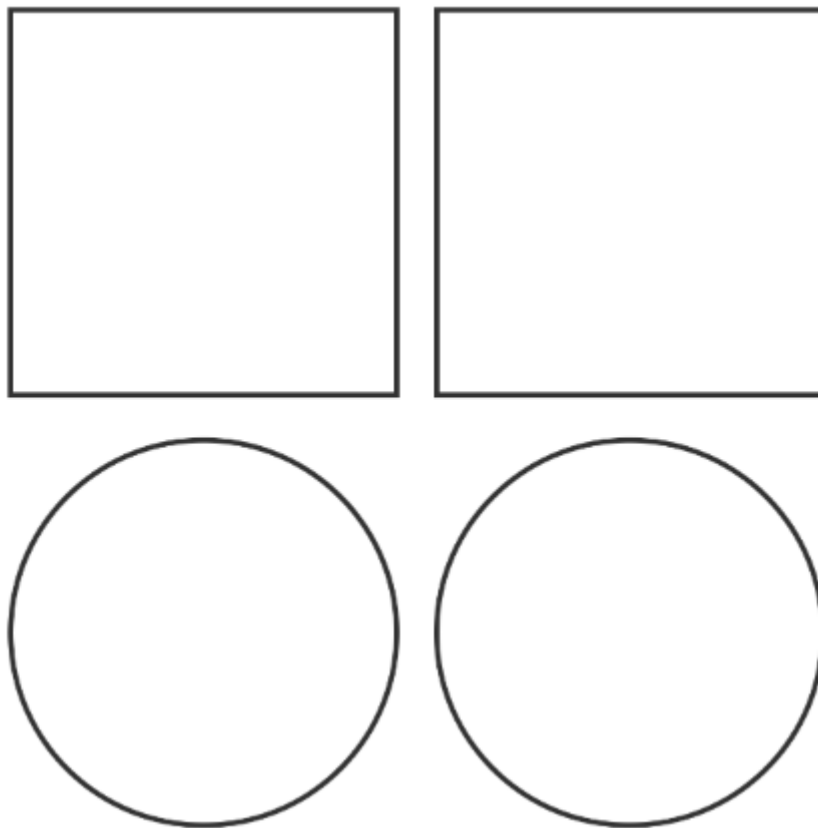
Su Doku trener flere kognitive ferdigheter, og vil nok lykkes best for pasienter med ikke for store eller "ferske" skader. Jeg har en spesielt god erfaring med dette hos en mann som alltid har arbeidet med tall og regnskap, men nå har svære lese-, skrive- og talevansker. Han synes det er moro å få til dette, og er svært ivrig.

Fokus på preposisjoner

For å overlære/relære/repetere... preposisjonene, kan en relativt konkret innfallsvinkel være aktuell for enkelte afasirammede. Setninger av typen;

- firkanter mellom sirkler (evt. rundinger)
- firkant oppå sirkel
- sirkel over firkant
- sirkler under firkanter
- osv.

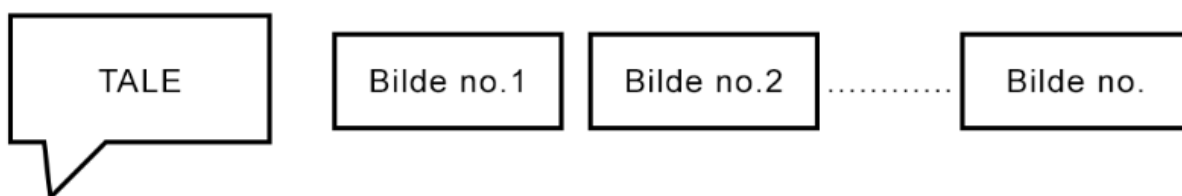
Presenteres muntlig og/eller skriftlig. Den afasirammede bruker de utklippede geometriske figurer, og setter figurene slik i forhold til hverandre at de matcher setningens innhold.



Matching

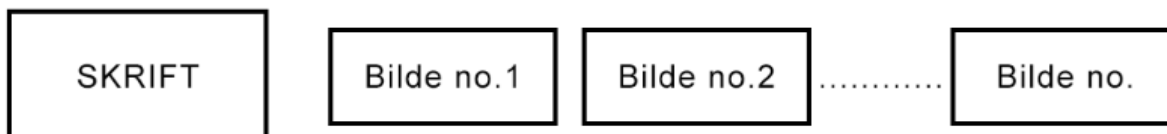
Eksempler vedrørende utprøvende undervisning. Matchingsoppgaver vedrørende innholdsord.

1. Å matche tale til bilder



Oppgavens utførelse: Logopeden sier et ord (verb eller substantiv) eller en setning (som inneholder et verb eller et substantiv). Den afasirammede har (to eller flere) bilder foran seg, og skal etter å ha hørt på logopeden peke på rett bilde. Til sammen 40 substantiv og 40 verb. Verb testes for seg, substantiv for seg.

2. Å matche skrift til bilder



Oppgavens utførelse: Logopeden viser frem et skrevet ord (verb eller substantiv) eller en setning (som inneholder et verb eller et substantiv). Den afasirammede har (to eller flere) bilder foran seg, og skal etter å ha lest setningen peke på rett bilde. Til sammen 40 substantiv og 40 verb (de samme som i oppgave 1). Verb testes for seg, substantiv for seg.

Sammenlikning av resultatene på oppgave 1 med oppgave 2 vil gi grunnlag for å antyde hvorvidt den afasirammedes problemer er knyttet mer spesifikt til modalitet (auditiv forståelse eller leseforståelse) – eller om det er problemer knyttet til språklig forståelse mer generelt (noe som vil kunne påvirke begge modaliteter).

Skal prestasjonene på muntlig og skriftlig versjon av oppgavene sammenliknes, bør de samme bildene benyttes i oppgave 1 og 2. Det kan være heldig å presentere de ulike oppgavene til ulike tider, for eksempel i hver sin undervisningstime.

Samtidig vil det være interessant å sammenlikne om det er store forskjeller på prestasjonene mellom verb og substantiv.

Motta instruksjon og tegne

Disse øvelsene kan passe for personer med mild afasi.

1. Logopeden leser et stykke med ca 100-200 ord. Man kan lese stykket to ganger hvis nødvendig. Så kommer logopeden med spørsmål til stykket som afatikeren svarer på skriftlig
2. Klienten har blyant og papir tilgjengelig, og får instruksjoner av logopeden. Disse kan være for eksempel:

Tegn en liten sirkel inni et større kvadrat.
Tegn et hus med to piper, tre vinduer og en dør.
Tegn to parallelle horisontale linjer.

Oppgaver ved lette anomiske vansker

Som kjent har de aller fleste afasirammede, uavhengig av afasityper, ordletingsvansker (anomiske vansker) i større eller mindre grad. For mange er ordleting et betydelig problem og representerer ofte den største gjenværende vansken for dem som har hatt en god spontanbedring.

I symptomorientert språkgjenopptrening inngår derfor oppgaver som går ut på å gjenkalle ord av ulik kompleksitet. Dette kan gjøres på ulike måter gjennom å aktivisere så mange språkmodaliteter som mulig (benevning, auditiv forståelse, gjentakelse, lesing og skriving). Det er fordi trening innenfor en språkmodalitet kan ha en fasiliterende effekt på andre språklige funksjonsområder.

Her er forslag til ulike oppgaver som kan passe for afasirammede med lette anomiske vansker:

- Benevne kjente personer fra kultur og samfunnsliv (politikere, skuespillere, idrettsutøvere) med utgangspunkt i fotografier eller omtale.
- Fortelle om reiser som den afasirammede har foretatt.
- Beskrive fremgangsmåte når man skal utføre spesielle handlinger, f.eks. skifte dekk, lage en bestemt middagsrett.
- Svare på spørsmål innenfor ulike temaer, f.eks. geografi og historie.
- Forklare fremmedord: f.eks. "sympati", "vertikal".
- Finne norske ord som har samme betydning som fremmedord: f.eks. "dusør", "kamuflere".
- Forklare ordspråk og faste ordelag, f.eks. "Når katten er borte, danser musene på bordet", "å treffe spikeren på hodet".
- Finne frem til synonymer, - finne et ord som betyr det samme som f.eks. "å granske".
- Finne frem til antonymer, - finne et ord som betyr det motsatte av f.eks. "modig".
- Kategorisere begreper: eks. "hammer og spiker er" "pistol og gevær er".
- Rask benevning av ord som begynner på en bestemt bokstav, f.eks. dyr som begynner på s.
- Finne frem til ord med dobbelt betydning, eks. "hodepynt – mynt = krone", "drikk – lyd = brus". (Oppgi første bokstav hvis dette er i vanskeligste laget.)
- Formulere setninger ut fra situasjonsbilder.

- Finne frem til riktig i ord i en setning hvor et ord er utelatt, for eksempel "Hun måtte vise gyldig".
- Formulere setning på grunnlag av 3 oppgitte nøkkelord i en kontekst: "surkål, krydder, karve" – mulig løsning: "Karve er et krydder som brukes i surkål."

Ord å forklare – ord å samtale om

Samlingen av ord brukes i forhold til "viderekomne" pasienter som har utbytte av å samtale om ulike tema, kunne forklare ord og assosiere videre til beslektede tema. Jeg opplever ofte gode, meningsfulle samtaler når jeg benytter ord fra lista for å komme i gang.

Ablegøyer, abonnere, adoptere, aggressiv, akvarium, alligator, amper, amøbe, analfabet, anløp, antikvit, antipati, arkeolog, arsenikk, aspirant, atlas, atmosfære, attentat, auksjon, autograf, autoritær, avvertere, agent, agronom, akrobat, allergi, amalgam, argument, arrestere, assistanse, atlas, attraktiv, astronaut, ambulanse, akustikk, akselerere, amputere, atlet, autostrada, annullere, akkar.
Ballett, berserk, binne, blings, bandolær, bestialsk, biolog, blokkade, barometer, bestikk, bislag, brugde, blunder, bløgge, botanikk, beryktet, brakk, bridge, brodere, beslag, bryggeri, brysk, buffer, bulldogg, bumerang, bunad, bungalow, busserull, byråkrat, bøling, besetning, beslektet, bifall, bigami, bister, blackout.
Dalmatiner, dandere, drive dank, defekt, defilere, deformere, degradere, deksel, delegasjon, demon, depot, depresjon, desperado, despot, destillere, destroyer, dialog, diktatur, diffus, distré, dinosaur, diplomat, disippel, diskotek, dirke, dominere, donere, dressing, dunkel, dunse (bort), duplikat, durabelig, dynamisk, dynamo, døgenikt, dribble, drenere, dramatisk, dokument, dokk, disponere, dekorativ.
Egoist, einstøing, eksakt, eksersis, eksil, ekstase, ekstrem, elastisk, eldorado, elegant, elevator, emballasje, eminent, emissær, energisk, enfoldig, engasjert, enorm, entreprenør, epidemi, epoke, epistel, eremitt, ese, eskortere, essens, etappe, etablere, etikett, evakuere, edel, eksentrisk, ekskursjon, ekskludere, ellipse, evergreen, elementært, eliminere, emblem, engasjere, eksotisk.
Fabel, fadder, fadese, faktum, fanatiker, farao, farse, febrilsk, feminin, fenrik, fender, festival, fiasko, fiksfakseri, filateli, filetere, filial, filosof, filtrere, finale, felg, finansiere, finurlig, (en) fjott, flamenco, flanel, flanellograf, floskel, flottør,

flygel, fomle, fontene, forfremmelse, fossil, foster, frankere, fregatt, frikassé, friksjon, frisere, føljetong.

Galakse, galant, galakse, galvanisert, gane, gardere, gasell, gebrokken, gedigen, gehør, geipe, geledd, geni, genial, geolog, Gestapo, gigant, giljotin, glefse, glenne (i skogen), glose, glups, glasur, (ei) glugge, globus, gnier, granitt, grateng, gravid, (ei) greip, gribb, grisgrendt, groggy, grådig, gurgle, gåsehud, gusten, (en) grøsser, gåsehud, gruble.

Hallusinasjon, hamster, hamstre, harm, harmonisk, harnisk, harpe, harpun, harselas, hasard, havari, hedning, hekk, herberge, heroin, herred, herred, herse (med), hesje, hevde (seg), hevert, hingst, hissig, holk, holmgang, homofil, honnør, honorar, horisont, horribelt, horoskop, hospital, hospital, hot dog, hottentott, hovmodig, hydrogen, hypermoderne, hypnose, hyppig, hurpe, hormon, horisontal.

Ideal, ideell, identisk, idol, idyll, iglo, ignorert, iherdig, ile, illegal, illojal, illusjon, ilter, immigrant, immun, implikasjon, imponere, import, impregnere, impuls, inhalere, injeksjon, inkludere, inspeksjon, instinkt, instruere, interiør, intrikat, investere, islam, isolasjon, isse, importør.

Jabbe, jockey, journal, journalist, jovial, jublant, judo, jurist, jury, justere, juvel, jypling, jåleri.

Kabal, kadaver, kajakk, kakse, kaliber, kalosje, kampanje, kamuflasje, kandis, kannibal, kansler, kantarell, kantine, kante, kapell, kapellan, kapitulere, karaffel, karantene, karate, karat, karavane, karriere, karrig, kaserne, katapult, kirurg, klandre, klassifisere, klaustrofobi, kleptoman, kasjott, klimaks, knebel/kneble, knegge, knippe, kobra, kolibri, kollekt, komplott, kverulant.

Laber, labyrint, lagune, laminere, lansere, lapsus, lasaron, laser, lava, legende, legering, legitimasjon, leider, lekter, lektyre, leksjon, ligning, lignelse, likvidere, limerick, limousin, lisens, lockout, logisk, loppen, lott, lubben, lummer, lumsk, lun, lusing, løpsk, løe, (kaste) loss, lesbisk, legd, lava.

Magisk, majoritet, makaber, maksimal, maltraktere, manipulere, manke, mannekeng, manufaktur, manuskript, manøver, manøvrere, maroder, martyr, maskot, miniatyr, mirakel, moderat, mokasin, molbo, molefonken, monark, monopol, monster, mosaikk, mosjonere, muffens, mulatt, mumie, mumle, muskedunder, muslim, mustasje, mystisk, myte, møne, måfå, meditere, meske (seg), metropol, meteorolog.

Naiv, narkose, nater, naut, navigere, neglisjere, nomade, nominere, nonchalant, nonsens, norrøn, nostalgi, novelle, nudist, nøytral.
Obduksjon, observant, observere, odør, offside, okkupant, omfar, opal, operativ, oppbrakt, oppglødd, oppkomling, opposisjon, oppstrammer, optiker, orakel, ordinere, original, orkidé, osean, oval, overenskomst, overilet, (lide) overlast, overveie (noe).
(Å bli) paff, palisander, pamp, pandemi, panisk, panorama, parade, parallell, parasitt, parere, parodi, parodiare, partere pasifist, patent, patriot, paviljong, perfekt, perifer, persienne, pidestall, piknik, pilegrim, pir, piruett, plagiat, plankton, plapre, plenum, portrett, porøs, preludium, (være) praktisk, predikant, primært, primus, prioritere, prippen profet, protese, pyse, pyroman.
Rabatt, rabiat, radere, radikal, radius, rallar, radius, rammel, rangel, rangle, radius, raptus, rasjonere, razzia, rebell, rebus, referat, reflektere, reformere, refreng, reklamere, rekreasjon, rekrutt, rekyl, renommé, reprise, reservat, resolutt, resonnere, rival, rubin, rutine, røyte.
Sabotasje, saksofon, sabotasje, salutt, samba, sanitær, sardin, satire, saumfare, sekt, senil, sentimental, sentrifuge, separator, sentrifuge, seriøs, signatur, silhuett, singel, sitat, sivilisert, sjenert, sjenerøs, sjikanert, skandale, skribent, skulptur, solidarisk, spion, spiritisme, spolere, sponsor, spontan, stagnere, stimulere, surrogat, souvenir, svada, sympatisk, systematiker, sølibat.
Tabloid, tabu, taburett, takserer, taktisk, tander, tekstil, telepati, teleskop, terapi, teleskop, terror, testamente, tolerant, tornado, torpedo, traktat, traumatisk, trenere, tribune, trofé, trubadur, tundra, turbulens, turne, tyfon, tyrann.
UFO, ultimatum, union, unisont, urban, uriaspost, utopi, underdanig, unnnvikende, urven, utarmet, utbrodere, utgammel.
Vade, vaksine, valuta, vampyr, vandal, vandel, vanry, vanskjet, vanskjebne, vantro, vater, vegetarianer, vegetasjon, vemodig, versere, vertikal, veteran, vidløftig, virtuos, virvar, visitas, vital, votere, vrinske.

Ordjakt

Målgruppe:

Apraksi (arbeidsmåte 1), afasi (arbeidsmåte 2)

Filosofi:

Utløse ord ved prompting og/eller assosiasjoner

Arbeidsmåter

1. L (logopeden) sier første ord og k (klienten) (forhåpentligvis) neste = sammensatt ord. L tar siste del av det "nyskapte" ordet, og det utløses et nytt ord hos k = nok et "nyskapt" ord

Eks.: L: bade, k: bukse = badebukse

L: bukse, K: sele

Prompting/igangsettingshjelp i forhold til behov. Ordrekken kan fortsette så lenge det finnes muligheter for å "lage" ord, og vanskelighetsgraden kan varieres og tilpasses.

2. Finn ordet i midten som passer både til ordet foran og ordet bak når det skal lages sammensatt ord

Eksempel på ordrekker

kake	boks	åpner
baby	dokke	hus
kaffe	pause	signal
fiske	bolle	deig
mat	pakke	dato
vaske	bøtte	kott
engle	vakt	selskap
form	kake	mona
gress	plen	klipper

Mange variasjonsmuligheter: For eksempel vanskegrad i forhold til uttale (kompleksitet i initieringsfasen, ordlengde, høy-/lavfrekvens etc) og mulighetene for å gradere/tilpasse hjelpen i forhold til behov og progresjon.

Personer med anomisk afasi (ordleting)

1. Afasirammede har mindre kapasitet for å huske det som sies.

- Ikke snakk i for lange setninger.
- Gi korte beskjeder.
- Skal du fortelle noe, ta små pauser i setningene.
- La den du snakker til se ansiktet ditt.
- Snakk tydelig (ikke overdriv!)
- Ikke vær redd for å gjenta beskjeder eller spørsmål når du skjønner at de ikke har forstått.
- Still gjerne ja/nei- spørsmål

2. Afasirammede har vansker med å gjenta for seg selv slik at en beskjed kan huskes over kort tid.

Gi derfor beskjeder med støtte i bilder eller skriv ned f.eks navn. Hvis slektninger skal bort, skriv ned hvem og hvor på en lapp.

3. Afasirammede har generelle vansker med å huske nye ting og formidle dette videre. ("Dette vet jeg, men kommer ikke på det.")

- Prøv å knytte det nye til kjente ting. Bruk av bilder gir god støtte.
- Det gir bedre resultat med gjenkjenning enn gjenkalling, det vil si at å se en person eller bilde gjør det lettere å huske det en skal si, enn å skulle fortelle uten å se det en skal fortelle om.

NB! Disse hukommelsesvanskene har ingenting med dårlig hukommelse generelt å gjøre!

4. Språkstimulering

- sett ord på det som skjer gjennom dagen i alle situasjoner
- det er den daglige språkstimulering som er viktig

5. Språktrening

- språktrening vil si å prøve å øke bevisstheten om språket og fokusere på områder som er vanskelig bl.a gjenkalling.
- å se bilder i album og benevne, spill memory og fortell hva en ser

6. Afasirammede får som regel lese- og skrivevansker.

- noen mister helt denne evnen
- noen kan lese bra, men forstår ikke det de leser
- noen leser så sakte at de glemmer det de leser nettopp fordi tempoet er så lavt
- skjulte budskap og det å lese mellom linjene blir svært vanskelig

7. Afasirammede med ordletingsvansker/uttalevansker må ha god tid for å gjenkalle.

- det er svært viktig at den som leter etter ord får mulighet til å komme fram med det de vil si (tenk selv å ikke få komme fram med det vi har på hjertet og når vi først kommer til orde er de andre i ferd med å diskutere et nytt tema)
- prøv å gi hjelp; hvis du vet hva de skal si kan du si første del av ordet/ første lyd eller finn et bilde/ tingen...
- afasirammede som har uttaleproblematikk må også få god tid, stress vil gi mer uklar tale

Rørmetoden

Vi er 6-7 logopeder som for en del år siden, tok initiativ til et "regionalt afaologoped-nettverk". Det innebærer at vi, med ujevne mellomrom, møtes for å gi hverandre "litt faglig påfyll og moralsk støtte" i vår ellers "ensomme" logopedhverdag. Denne gangen jobbet vi med "Rør-metoden" – formidlet hovedsakelig fra en av logopedene (som hadde lært den på Bredtvet), supplert av to av de andre som er nyutdannete og hadde lært det under utdanninga. Jeg videreformidler herved til dere mine "arbeidsnotater" og håper dere får et grunnlag for å jobbe med denne metoden.

Utstyr

En ½-liters (brus)flaske (plast) med flat bunn, ca 30-35 cm plastslange, diameter 12 mm(10 mm for barn), varmt vann (ikke varmere enn at det er behagelig å holde flasken), vannmengde: ca 5 cm over flaskebunnen.

Slik gjør vi

Hold flaska med begge hender og plasser den slik at den "støtter seg mot diafragma/abdomen. Avspent kropp er viktig – finn støtte for armene, senk skuldrene. Det må vurderes i hvert tilfelle om det er behov for avspenningsøvelser før man begynner rør-treningen.
Sett røret ned i flaska og stikk øvre del av røret inn i munnen slik at røret hviler mot undertennene. Tunga skal ligge avspent UNDER røret, BAK undertennene. Bit forsiktig i røret og lukk leppene rundt det.
Blås, med støtte fra diafragma/abdomen gjennom røret, ned i vannet så det bobler – først uten lyd. Jobb med dette til klienten er fortrolig med røret, flaska, pusten og å være avspent i kroppen. (Viktig fase som det må brukes tid på!)
Sett lys på "blåsen" med en dyp, avspent "o".
Gjør dette i noen minutter – ta en pause hvis du blir sliten.
Send "o" gjennom røret – fjern røret mens lyden sendes – b-o-o-o.
Blås videre med "o", øk styrken gradvis, senk gradvis. Når "o" videreføres utenfor røret (ved å fjerne røret "under sending") er det viktig å opprettholde den avspente holdningen man har opparbeidet.
Videre: Stemmeøvelser "fra kjeller til loft". Dyp "o" i røret – ut av røret – b-o-m, b-a-m, b-i-m osv (noen som kjenner igjen blokkingsøvelsene?)
Videre: fra "kjeller" – opp – "skvulp" ("stønn") (kjenn på aktiviteten i magen).
Øv skalaen opp og ned.
Syng (for eksempel "Lisa gikk til skolen").

Øvelsene er ment å skulle ha en blokkende og masserende effekt på muskulatur resonans-rom i strupen og skal føre til at halsen kjennes mer åpen. Klienten får opparbeidet en forbedret støttefunksjon pga en aktiv abdominal pust. Kjeven blir løs og avspent pga rørets plassering mellom tennene. Den senkede kjevestillingen fører til at strupen blir mer fristilt. Å blåse ut, eller fonere med motstand, styrker lungekapasiteten (team for stemmevansker, 2002, Bredtvet kompetansesenter). Vi hadde en spennende dag med god instruksjon og mye egentrening. Jeg gleder meg til å prøve ut metoden på de av mine afasirammede klienter som også sliter med stemmevansker. Vår "foreleser" kunne fortelle om god mottakelse og gode resultater blant sine klienter. Hun

understreket at hun alltid, før hun begynte med rør-behandlingen, forklarte nøye, for sine klienter, hvordan produksjon av stemme foregår. Til dette brukte hun CIBA-heftet. Håper dette kan være til nytte for dere og ønsker lykke til.

Sang som middel for å avhjelpe dysartri

Sang er et ypperlig treningsmiddel for å stimulere til bedre artikulasjon, variasjoner i pust, koordinering mellom pust og artikulasjon, utvidelse av register og trening av ganeseilet. Gjennom å variere sangmønsteret (eks. synge vekselvis sterkt eller svakt, fort eller seint, med høyt toneleie eller lavt toneleie, nynne på ulike måter) kan man på en lystbetont måte gi verdifull trening på disse områdene. I tillegg vil dette være en måte å jobbe på som er lett overførbar til pasienten/eleven selv, og han eller hun vil ofte gjennomføre øvelsene også utenfor logopedtimene.

Forslag til en gjennomføringsmåte som ivaretar de ulike aspektene

1. Nynn "Vem kan segla" på ulike måter: ett vers på o-lyden (trener oral pust), ett vers på m-lyd (trener nasal pust), halve verset på o-lyd og resten av verset på m-lyd (trener skifte mellom oral og nasal pust). Ett vers på ng-lyd (trener nasal pust med åpen munn).

2. Syng eller nynn en sang flere ganger etter hverandre, start hvert vers i ulike dur, eks a-dur, c-dur, d-dur, e-dur, f-dur. Dette gir ett hopp på ca en tone hver gang sangen synges. Avslutt med å ta den høyeste og laveste varianten. Alle sanger kan brukes, finn din egen som du selv synes er god å synge med disse variantene. Kommer du ikke på noen sanger, kan "gubba noa" være et eksempel på en sang som kan brukes på denne måten. Dersom du spiller gitar, vil dette være et godt hjelpemiddel i denne økten. Men du kan godt bruke en xylofon og slå de ulike tonene an før dere begynner å synge.

Dersom noen av dere spiller gitar bare litt, kan jeg hjelpe dere med å finne ut av hvilke grep som brukes i de ulike durene. Gi meg i så fall tilbakemelding.

3. Til slutt finner dere en sang for å trene artikulasjon. Man bør bruke en sang her som er kjent for eleven/pasienten, slik at de ulike ordene er kjent på forhånd. Sangen synges først seint –veldig seint!-, deretter øker man tempoet. Prøv å synge sangen i 5 ulike tempo'er.

Gjennom hele sang-økten trener man automatisk pust og koordinering mellom pust og artikulasjon.

Husk å ta vare på stemmen til pasienten/eleven når du holder på. Altså: Sang oppleves av mange som lystbetont. Når man i tillegg kan flette inn nyttige øvelser, blir selv en kjedelig treningsøkt ganske trivelig både for logoped og elev.

MEN husk: syng aldri med folk som ikke ønsker å synge.

Treningsprogram for tale og stemme

1. Avspenning

"Er å arbeide med seg selv", har dr. Seyfarth sagt. Da er en på god fot med sine muskler. Ved avspenning frigjør en også livspusten. En hensiktsmessig holdning er viktig.

Generelle øvelser

Sett deg godt til rette på en alminnelig stol med ryggstøtte. Setet godt tilbake, føttene litt fra hverandre og fotsålen godt i gulvet. Armene ned langs siden eller i fanget. Pust dypt inn og prøv og fall til ro. Kontroller muskler i kjeven, leppene, rundt øynene og i pannen. Kjenn at pusten går rolig inn og ut. Ved avspenning kan muskulaturen kjennes tung og varm”.

Eller du kan stå med bena litt fra hverandre. Rett i ryggen med ledig holdning. Sving med armene fra side til side samtidig med et lett kniks i knærne. Lette myke bevegelser.

Artikulasjon

Det kan ikke gjentas nok hvor viktig det er å ha god kontroll og smidighet i kjeven, leppene og tungen. Sørg for god munnåpning slik at lyden kommer ut. En klar artikulasjon har stor betydning for forståelsen av hva du sier.

Noen øvelser i stikkord

- Kjeven ned og opp, forsiktig til sidene og rundt begge veiene.
- Trutmann, bred smilemann.
- Tungen vekselvis mellom overleppe og underleppe.
- Tungen mellom tenner og leppe rundt begge veier.
- Tungen fra munnvik til munnvik.

2. En-stavellesord

Det er vanligvis lettest å begynne med en konsonant i fremlyd. Prøv deg frem.

K = konsonant, V = vokal

1	KV	pa, pe, pi, po, pu, py, pæ, pø, på
2	KKV	pra, pre, pri, pro, pru, pry, osv
3	KVK	pap, pep, pip, pop, pup, py, pæ, osv
4	KKVK	prat, pret, prit, prot, prut, osv
5	KKV	spra, spre, spri, spro, spru, osv
6	KVKK	papp, pepp, pipp, popp, pupp, osv
7	KKVKK	prap, prep, prip, prop, prup, osv
8	KVKKK	pansk, pensk, pinsk, ponsk, osv
9	KKKVK	sprat, spret, sprit, sprot, osv
10	KKVKKK	pransk, prensk, prinsk, osv
11	KKKVKK	sprakk, sprekk, sprikk, sprokk osv
12	KKKVKKK	spransk, sprensk, sprinsk osv

Ta inn luft mellom hvert ord.

1. ta, to, te, ku, lo, jo, gå, på, tå, bø, mo, by, ly, fy.
2. frø, tre, kro, kje, bru, flå, ski, spy, snø, kle, kry.
3. bad, bøk, pil, god, dyp, kor, sup, tak, rød, dag, gås, tok.
4. krus, krem, fjøs, sluk, snor, smør, kran, pris, snut, flis.
5. stri, sprø, spre, skrå, strå.
6. takk, pils, boks, saks, bokk, papp, lakk, kalk, borg, gods.
7. trakk, treff, flaks, svett, grønn, slusk, kladd, bratt.
8. dansk, norsk, falsk, finsk, dorsk, morsk, torsk.

9. sprut, sprit, skrot, skryt, splid, sprek, strøm, strev.
10. straks, sprakk, skritt, strekk, splint, stritt, strekk.
11. spremsk, strangl.

Prøv nå med en vokal først.

1. ap, ep, lp, op, up, yp, æp, øp, åp
2. aps, eps, ips, ops, ups, yps, æps, øps, åps

Her kommer noen ord som begynner med vokal

ål, or, is, os, er, at, om, og, ask, alm, osp, urt, ulk, and, elg, orm, ulv, amt, egn, ild, ørn, ert, enn, inn, opp, øks, ovn, ark, alv.

3. To-stavellesord

Innledningsøvelse kan være rekke av typen;

1. papa, pepe, pipi, popo, pupu, pypy, pæpæ, pøpø, påpå.
2. tata, tete, titi, toto osv.
3. kaka, keke, kiki, koko osv.
4. data, dete, diti, doto, osv
5. sasa, sese, sisi, soso, susu osv
6. gaga, gege, gig, gogo, gugu osv

Pass på at begge stavelsene blir sagt på samme talepust. To stavelser på samme pust!
Den siste stavelsen skal sies med samme styrke som den første.

Prøv disse ordene;

Kake, pose, pute, rose, løpe, lese, bile, tute, fare, sove, love, mase, nese, bare, gane, tøve, våge, dale.

Her er en-stavellesord satt sammen. HUSK: ET luftinntak!

Bildekk, syskrin, tevogn, barskap, armstol, kurvstol, veggskap, trebord, refiel, tresag, dørslag, løvsag, brødkniv, brevvekt, fjærpenn, vannkran, ølglass, melsekk, vannglass, fruktkniv, smørkniv, vinglass, flakong, toppsaks.

Prøv ukedagene:

Søndag, mandag, tirsdag, onsdag, torsdag, fredag, lørdag.

4. Tre-stavellesord

Treningen starter på samme måte som ved to- stavellesord. Tren slik:

1. papapa, pepepe, pipipi, popopo pupupu osv.
2. tatata, tetete, tititi, tototo, tututu osv.
3. kakaka, kekeke, kikiki, kokoko, kukuku osv.

Alle stavelsene på en pust-

Prøv disse ordene:

bilene	konduktør	syklubben
putene	servitør	addisjon
damene	tannlege	parasoll
rosene	advokat	plutselig
lovene	logoped	apotek
bikini	posisjon	apparat

Klarer du disse?

sommertid, bryllupsdag, midtsommer, retorikk, terapi, kateket, juveler, arkivar, diplomat, dirigent, bokbinder, bartender.

5. Andre ideer til øvelser

A: Hold en vokal så lenge du greier for eksempel a, e, å. Prøv den du synes er best for deg.

B: Øk antall stavelser. Alltid på en pust!

ta	1	Per	a
tata	1 2	Per gikk	a e
tatata	1 2 3	Per gikk en	a e i
tatatata	1 2 3 4	Per gikk en tur	a e i o
tatatatata	1 2 3 4 5	Per gikk en tur til	a e i o u
osv	osv	osv	osv

C: Hold en vokal, stopp og fortsett på samme vokalen uten å ta inn ny taleluft!

F. eksempel: Ta inn luft og si; A – stopp den, fortsett med A og så ta inn luft igjen. Prøv å stoppe tre ganger /A/ - /A/ - /A/, og så ta inn luft.

6. Øvelser for å forbedre tonehøyde

Tonehøyden kan bli monoton.

1. Tenk diskant – sopran eller tenor.
2. Syng så mange noter du kan oppover skalaen. Begynn så dypt du kan på for eksempel ta eller pa. Gå oppover så langt du klarer. Når du er kommet på toppen, prøv om du får til å snakke på den tonehøyden.
3. Tren på variasjoner. Start ut på den tonehøyden du bruker vanligvis å gå oppover og nedover på denne. Unngå monoton stemme. Ikke anstreng deg utover ditt område.
4. Ta en innpust like før du skal heve tonehøyden. Det kan hjelpe deg å komme høyere.
5. Varier hodestilling. Det kan hjelpe deg til å komme høyere opp.

Prøv disse:

	pa		pe		pi		po		pu
pa		pe		pi		po		pu	

		ta	te					ti		
	ta			te			ti		ti	
ta					te	ti				ti

Her har du skalaen. Begynn så dypt du kan og gå gradvis oppover – på en talepust!

							da
						di	
					la		
				so			
			fa				
		mi					
	re						
då							

Begynn så dypt du kan.

Syng kjente sanger

Ro, ro, ro din båt
(dyp stemme)

Ta din åre fatt
(middels høyde)

Vuggende, vuggende, vuggende, vuggende
(fra høyt til dypt)

Over kattegat
(fra høyt til dypt)

Forandringer av tonehøyde

Er du ferdig? Stå rolig! Hva er klokken.
Å, kom igjen! Hvorfor ikke? Hva heter du?
For dårlig. Kommer han i dag? Mener du det?
Endelig! De er forskjellige, ikke sant?

Setninger på tre stavelser. Prøv disse på et luftinntak:

Det er	svart grønt grått gult
Det er	hvitt blått rødt sort
Det var	høyt lavt pent stygt skjønt dypt
Det var	grunt godt dumt svakt sterkt flott
Kjøp to/fem/seks	brød melk brigg pils
Kjøp to/fem/seks	brus te juice

bor	dor	pøs
dirk	gjær	kniv
brett	drill	spann
fyrteøy	børste	blyant

magnet	primus	skjerm
trinse	turbin	vinke
avtenne	bestikk	briller
kappsag	kateter	kikkert
mursje	pinsett	rivjern
sagbukk	skylapp	snøplog
tellefon	tollkniv	traktor
bakeform	brevark	brødkniv
diktafon	feiekost	fjørpenn
grensaks	kulepenn	lysesaks
osteknis	pekepinn	ridepisk
smørskje	symaskin	telegraf
badematte	bilnøkkel	boksåpner
finerkniv	fingerbøl	fruktkniv
generator	heisekran	høvelbenk
knipetang	krølltang	leselape
malerkost	maskineri	metallbor
munnspeil	ostehøvel	papirsaks
rundpinne	separator	skobørste
barberkost	barberkniv	blåselampe
brodersaks	brødmaskin	duplikator
hageslange	kompressor	instrument
klesbørste	piperenser	prosjektor
pannespeil	bensinpumpe	plenklipper
bananstikke	korketrekker	skiftenøkkel

barbermaskin	oppvaskbørste	treskemaskin
--------------	---------------	--------------

Her har du noen ekstra vanskelige ord:

- Tippekupong
- Elektrisitetsverk
- Høyesterettsjustiarius
- Balalaikaorkester
- Transportorgansisasjon
- Karnevalsutstyr
- Blikkenslagermester

Kan du finne flere? Tren litt ekstra på disse ordene. Få en til å høre på deg og la han/henne skrive ned det han/hun hører. Til slutt kan dere i fellesskap kontrollere.

puss	redd	takk	bris
redd	kunstig	stappe	dale
glemme	tur	krus	buss
drikk	tagg	prakke	lotte
gunstig	stabbe	kast	lapp
dur	grus	pære	trøye
lekke	brakke	lodde	pris
rett	gast	labb	tale
klemme	bære	drøye	legge
nok	selge	tall	lese
lokk	sende	tann	nese
fest	voll	fiske	fold
vri	vare	fri	fare

vinne	vest	finne	hviske
kitt	kjøre	tjor	kjemme
gitt	gjøre	jord	gjemme
han	ull	hindre	hull
ikke	øst	hikke	høst
øre	and	høre	indre
rett	lamme	lett	ramme
filte	brå	dam	felle
by	fylle	bro	dom
dum	bi	be	bra

Undervisnings og metodemateriell

Bilde- og samtalemateriell

ColorCards

Life Times ColorCards: Life Events. 36 illustrerte kort som representerer sentrale hendelser i livet, bl.a. fødsel, første dag på jobben, alvorlig sykdom.

How are they feeling?

30 illustrerte kort som viser scenarier og aktiviteter som er vanlige i hverdagslivet, bl.a. gå til tannlegen, gå på konsert, flytte til et nytt sted.

Story Starters

30 illustrerte kort som kan være et utgangspunkt for narrativer. Genre: fantasi, fra virkeligheten, reise, mysterier.

What are they thinking?

30 illustrerte kort hvor brukeren skal forestille seg hva mennesker tenker eller føler.

Preposisjoner (Prepositions)

48 kort som illustrerer preposisjonene i, på, over, under, gjennom og mellom.

Basic Verbs

48 aktiviteter vist av barn og voksne.

Hva er forskjellig? (What's Different?)

Par av kort med 3 forskjeller på bildene.

Hva er feil? (What's Wrong?)

Klare og morsomme situasjoner som trener observasjonen og gir gode samtalemuligheter.

Hva mangler? (What's Missing?)

Par av kort hvor det ene kortet viser en fullstendig situasjon, og det andre kortet viser samme situasjon, men hvor det mangler 5 ting.

Hva er inni? (What's Inside?)

48 store fargefotografier; 24 par. Et bilde viser utsiden av et oppbevaringssted eller beholder, mens det andre viser hva som er på innsiden.

Hva er det? (What is it?)

24 store fargefotografier som viser forskjellige objekter fra en "normal" vinkel. 48 mindre kort viser de samme objektene fra 2 andre vinkler.

Følelser (Emotions)

Glede, frykt, tristhet, sinne osv.

Verbets tider (Verb Tenses)

20 forskjellige verb i 3 tider. Fargefotografier (14,8 x 14,8 cm) bundet 3 og 3 ved siden av hverandre. Lærerveiledning på 8 språk (ikke norsk).

What's added?

48 store fargefotografier; 24 par, hvor et bilde viser en interessant og/eller hverdagslig situasjon og det andre det samme motivet, men med et eller flere objekter som ikke hører til – en inntrenger.

Objects and owners

24 store fargefotografier av mennesker (og dyr), og noen av deres viktigste eiendeler på 48 mindre kort.

Odd one out

48 bilder som viser grupper av gjenstander på samme kort. Alle utenom én gjenstand tilhører samme kategori. Tre vanskenivåer.

Pocket ColorCards for Adults: Personal Items

40 fotografier av personlige eiendeler.

Pocket ColorCards for Adults: Leisure Time

40 fotografier av vanlige fritidsaktiviteter.

Pocket ColorCards for Adults: Everyday Activities

40 fotografier av vanlige aktiviteter.

Pocket ColorCards for Adults: In Hospital

40 fotografier til bruk av pasienter på sykehus.

ColorLibrary (www.colorcards.net)

Hver eske inneholder 96 fargefotografier, delt inn i 6 kategorier og nummerert.

Dyr og fugler (Animals & Birds)

Ville landdyr, husdyr, insekter, reptiler og amfibier, vanndyr og fugler.

Mat (Food)

Grønnsaker, frukt, tilberedt mat, desserter og snacks, drikkervarer, basisvarer (egg, smør, mel osv.).

Hjemmet (Home)

Møbler og gjenstander til 6 forskjellige rom i hjemmet.

Yrker (Occupations)

Kunst og håndverk, handle, helsearbeid, offentlige tjenester, transport m.m.

Eiendeler (Possessions)

Hjelpemidler, leketøy, hjemlige objekter, fritid, personlige eiendeler, toalettartikler.

Sport og fritid (Sport & Leisure)

Spenningssport, lagsport, individuell sport, hobby, underholdning.

Transport og kjøretøyer (Transport & Vehicles)

Luft, vann, skinner, vei, sykler, spesielle kjøretøy.

ColorCards Multi-Match (www.colorcards.net)

Serie som inneholder 2 sett identiske kort, som kan brukes til sammenligningsaktiviteter, memory-spill m.m. 96 par, 9,5 x 9,5 cm, laminert på begge sider.

Categories

Kategorisert i to grupper: Vanskelig og enkelt. Dekker blant annet emner som frukt, klær, i hagen og transport.

Colors, patterns & shapes

Kategorisert i to grupper: Farger, mønstre og former.

ColorCards Sequence (www.colorcards.net)

Store, klare fargefotografier, 14,8 & 14,8 cm, laminert på begge sider.

Enkle sekvenser (Basic Sequences)

16 trekorts sekvenser; daglige gjøremål presentert av flere generasjoner.

Dagligliv (Daily Living)

12 firekort sekvenser: vi står opp, gir katten mat, vasker opp osv.

Sequencing

6 & 8-step for Adults 48 kort med 6 & 8-trinns sekvenser, som blant annet viser følgende: presangen, fotballkamp og måltid på restaurant.

Sosiale situasjoner (Social Situations)

8 sekskorts sekvenser hos frisøren, hos legen, på restaurant osv.

Aktiviteter og begivenheter (Activities & Events)

6 åttekorts sekvenser: På reise, en baby kommer til familien, campingferie osv.

Årsak og virkning (Cause & Effect)

24 par bilder som viser en spesifikk situasjon på det ene kortet, og et mulig resultat (umiddelbart eller over en lengre periode) på det andre. Uhell på kjøkkenet, barn som leker, familiære situasjoner osv.

Problemløsning (Problem Solving)

16 trekorts sekvenser. Illustrerte problemer og to mulige måter å løse dem på. Fotball, bytte av klesplagg i butikk, uryddig soverom osv.

ColorCards-serie (www.colorcards.net)

Hver eske inneholder 48 store fargefotografier, laminert på begge sider. 21 x 14,8 cm.

Adjektiver (Adjectives)

Lang/kort, våt/tørr, full/tom osv.

Hverdagslige objekter (Everyday Objects)

Mat, klær, leketøy, husholdningsartikler osv.

Annet bildemateriell

- Frimer, S. & Frølund, L. (2004). Hvad i alverbum? Taletreningsmateriell til afasirammede. Veiledningshefte og CD som inneholder 60 bilder i farger og svart/hvitt. Man arbeider på enkeltordsnivå med produksjon og forståelse av verb. Basert på kognitiv nevropsykologi. Special-pædagogisk forlag. (www.spf-herning.dk)
- Kendte ansigter. Bildeserie til trening av språk og hukommelse. Portrettserie med fotografier av 50 berømte personer fra mellomkrigstiden og frem til 2000. Bak på hvert foto er det en kort beskrivelse av personen. Special-pædagogisk forlag. (www.spf-herning.dk)
- Nilsen, M. V. (2010) 360 tegnede verb Kort med tegninger av høyfrekvente verb. Fagbokforlaget (www.fagbokforlaget.no)
- Pekebok for turister (2004). Boken har ca. 600 tegninger som er ordnet tematisk. Av temaene kan nevnes Kropp og helse, Personlig hygiene, Klær, Smykker, På hotell, I baren, Sport og fritid, På stranda, Restaurant og matlaging, Frukt og grønt, Redskaper og småting. Bak i boken er det et detaljert norsk register. Kunnskapsforlaget. (www.kunnskapsforlaget.no)
- Aarskog, R. & Leidland, E. (2008). Et bilde – din fortelling. En samling av 12 tema, som er illustrert med et bilde og et sett arbeidsoppgaver som er delt inn i nøkkelord, temaspørsmål og aktiviteter. (www.logopednet.no)

Tekst og bilder

- Apt, P. (2007). MPPA (Meningsproduktionsprogram vid afasi). Svensk treningsmateriell som passer for trening av afasirammede med grammatiske vansker, men med relativt god auditiv forståelse. MPPA er en oversettelse av det amerikanske treningsmaterialet SPPA (Sentence Production Program for Aphasia) av Helm-Estabroks, N. og Nicolas, M. MPPA består av åtte øvingshefter. Hvert hefte inneholder 15 oppgaver, som trener spesifikke setningskonstruksjoner. Bestilles fra Pia Apt: pia.apt@skane.se
- Hansen, E. Godt sagt 1. Bildeordbok med 2 lyd/CD-er. Boka inneholder ca. 700 bilder. Den er delt inn i 114 temaer og har et alfabetisk stikkordregister bak i boka. Fagbokforlaget. (www.fagbokforlaget.no)
- Halvorsen, Å. & Madsen, A. (2010). Klar ferdig norsk! Bildeordbok. Grunnleggende norsk 1-10. Det finnes også 5 arbeidshefter: 1. Familie/skole. 2. Årstider/Kropp. 3. Klær/Mat. 4. Bolig/Natur. 5. Fritid og følelser/Transport. Fagbokforlaget. (www.fagbokforlaget.no)

- Manne, G. (2003). Ny i Norge. Tekstbok. Det finnes også en arbeidsbok til tekstboken. Fagbokforlaget. (www.fagbokforlaget.no)
- Manne, G. Bo i Norge. Det finnes også en arbeidsbok til tekstboken. Fagbokforlaget. (www.fagbokforlaget.no)
- Qvenild, E. & Vittersø, S. (1983). Undervisningsmaterieell for afasirammede. Universitetsforlaget. Bestilles hos Pensumtjenesten (www.pensum.no)

Annet

- Harrison, V. (2006). ColorCards Activities. 101 Ideas for Children & Adults. Speechmark Publishing Ltd. (www.speechmark.net)
- Kryssord. Hefte som består av 64 kryssord med fasit. Kopieringsoriginaler. Arbeid med ord (www.arbeidmedord.no)
- Newcastle University undervisningsmaterieell for afasirammede (NUMA): Auditiv prosessering. NUMA er et materieell i tre deler, som tar for seg henholdsvis auditiv prosessering, setningsprossesering og leseforståelse. Denne delen av materiellet inneholder oppgaver som tar sikte på å bedre den auditive prosesseringen hos personer med afasi. Den består av en manual og en CD med en samling oppgaver. Disse kan skrives ut og brukes i undervisningen. Forhandles av Afasiforbundet i Norge (www.afasi.no) og Statped. [Last ned NUMA.](#)
- Sang - med språket i vranglås. Sanghefte og ressurshefte med CD. Sangheftet består tekster til kjente sanger. Ressursheftet inneholder eksempler på aktiviteter som er enkle å organisere. CD-en inneholder musikk til bevegelse og til avspenning. Heftene er produsert med Extramidler fra ExtraStiftelsen Helse og Rehabilitering. Forhandles av Afasiforbundet i Norge (www.afasi.no)
- 20 spørsmål (2006). Brettspill. Antall deltakere: 3-6. Man forsøker å komme frem til et løsningsord ved hjelp av færre enn 20 spørsmål. Spillerne jobber seg frem mot løsningsordet ved å få hint fra oppgavekort og ved å stille ja/nei-spørsmål. Spillet har 240 oppgavekort innen fire kategorier: Hvem, hva, hvor og når. Cappelen (www.cappelen.no).

Matematikk

Näslund, M.B. (1998). Matematikk i Åses liv. Utdanningsdirektoratet. (<http://bestilling.utdanningsdirektoratet.no>)

Lettlestbøker

Mange forlag har gitt ut lettleste bøker med emner som også passer for voksne. Bøkene er skrevet i et enkelt språk, og mange er rikt illustrerte.

For dem som føler at de har støtte i det trykte ord når de lytter, finnes det også bok + bånd/CD. Bok + bånd/CD er en lettlest bok og et bånd/CD der denne teksten er lest inn. Teksten er lest inn med moderat lesefart. Båndet/CD-en og teksten kan brukes sammen, slik at man lytter til teksten samtidig med at man leser den. Det blir derved en kombinasjon av å lytte og lese, som i tillegg kan gi fin lesetrening. Men man kan naturligvis også bare lese den trykte utgaven eller kun lytte til lydutgaven. Flere forlag gir ut bok + bånd/CD, som kan bestilles (kjøpes) gjennom en bokhandel eller lånes gjennom bibliotekene.

Listen nedenfor inneholder forslag til lettleste bøker og lydbøker. Listen er ikke utfyllende.

Arbeid med ord, Læremidler AS (www.arbeidmedord.no)
Bergström, P. & Nordqvist, S. Anders og Berit. En lettlest hverdagsfortelling for voksne. Det finnes også et arbeidshefte til boka.
Bergström, P. & Nordqvist, S. Anders og Berit reiser i Norge. Lettlest bok med enkelt innhold. Det finnes også et arbeidshefte til boka.
Cappelen Damm (www.cappelendamm.no) • Baker, Anne P.: Ludwig van Beethoven • Blake, Robert: Churchill • Connolly, Sean: Monet. Kunstnerliv • Davin, Delia: Mao Zedong • Fraser, Lindsey: Møte med J.K. Rowling • Harmer, Harry: Martin Luther King • Hysing, Dorteia: Maleren Odd Nerdrum • Roestad, Bente: Gro Harlem Brundtland • Roestad, Bente: Kon-Tiki • Senior, John E.: Marie og Pierre Curie • Shukman, Harold: Stalin • Sinclair, Andrew: Che Guevara • Wilkinson, Philip: Myter og legender • Wilson, Stephen: Sigmund Freud

Fagbokforlaget www.fagbokforlaget.no

- Skåra, Eva: Gunnar og krigen (bok + bånd)
- Skåra, Eva: Fridtjof Nansen (bok + bånd)
- Skåra, Eva: Olav den hellige (bok + bånd)
- Skåra, Eva: Kristofer Columbus (bok + bånd)
- Skåra, Eva: Una fra Lunde (bok + bånd)

Gyldendal Norsk Forlag AS (www.gyldendal.no/undervisning)

- Bech, Kåre & Kverndokken, Kari.: Les og lær om dyr. 12 lettleste hefter om Bevere, Ulv, Bjørner, Hester, Aper, Elefanter, Giraffer, Bier, Skilpadder, Krokodiller, Løver og Pingviner.
- Scheen, Kirsti (2005). Ni brev til advokaten.

Lydbokforlaget (www.lydbokforlaget.no)

- Asbjørnsen og Moe: Tre folkeeventyr (trykt bok + CD)
- Belsvik, Rune: Eg kjem no, sa kjærasten min (trykt bok + CD)
- Breda Bull, Jacob: Ulveslaget (trykt bok + CD)
- Garvang, Arne: Ingen kjenner dagen før solen går ned (trykt bok + CD)
- Haugen, Tormod: Jonas og Maja (trykt bok)
- Haugen, Tormod: Jonas og Maja (kassett bok)
- Hov, Jon Østeng: Med kamera i naturen (trykt bok + CD)
- Lunde, Stein Erik: Faren min (trykt bok + CD)
- Ragde, Anne B. Mysteriet fra Nürnberg (trykt bok + CD)
- Scheen, Kjersti: Langt inn i skogen (trykt bok + CD)
- Scheen, Kjersti: Ni brev til advokaten (trykt bok + CD)
- Skagen, Fredrik: En tyv i natten (trykt bok + CD)
- Småge, Kim: Medaljen (trykt bok)
- Småge, Kim: Medaljen (kassettbok)
- Stien, Laila: Ei jente på scooteren (trykt bok + CD)
- Staalesen, Gunnar: Duen fra Bergen (trykt bok + CD)

Lettlest Forlag (www.llf.no)

- Eriksson, Erik: Hevnerens høst
- Jansson, Anne: I stormen skal du dø
- Mankell, Henning: Pyramiden
- Sigander, Helena: Hemmeligheter kan være farlige

Solum forlag (www.solumforlag.no)

- Diesen, A. Rut (bok + bånd)
- Om innholdet: Rut blir rammet av hjerneslag og får afasi. Plutselig kan hun ikke snakke. Vi følger Rut og familien hennes gjennom sykehusoppholdet og rehabiliteringsfasen.

Spesialinnlesninger

Spesialinnlesninger er tilrettelagte lydbøker, vanligvis med ulike innlesningshastigheter, ofte musikk/lydkulisser og med et enkelt språk. Den spesialinnleste lydboken erstatter lesingen for dem som ikke har utbytte av en trykt tekst.

Lån av lydbøker

Personer som har afasi, kan benytte seg av lånetjenesten hos Tibi – Biblioteket for tilrettelagt litteratur, e-post utlaan@tibi.no. Lydbøkene sendes gratis i posten. Tibi utgir kataloger over de bøker som kan lånes. Innmeldingsskjema kan bestilles på nettsidene (tibi.no).

Lettlestavis

Klar Tale er en lettlest ukeavis som presenterer aktuelt nyhetsstoff med større typer og enklere språk enn en vanlig avis. Kan også fås som lydutgave. På nettsiden www.klartale.no fins bl.a. en oppgave som bygger på en artikkel fra papiirutgaven av ukens avis. Denne artikkelen blir gitt spesiell oppmerksomhet ved at ord og uttrykk i teksten blir forklart og supplert med informasjon med tilknytning til stoffet. I tillegg kommer spørsmål som bygger på teksten og forklaringene. Fasit til spørsmålene blir lagt ut på nettsiden uken etterpå. For bestilling av avisen: (www.klartale.no)

Kommunikasjonsmateriell

Gudbrandsen, I. (2010). Jeg finner ikke ordene. Kommunikasjonsbok for afasirammede og for fremmedspråklige. Fagbokforlaget (www.fagbokforlaget.no)

Ihme, W. A., Olsen, K.J. & Fjeldvær, T.M. (2008). Kommunikasjonsboka for personer med afasi, pårørende og helsepersonell. Medlex. Norsk

helseinformasjon (www.medlex.no). Boka inneholder bilder til bruk i dagligdagse situasjoner.
Ihme, W. A., Olsen, K.J. & Fjeldvær, T.M.(2008). Veileder til kommunikasjonsboka. Medlex. Norsk helseinformasjon (www.medlex.no)
Kagan, A. & Shumway, E. (2003). Illustrert kommunikasjonsmaterieell (IKM). (T.L. Dahl, A. Kvande & E. Qvenild, oversettelse.) En perm som inneholder tegninger, tekst og instruksjoner, oversatt og tilrettelagt for norske forhold. Permen er opprinnelig utarbeidet ved Aphasia Institute i Toronto (1996) (www.aphasia.ca). Hensikten med materialet er å hjelpe samtalepartnere til å samtale bedre med personer som har stor grad av afasi. Målgruppen er bl.a. afasirammedes familie og venner samt helsepersonell, logopeder og eventuelle andre yrkesgrupper. Afasiforbundet i Norge (www.afasi.no).
Kagan, A. & Shumway, E. (2005). Snakk med din sykepleier. Hjelp sykepleieren til å hjelpe deg. (T.L. Dahl & A. Kvande, oversettelse.) Heftet er opprinnelig utarbeidet ved Aphasia Institute i Toronto (www.aphasia.ca). Det er utarbeidet for å lette kommunikasjonen mellom afasirammede og helsepersonell. Heftet er bygd opp på samme måte som IKM-permen, med tydelige tegninger som er ordnet tematisk og ledsaget av enkel tekst. Forhandles av Afasiforeningen for Ytre Nordmøre.
Kagan, A. & Shumway, E. (2005). Snakk med legen din. Hjelp legen til å hjelpe deg. (T.L. Dahl & A. Kvande, oversettelse.) Heftet er opprinnelig utarbeidet ved Aphasia Institute i Toronto (www.aphasia.ca). Det er utarbeidet for å lette kommunikasjonen mellom afasirammede og helsepersonell. Heftet er bygd opp på samme måte som IKM-permen, med tydelige tegninger som er ordnet tematisk og ledsaget av enkel tekst. Forhandles av Afasiforeningen for Ytre Nordmøre.

Informasjonshefter, metodehefter og idesamlinger

Andreassen, A.B., Landmark, A., Sandmo, T., Aasheim,V. og Alstad, K. (2004). Språk- og talevansker hos voksne. Idésamling. Idésamlingen er praktisk rettet og gir bl.a. veiledning i forhold til utredning samt forslag til metodiske tiltak. VOX. Bestilles hos Bredtvet kompetansesenter (www.statped.no/bredtvet).
Fawcus, M. et al. (1999). Aphasia therapy in practice. Reading. Speechmark Publishing LTD. (www.speechmark.net).
Having a stroke – being a partner. (2007). Connect, London. www.ukconnect.org A guide for parents with stroke and aphasia and their families.

Qvenild, E. (2009). Hva er afasi? Informasjon til deg som har afasi. Informasjonshefte om afasi til afasirammede. Afasiforbundet i Norge (www.afasi.no)

Materiell for arbeid med afasirammedes pårørende og andre samtalepartnere

Johansen, L., Knoph, M. & Ingvaldsen, S. (2011). Barn som pårørende ved afasi: ideer til aktiviteter. Dette heftet inneholder ideer til aktiviteter for grupper av barn i barneskolealder. Heftet er laget ved Bredtvet kompetansesenter. Det er ExtraStiftelsen Helse og Rehabilitering som har finansiert prosjektet. Heftet kan bestilles fra Bredtvet kompetansesenter (kr. 50)

Lock, S., Wilkinson, R. & Bryan, K. (2001). SPPARC: Supporting Partners of People with Aphasia in Relationships & Conversation. (www.speechmark.net) SPPARC er et komplett materiale som gir logopedene nødvendige redskaper for å gi støtte og samtaletreningssprogram for samtalepartnere til afasirammede.

Nielsen, B. K. : Lærke hjelper bestefar. Barnebok som handler om hjerneslag. Afasiforbundet i Norge (www.afasi.no)

Ringdal, B. (2003). Pårørende i fokus. Grupper for afasirammedes pårørende. En bok som er ment å være et redskap i pårørendearbeid. Bokas første del (ca. 70 sider) utgjør en basisbok som deltakere i pårørendegrupper kan bruke som utgangspunkt for å utveksle egne erfaringer. Siste del av boka (ca. 20 sider) er et tillegg skrevet spesielt for personer som ønsker å sette i gang egne grupper for pårørende. Boka beskriver erfaringer fra Bredtvet kompetansesenter. Novus forlag. Forhandles også av Afasiforbundet i Norge (www.afasi.no)

Wiwe, L.B. (2006). Håndbog for pårørende – til personer med hjerneskade. Hjerneskadeforeningen. Boka inneholder informasjon om hjernens anatomi, fakta om skader i hjernen, i tillegg til at den gir mye praktisk informasjon og forslag til tiltak. Boka kan bestilles fra Hjerneskadeforeningen i Danmark. Den kan også lastes ned gratis fra foreningens nettsider: www.hjerneskadeforeningen.dk. eller fra www.brughinanden.dk

Øvingsprogram (dysartri)

Trening for kropp

- Klappe takt med hendene
- Telle samtidig som ein trampar takta
- Krysse armane og pendle med armane
- Snu hovudet fra venstre mot høgre medan ein ser motsatt veg

Trening for å oppnå god kroppsleg kommunikasjon

1. Haldning

- Sitt i stolen med rak rygg. Bli lang i ryggen utan å bikke hovudet opp/ned. Sit med lukka munn. Kjenn etter at det er ei normalt pen sittestilling.
- Snu hovudet vekselvis mot høgre og venstre. Gjer det også som om ein seier nei.
- Legg haka mot brystet og bøy deretter hovudet bakover. Sei det likefort som når du skal seie ja.
- Sjå fram i augehøgde, utan at du stirra på eit punkt heile tida. Beveg augene på ein naturleg måte.
- Rull med hovudet. NB! Forsiktige, rolige og ikkje for store rørsler.

2. Ansiktsmuskulatur

- Lag trutmunn (tenkt o-lyd) og land munn (tenk i-lyd). Ikkje sei noko, berre mim.
- Smil med heile ansiktet. NB! Få med smilerynkene rundt augene.
- Gni deg i ansiktet som om du vaskar deg. Lag masse grimasjar etterpå.
- Rynk med panna, rynk med nasa.
- Blås opp kinna.
- Kjenn på ansiktet sine musklar når du biter saman tennene.

3. Auga

- Knip augene saman og opne dei maksimalt vekselvis. Gjer det mange gongar. Auk takta.
- Hald hovudet i to og la augene gå frå side til side som ei gamaldags "ugleklokke".
- Sjå i taket og golvet utan å bevege hodet, gjer dette lenge og rytmisk.
- Lukk vekselvis høgre/venstre auge.
- Sjå på ulike gjenstandar i romet ved å snu på kroppen/hovudet og bruk auga på ein naturleg måte.
- Finn ut kva du gjer med augene når du sitter og lytter eller når du seier noko.

4. Kjeven

- Bit saman og hald bittet. Kjenn kor du har tunga, og kor den berørar munnhola eller tenna. Kjenn om trykket er like strtt på alle tenner, om spyttet samler seg et sted, om leppene er spente, (Leppene skal vere minst mogleg stramme), om du

er over eller underbitt. Slepp kjeven ned og før den opp igjen i "samme spor". Gap opp og bit saman fleire gongar. Pass på at kjeven ikkje vert ført framover.

- Tenk deg at du tygger på eit stort seigt kjøttstykke. Kjenn korleis kjeven og tennene arbeidar saman.

5. Leppa

- lag trutmunn
- si i-o med smile og trutmunn
- Smil med heile ansiktet, også augene skal vere med.

6. Tunga

- Slik deg rundt leppene i roterande rørsle
- Vipp tungespissen opp mot nesa og ned mot haka
- Legg tunga heilt i ro på underleppa.
- Geip
- Press tunge mot munntaket vekselvis mot høgre og venstre kinn, fortennene, mot bløt gane
- Sei S-lyd så lenge du kan.

7. Pusten

- Sitt med hendene på magen og registrer at magen går ut og inn i takt med inn- og utpust.
- Sei ein f-lyd så sterkt du kan. Magen skal då gå langsamt innover. Pust inn og kjenn at magen går utover, blir stor. (Mange gjer dette omvendt, her skal du puste inn gjennom munnen)
- Sei f-lyden støtvis og kjenn at du regulerer dette med magemusklane. Pust inn gjennom munnen.
- Pust roleg ut og inn ved å få stor mage og bli "smal om livet" vekselvis. Tell gjerne inn i deg til 10 på innpust og utpust.

8. Trening på hurtig og presis artikulasjon

Leppelydar

- Si pa-pa-pa- osv med alle vokalane
- Ba-ba-ba- osv med alle vokalane

Leppe/tannlyd

- Si fa-fa-fa-fa- osv med alle vokalane
- Va-va-va-va- osv med alle vokalane

Tungespisstrening

- Ta-ta-ta-ta-,To-to-to-to,Te-te-te-te, osv med alle vokalane
- Ra-ra-ra-ra-ra osv med alle vokalane
- Ls-la-la-la-la osv med alle vokalane
- Na-na-na-na-na osv med alle vokalane
- Sa-sa-sa-sa-sa- osv med alle vokalane

Baktungen

- Ka-ka-ka-ka osv med alle vokalane
- G-ga-ga osv med alle vokalane
- Ra-ra-ra-ra- osv med alle vokalane

Trening på skifte av artikulasjonsstad

- Tra-tra-tra- osv med alle vokalane
- Kra-kra-kra- osv med alle vokalane
- Skra-skra-skra- osv med alle vokalane
- Pra-pra-pra- osv med alle vokalane
- Stra-stra-stra- osv med alle vokalane
- Kla-kla-kla- osv med alle vokalane
- Pla-pla-pla- osv med alle vokalane

Har tatt mykje av dette frå kommunikasjonstrening med mennesker med Parkinsons sykdom, logopedisk klinikk Haukeland.

Ressursbank

[Antonymer og synonymer](#)

[Diverse](#)