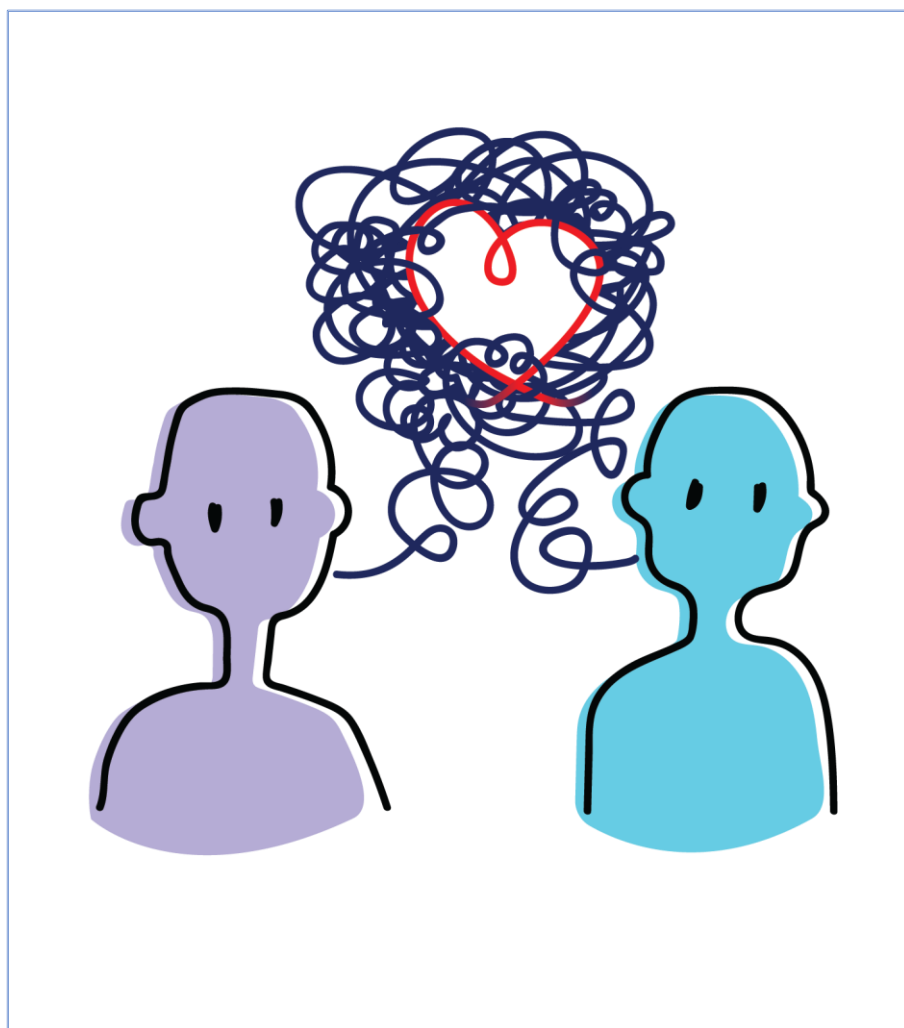


Et bedre liv sammen med afasi



Innhold

Forord	3
Kap. 1 Bakgrunn for prosjektet (1000)	3
Kap. 2 Målsetting og målgruppe	3
Kap. 3 Prosjektgjennomføring/metode (1200)	4
Kap. 4 Resultater, vurdering av effektmål og resultatvurdering (1000)	6
Kap. 5 Oppsummering/konklusjon/videre planer (600)	7
Vedlegg	8

Forord

Afasi er ervervede språkvansker etter hjerneslag eller annen ervervet hjerneskade. Språkvanskene kan arte seg som utfordringer med å produsere språk, forstå språk, lese og/eller skrive. Følgene er ofte vansker med kommunikasjon. Mange med afasi har de samme tankene og meningene de alltid har hatt, men afasien gjør det utfordrende å formidle dem.

For personer som lever med afasi nære relasjoner blir ofte hverdagen snudd på hodet over natten. Den samtalepartneren du kjenner så godt, har endret seg. For parforhold kan afasi føre til en del kommunikasjonsvansker. Det er sjelden lagt til rette for parterapi i kommune- og spesialisthelsetjenesten, og derfor ønsket Afasiforbundet å arrangere et kurs om samliv med afasi.

Kap. 1 Bakgrunn for prosjektet

Bakgrunnen for at vi ønsket å arrangere et kurs om kommunikasjon mellom nærperso-ner var tidligere erfaringer og tilbakemeldinger fra pårørende og mennesker med afasi. Kurs som bidrar til å bedre kommunikasjon i hverdagen er tema som sjelden tilbys. Vi ønsket å utvikle et kurs basert på erfaringer fra logopeder og andre fagpersoner i nettverket vårt.

Afasiforbundet søkte opprinnelig om et kurs på et egnet kurssted. Kurset var planlagt over to helger. Da pandemien kom i veien og ble av så lang varighet, var det utfordrende å planlegge kurs som medførte både reise og overnatting. Vi fikk derfor godkjent av Stiftelsen Dam å utvikle et e-læringskurs som alternativ til et fysisk kurs. Afasiforbundet har tidligere produsert flere e-læringskurs. Vi har erfart at denne type kurs når bredt og kan være tilgjengelig over lengre tid. Det er også en fordel at innholdet gratis og hele tiden tilgjengelig på en nettside. Vår erfaring er at både fagpersoner, pårørende og personer med afasi benytter e-læringskursene. Om en del personer med afasi ikke kan benytte digitale hjelpemidler, kan det ofte la seg gjøre med litt hjelp fra pårørende. I tillegg vet vi at en del rehabiliteringsinstitusjoner benytter e-læringskurs og også utdanningsinstitusjoner innenfor helse/logopedi. Sammen med logopeder og psykolog i Statped jobbet vi med kartlegging og framdriftsplan. Nettkurset kunne finansieres gjennom prosjektet. Vi kontaktet og gjorde avtaler med aktuelle leverandører innenfor film/animasjon.

Kap. 2 Målsetting og målgruppe

Prosjektets målsetting er å gi personer som lever i forhold med en som har afasi bedre verktøy til å takle hverdagen. Dette kan være både par og familier. Gjennom kunnskap om kommunikasjonsstrategier, tips og råd fra psykolog er målet økt kunnskap om hvordan par og familier best kan takle utfordringene med afasi. Vi gjorde også opptak med et par hvor den ene har afasi. De bidro med egne erfaringer, gode råd til andre og med en dose humor. Målet er at dette til sammen kan gi inspirasjon til andre. Vi oppmuntret også til å vise filmene lokalt og samtale om dem i diskusjonsgrupper.

Målgruppen er par som lever sammen, hvor den ene har afasi. En del av temaene vi tar opp henvender seg også til andre nærperso-ner, som søsken, foreldre og andre. Å leve sammen med afasi kan være utfordrende både for personen som har blitt rammet av språkvanskene

og for pårørende. Språkvansker hos en av partene i en relasjon, vanskeliggjør kommunikasjon for begge. Temaer som berører kommunikasjon i et samliv finnes det lite informasjon om.

Målgruppen er alle personer som har en med afasi i familien og også den som er rammet av afasi. Det kan være ektefelle, samboer, søster, bror eller barn. Målgruppen er også alle andre som ønsker tips og råd om kommunikasjon når den ene har afasi. Dette kan være helsepersonell eller studenter.

Kap. 3 Prosjektgjennomføring/metode

Prosjektet skulle starte opp i begynnelsen av korona-pandemien, noe som ga utfordringer i forhold til å arrangere kurs på kurssted/hotell. Vi søkte og fikk godkjent å omgjøre kurset til e-læringskurs. Vi engasjerte Statped i å tenke sammen med oss hva som burde være med av temaer. Vi kom fram til at vi ønsket å ha med videoopptak med en psykolog, et opptak med logopeder med temaer som kommunikasjon i et parforhold og også et intervju med et par hvor en har afasi. På den fikk vi fram ulike aspekter ved afasi i et parforhold/nærpersoner.

Prosjektet ble planlagt hovedsakelig gjennom Teams-møter og opptak ble utført i studio og på arbeidsplassene. Det ble lagt vekk på universell utforming gjennom opptak uten for mye forstyrrelser og effekter. Alt ble tekstet.

Vi brukte animasjon på et av opptakene for å kunne visualisere noe av innholdet gjennom illustrasjon. Dette ble mer kostbart enn planlagt, slik at vi bruke noen egne midler til dette formålet.

Statped var en god samarbeidspartner. Vi planla kurset sammen med afasiteamet i Statped gjennom flere møter og engasjerte filmfotograf til å bidra med filmopptak.

Elæringskurset ble bygget opp pedagogisk med innledning, video på ca. 15 minutter om temaet og oppsummering med spørsmål til refleksjon. Videoene ble tekstet.

Nettsiden ble produsert med enkel navigering og tydelig tekst.

Heftet ble produsert med illustrasjoner og lettlest skrift med oppsummeringer som øker lesbarhet.

Underveis testet vi innhold på brukere/personer med afasi.

Eksempel på oppsummering:

OPPSUMMERING

- Afasi kan gjøre det vanskelig å snakke med andre
- Ordleting er felles for alle med afasi
- Det kan være vanskelig å følge med i en samtale, forstå det som blir sagt, lese og skrive
- Samtaler kan stoppe opp

[Tilbake](#)[Neste – Hvordan gjøre kommunikasjon lettere](#)

PRODUKSJONSPLAN

Tidspunkt	Aktivitet
Januar 2021 - Februar 2021	Kartlegging av tema for e-læringskurs om samliv. Drøfting med logopeder, faglig utvalg og brukerrepresentanter Kontakt og avtale med produsent.
Mars 2021 – mai 2021	Utforming og godkjenning av manus for psykolog og logopeder. Her samarbeidet vi godt med psykolog og logopedene i Statped. Opptak med psykolog om endringene man kan oppleve i et parforhold og hvordan man kan påvirke hverandre Opptak med logopeder om kommunikasjon i parforhold og familieforhold. Hvordan gjøre kommunikasjon enklere. Kvalitetssikring av opptak og teksting Tekst til temaene for bruk på nettside - manus basert på opptak. Utforme spørsmål til refleksjon.
April 2021– juni 2021	Planlegging av opptak hvor den ene har afasi i et parforhold. Spørsmål tilsendt på forhånd. Tid til å øve. Opptaksdag i intervjuform og dialog mellom de to.
August 2021 – September 2021	Produksjon av nettside med videoene og tekst/spørsmål til refleksjon produseres.
Oktober 2021 – Desember 2021	Tekst til et samlivshefte planlegges og skrives. Temaene er basert på opptakene og manuskriptene. Heftet inneholder også flere brukerhistorier basert på intervjuer som ble gjort med pårørende og personer med afasi i parforhold. Heftet produseres som trykk og PDF.
Januar 2022	Nettside med e-læringskurs og samlivshefte lanseres på nettside, i Afasiposten, i sosiale medier

Kap. 4 Resultater, vurdering av effektmål og resultatvurdering

E-læringskurset gir tips og råd for hvordan man kan møte utfordringer i et samliv når en i forholdet har afasi. Ved hjelp av e-læringskurs når vi mange i målgruppen, som er familier som opplever afasi i nær relasjon, enten det er kjæreste, ektefelle eller annen nærpersion. I heftet som ble produsert har vi også samlet noen historier fra par som er berørt, som vi håper kan være nyttig for mange. Selv om ikke resultatet ble et fysisk kurs som hadde vært fint for de som var der, nådde vi svært mange i målgruppen med bred distribusjon på nett. Vi oppnådde forventede resultater, da det var stor aktivitet på sosiale medier og kurset ble delt svært mange ganger.

I tillegg er nettsiden tilgjengelig for alle og vil være det i lang tid. Det betyr at mange kan bruke innholdet i egne kurs, i samtalegrupper eller se sammen med partneren sin. Nettsiden er tilgjengelig under Afasiforbundets nettportal og heter samlivskurs.afasi.no

OM AFASI I ET SAMLIV

Å leve sammen med afasi kan være utfordrende både for personen som har blitt rammet av språkvanskene og for pårørende. Språkvansker hos en av partene i en relasjon, vanskeliggjør kommunikasjon for begge. Her er noen refleksjoner rundt hvordan man kan møte utfordringer i et samliv når en har afasi.

Takk til Jan Ottesen, psykolog ved Statped, Monica Norvik og Ingvild Winsnes, logopeder ved Statped for bidrag til faglig innhold og Trine-Marie Hagen og Trond Andre Johannessen om afasi i parforhold.



KOMMUNIKASJON

Om kommunikasjon i nære relasjoner når den ene har afasi

START KURS

AFASI I PARFORHOLD

Trine-Marie og Trond om hvordan de møter hverdagen med afasi i parforholdet

START KURS

PSYKOLOG OM AFASI

Hvordan påvirker afasi et samliv?

START KURS

SAMLIVSHEFTE

Et hefte om kommunikasjon og hvordan man kan møte utfordringer i et samliv.

LAST NED PDF

En viktig del av prosjektet var et samlivshefte på 40 sider. Der utdypet vi temaene fra e-læringskurset og tok også med en del brukerhistorier fra virkeligheten. Disse personene ble intervjuet under fullt navn eller anonymt ut fra hva deres eget ønske var, og vi fikk på den måten fram ulike historier, som vi håper kan være til nytte for andre som er i tilsvarende situasjon. Vi oppmuntret også til å benytte seg av likepersoner i lokalforeningene våre, om man trengte noen å snakke med.

God lyd- og bildekvalitet er viktig, ikke minst hvis man har vansker med lyd og støy. Profesjonelle opptak med rolig tempo, teksting, rene bilder bidrar til at flest mulig med ulike vansker som både lydømfintlighet og lysømfintlighet kan benytte seg av kurset. Vi oppnådde oppsatte mål med hensyn til universell utforming.

Paret som ble engasjert til å bli intervjuet fikk tilsendt spørsmålene på forhånd slik at de kunne forberede seg godt. Dette er spesielt viktig når man skal intervju noen med afasi. Det

kan være enklere for personen når man har fått muligheten til å tenke igjennom spørsmålene på forhånd.

Temaene vi valgte for kurset ble vi enige om gjennom forarbeid sammen med bidragsyterne; logopeder og psykolog.

Vi benyttet noe mer tid enn oppsatt prosjektplan. Dette fordi søknaden ble omgjort fra fysiske kurs til e-læringskurs. Pandemien satte en del aktiviteter på vent i en periode. Vi hadde god framdrift etter en oppsatt plan.

Innhold i Samlivsheftet ble forankret gjennom bidrag fra Faglig utvalg i Afasiforbundet og logopedene ved Statped. På den måten er bruk av definisjoner og begreper kvalitetssikret og innholdet er forankret faglig.

Samlivsheftet tar opp et tema som er lite omtalt i forbindelse med afasi, dvs. seksualitet og samliv. Vi har tatt med dette tema da vi har hatt etterspørsel etter publikasjoner som inneholder noe om seksualitet.

Resultat er målbart ved hjelp av statistikkverktøy på nettsidene gjør det enkelt å måle besøk på siden. Hvor mange som har vært inne og sett.

Allerede første uken var e-læringskurset sett på Facebook over 8.000 ganger og delt i overkant av 150 ganger. Det er store muligheter for bred spredning og vi vil fortsette å markedsføre kurset gjennom ulike kanaler. Vi sendte også nyhetsbrev til våre 1600 medlemmer med informasjon om kurset. I tillegg ble det en artikkel i Afasiposten – medlemsbladet vårt. Etter hvert vil vi oppmuntre lokalforeningene våre til å benytte kurset når de skal ha seminarer hvor dette kan passe inn.

Gjennom bruk av mange kanaler når vi svært mange. Våre samarbeidspartner LHL Hjerneslag har markedsført kurset gjennom sine kanaler, dvs. nyhetsbrev og Facebook side. Innlegg er publisert i Facebook gruppen som består av svært mange logopeder som har kontakt med personer med afasi. På den måten når vi også fram til en del rehabiliteringsinstitusjoner.

Til slutt møttes vi for et evalueringsmøte med prosjektgruppen.

[Kap. 5 Oppsummering/konklusjon/videre planer \(600\)](#)

Etter hvert vil vi oppmuntre lokalforeningene våre til å benytte kurset når de skal ha seminarer hvor dette kan passe inn. Vi vil også fortsette å dele informasjon om kurset når vi holder foredrag, åpne møter eller er på besøk i lokalforeningene.

Vi vil motivere både lokallag og samarbeidspartnere til å gjøre bruk av både nettsiden og heftet.

Samlivsheftet sendes ut til de som ønsker av institusjoner, logopeder, medlemmer og andre interesserte. Det er gratis tilgjengelig i nettbutikk på afasi.no

Vedlegg

E-læringskurset er tilgjengelig her: <https://samlivskurs.afasi.no/>

På samme nettside kan man laste ned samlivsheftet. Heftet kan også bestilles gjennom Afasiforbundet (www.afasi.no)

