

## Praktiske tips og råd ved logoped - undervisningsmateriale og gjennomføring av språktime per videokonsultasjon.

Forskningsprosjektet «Aphasia telerehabilitation post stroke» har tatt utgangspunkt i å se på bruken av telemedisinske løsninger i rehabiliteringen av afasirammede. Prosjektet har vært ledet av Hege Prag Øra, lege og doktorgradsstipendiat ved Sunnaas sykehus og ble gjennomført av logopeder ved Sunnaas sykehus. For tiden er ansvarlig logoped Iselin Partee.

Vi ønsker nå å dele erfaringer fra prosjektet med tanke på hvordan man som logoped kan tilrettelegge for et digitalt tilbud. Vi omtaler personer som mottar tilbud som den afasirammede, men dette kan tilpasses om du har andre brukere- og aldersgrupper med språk- og kommunikasjonsvansker. Nedenfor vil det bli delt erfaring rundt det tekniske oppsettet, og det gis tips og forslag til bruk av undervisningsmateriale under en videokonsultasjon.

### Teknisk oppsett og tilrettelegging for optimal språktreningen

Det er enkelte tips og råd rundt det teknisk oppsettet som kan være nyttig å kjenne til for å kunne optimalisere språktreningen per video. Det vises forøvrig også til eget dokument som omhandler dette tema mer utdypende.

- Dersom du som logoped bruker laptop, kan det være lettere å bruke en datamus fremfor touchpaden på laptopen. Av egen erfaring er det enkelte oppgaver som kan være lettere å gjennomføre på denne måten. Hør med den afasirammede om det er muligheter for at den afasirammede har dette tilgjengelig. Dette kan være lettere å anvende fremfor en touchpad.
- Det kan være en fordel å ha en stor skjerm eller koble til en ekstra skjerm for deg som logoped. Dette kan muliggjøre å ha både et klart bilde av pasienten for å kunne se kroppsspråk, se at det er god oppkobling og at man har et godt bilde av oppgavene samtidig. Dette kan også gi deg mulighet for å finne frem oppgaver/tilpasse underveis uten «å bryte bilde» med den afasirammede.
- Pass på god video og lys-setting der du selv synes godt på videoen. Undersøk om det kameraet du bruker (enten om det er innebygd eller eksternt) har en vidvinkel funksjon. Dette åpner opp for at man kan lettere se og ta i bruk kroppsspråk. På den måten kan du bruke gester, peking mm i samtalen. Hvis man opplever ustabil nettværk kan de være forsinkelse på lyd/bilde. Det kan derfor være nødvendig å vente noe lengre enn i en normal setting eller når man skal prompte; vær bevisst på å holde munnstillingen lengre.
- Med tanke på lyd er det viktig at både den afasirammede og du som logoped sitter i et rom uten annen stimuli. Ikke bare med tanke på personvern, men også for å unngå unødvendige distraksjoner.

### I forkant av en time

Før man setter i gang med en behandlingstime kan det være nyttig å ha lagd en afasivennlig bruksanvisning for pålogging og rutiner/beskrivelser hva som kan gjøres ved eventuelle tekniske problemer (for eksempel, logopeden ringer opp hvis nettet faller ut, etc.). Dette bør gjennomgås så ofte som nødvendig for den enkelte afasirammede. Se eget dokument for en bruksanvisning vi har utformet.

I prosjektet har vi hatt anledning til å bruke fjernstyringsprogramvare og våre logopeder har fått god erfaring med dette. Fjernstyring har vært et godt verktøy i bruk med afasirammede, da man kan hjelpe til dersom det oppstår tekniske problemer på den afasirammede sin side. Dersom man ikke har fjernstyring tilgjengelig, er det desto viktigere med gode rutiner/beskrivelser for bruk datamaskin og programvare samt å planlegge hvilke oppgaver man tar i bruk som man enkelt kan dele på skjerm. Når man ikke bruker fjernstyringsprogramvare er det «del skjerm» funksjonen i videoløsningen som tas i bruk, og det kan være nyttig å teste ut diverse undervisningsmateriale via denne funksjonen uten pasient. Før en time kan det være greit å ha sett over de oppgavene man tenker man skal ta i bruk i timen da enkelte oppgaver som fungerer lett ansikt-til-ansikt, kan være noe vanskeligere å anvende over skjerm. Det er viktig å planlegge for det. Man kan for eksempel ta utgangspunkt i oppgaver fra Sareptas afasikrukke og gjøre enkle justeringer for å tilpasse det til den enkelte afasirammede.

Lag gjerne en egen mappe til hver afasirammet på datamaskinen, hvor du har kopiert materiale du tenker å bruke med den afasirammede slik at det er lett tilgjengelig og at det er enkelt å fortsette der man sluttet fra forrige time. NB! Husk personvern for hva du lagrer hvor. Før timen starter like etter oppkobling er det viktig å huske på å gå igjennom sjekklister for personvern og sikkerhet (se eget dokument med forslag til sjekklister).

## Den første timen

I den første behandlingstimen kan det være hensiktsmessig å ha en samtale med den afasirammede og informere om at dette er en ny form for undervisningsstruktur og at det kan oppleves noe annerledes enn tradisjonell ansikt-til-ansikt språktraining. I den første timen kan det være nyttig å også gå igjennom hvilke mål den afasirammede har og sammen teste ut hvilke oppgaver som er optimale for å oppnå målene i denne nye måten å jobbe sammen på. Av egen erfaring opplevdes det som at man fikk en økt fleksibilitet ved at man hadde alt av materiale tilgjengelige ved et tastetrykk, men dette kan også være overveldende. Invester derfor tid i første time til å snakke om disse tingene for å bygge opp en god terapeutisk allianse og evt. adressere forventninger og spørsmål som dukker opp.

## Tips og forslag til bruk av undervisningsmateriale

Vi skal nå videre prøve å gi tips og forslag til bruk av undervisningsmateriale under en videokonsultasjon. Det er mye materiale som kan scannes inn slik at man kan dra nytte av det i timer med afasirammede. Husk at du kan også scanne med smarttelefon. Noe av det som har blitt brukt i prosjektet er *NUMA*, *Qvenilds afasimateriale* og *Sareptas afasikrukke*. Dette materialet har blitt brukt i henhold til manualene med få justeringer for å tilpasse det til bruk over video. Videre har man tatt i bruk Lexia, nettaviser, kart og at man har lagde oppgaver til hver enkeltafasirammet.

- **Samtaler og samtale med pårørende** – Samtaler med og uten kommunikasjonsstøtte er i hovedfokus for å trene språkproduksjon. Videotimer kan også brukes til å jobbe med kommunikasjonsstrategier mellom den afasirammede og pårørende.
- **Automatisert tale:** For å jobbe med automatisert tale har vi ofte laget et dokument der disse oppgavene er samlet. Dette har kanskje også vært i sammenheng med første delen av timen der man jobber med en kalender. Logopeden har da gått videre med å jobbe med tall, dager, måneder og bokstaver. Dersom det har vært viktig å lære seg enkelte ord, navn på familiemedlemmer eller sosiale fraser har man også laget et eget dokument med disse oppgavene.
- **Kart** - I timene har vi ofte tatt i bruk kart som for eksempel *google maps* som en støtte i samtaler rundt reiser eller om man har spesifikke oppgaver tilknyttet til geografi eller historie.
- **Jobbe med ordmobilisering over skjerm** - Man kan gjennomføre mer kommunikasjonsbaserte oppgaver der den afasirammede skal formidle noe den andre ikke vet. Det kan være at man får den afasirammede til å lese en tekst, beskrive et bilde eller se en kort video som han/hun må beskrive for logopeden. Man kan starte med bildebeskrivelse med enkelt ord, jobbe med produksjon av enkeltsetninger, videre jobbe med en beskrivelse av komplekse bilder, bildesekvenser eller video der man ikke støtter seg til bilder.
- **Microsoft Office programmer (eller lignende)** – Vi har tatt i bruk Word-dokument dersom den afasirammede har ønske om å jobbe med skriving på pc. Vi har også tatt dette i bruk i utvikling av nye oppgaver til den afasirammede. Man kan også lage en presentasjon i Powerpoint der man presenterer oppgavene etter hverandre.
- **Nettaviser og nettsider** – I prosjektet har man tatt utgangspunkt i den afasirammede og funnet aktuelle temasider på internettet. Om det har vært jobb, reise, nyheter, interesser eller aktuelle samtaleemner som for eksempel været. I prosjektet har vi ofte tatt i bruk nettsiden [Klar tale](#) med tilhørende oppgaver til tekstene. Hvis den afasirammede har lettere vansker kan vanlige nettaviser være mer aktuelle å jobbe med. Om man for eksempel jobber med en som er bil-interessert kan man søke opp biler på finn.no. Andre ganger har man jobbet med været og søker opp mer informasjon med den afasirammede på yr.no.
- **Lexia** – Dette er et fleksibelt dataprogram hvor du kan tilrettelegge trening av språklige ferdigheter og det kan brukes til egentrening i tillegg. Vi har også brukt dette for å trene på det ekspressive språket dersom oppgavene har gitt rom for det. I enkelte oppgaver og relatert til alvorlighetsgraden av afasi er det enklest å gjennomføre oppgaver ved bruk av fjernstyringsprogramvare.
- **UiO – «Ordforrådet»** - Vi har tatt denne i bruk for å finne ord innenfor spesifikke kategorier og lagd oppgaver ut i fra dette. For en afasirammet med store vansker har man for eksempel funnet ord med høy bruksfrekvens og høy billedlighet slik at det skal være lettere å mobilisere ord. For afasirammede med vansker for å forklare ord (for eksempel ved lav-moderat grad av afasi) har man funnet ord med lav bruksfrekvens og lav billedlighet. Man kan også bruke dette for å unngå ord som er i ulike kartleggingsverktøy for å ikke påvirke testing ved et senere tidspunkt.

- **Opplæring i databruk:** Ettersom man allerede er på en dataskjerm er det en gylden mulighet til å vise hvordan man lett kan tilrettelegge for enklere databruk for den afasirammede. Ved bruk av fjernstyringsprogram kan man også enkelt gjøre dette for den afasirammede eller man kan gjennomføre en veiledning på egen skjerm der man viser hvordan man gjør for eksempel når man zoomer i en nettleser eller hvor opplesningsfunksjoner finnes i ulike programmer.
- **E-post, sosiale medier osv.** Noen afasirammede vil ønske å trene på bruk av disse også i logopedtimene og det kan være et fint grunnlag for å trene på både begreper, leseforståelse, skriving, formulering av relevante svar/innsjutt eller å ha samtaler om tema som tas opp i mediene. Men tenk bevisst gjennom personvern når det gjelder brukerinformasjon som kan bli tilgjengelig.
- **Informasjon om afasi/veiledning** – Både den afasirammede og pårørende har behov for informasjon og eventuelt veiledning rundt afasi. Her kan for eksempel [Afasiforbundet](#) sine nettsider være en god støtte. Veiledning kan gis sammen eller individuelt for den afasirammede og pårørende, avhengig av behov og mål.

## Hvordan man kan sette opp en time

Til vanlig har logopeden hatt et ark med mulige oppgaver som kan gjennomgås den timen. I den påfølgende listen har vi lagt inn rom for at enkelte oppgaver kan være lette/vanskelig og at de da kan ta kortere eller lengre tid enn normalt. Dette kan være et eksempel på hvordan man kan sette opp en time:

- Start timen med lett prat om hvilke planer den afasirammede har, hva de skal i helgen eller om været. Her kan man gjerne ta i bruk bildestøtte som for eksempel en kalender eller bilde av ulike værtyper.
- For personer med store vansker kan det være aktuelt å jobbe med kalender, automatisert tale (tall, dager, måneder), navn på familiemedlemmer og venner.
- Jobb videre med noe den afasirammede har kjennskap til, repetisjon av tidligere oppgaver. For eksempel benevningsoppgaver der man har bilder på skjermen, eller en liste med ord/begreper som logopedene går gjennom.
- Jobb deretter med en oppgave som utfordrer den afasirammede. Kanskje dette er forklaring/beskrivelse av ord eller bilder eller at det er å lage et narrativ/en fortelling fra en bildesekvens.
- Jobb med en oppgave den afasirammede har kjennskap til fra før. Den kan kanskje også utfordre, men at dette har blitt presentert og jobbet med tidligere.
- Avsluttende samtale, påminnelse om neste time.