

Et bilde sier mer enn tusen ord

«ASK for alle – symbolstotte i hverdagen»

Solfrid Lie, ISAAC-Norge. Spesialpedagog/ASK-pedagog, Kvadraturen videregående skole avdeling for hverdagslivstrening (HT), Kristiansand, Solfrid.lie@kvadraturen.vgs.no

Linn K. Kirkfjell, ISAAC Norge. Spesialpedagog/ASK-pedagog, Oslo Voksenopplæring Nydalen, Linn.kirkfjell@osloskolen.no

Tenk deg at du nettopp har kjøpt en stor kommode på Ikea. Du kommer hjem, spent på å sette den sammen. Men når du åpner bruksanvisningen, oppdager du at den kun består av tekst, uten noen illustrasjoner! Det ville vært en utfordring for de fleste av oss å få skrudd den sammen.

Vi omgis daglig av visuelle virkemidler. Bilder og symboler er naturlige elementer i alles hverdag. Illustrasjoner hjelper oss med å få oversikt eller raskt forstå en tekst. Universelle symboler viser oss hvor vi finner toaletter og nødutganger. Trafikkskilt gir bilister og andre trafikanter rask og effektiv informasjon. Vi bruker også emoji'er i tekstmeldinger og kommentarer.

Ida Marie Mundt, en av hovedforeleserne på den nasjonale ISAAC-konferansen 2023, forklarer i sin forelesning om «Talking Mats» at hjernen oppfatter symboler ti ganger raskere enn skrevne ord (Mundt, 2023). Symboler øker konsentrasjonen og evnen til å holde fokus, og støtter arbeidsminnet. Bilder og symboler vil derfor kunne være til stor hjelp i en rekke hverdagslige situasjoner, enten det er i skole, arbeid, bolig eller fritid.

Symboler som støtte i hverdagen

Eksempler på dette kan være dagtavler, arbeidsplaner, oppskrifter, tematavler, situasjonstavler, knipper og løse symboler, strategisk plassert i personers daglige miljø.

Symboler som støtte i samtaler

Symboler hjelper med forståelse, tolkning og bearbeiding av informasjon. De støtter hukommelsen og arbeidsminnet, som

er sentrale forutsetninger for abstrakt tenkning og problemløsning. Symboler kan derfor være nyttige i samtaler som krever tenkning og refleksjon (Mundt, 2023).

I motsetning til ord og håndtegn, forsvinner ikke symboler. De blir værende, slik at vi kan se, dvele ved, og bruke den tiden vi trenger for å tolke og forstå. Bruk av symboler i samtaler kan gjøre det enklere å uttrykke egne tanker og meninger, og gi større mulighet for aktiv medvirkning i avgjørelser som angår en selv.

Sosiale historier

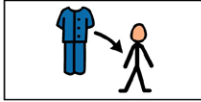
Siden visuelle fremstillinger letter arbeidsminnet, og gjør det enklere å kunne snakke om ting, blir bilder og symboler ofte benyttet i sosiale historier. (NB: Sosiale historier TM er utviklet av Carol Gray for mennesker med autisme, og følger helt spesifikke retningslinjer). I hverdagens praksis er man ikke nødvendigvis like «strenge» i utformingen av sosiale historier, – da benyttes begrepet mer om hvordan man kan benytte enkle historier for å hjelpe personer med å gjennomføre avtalte handlingsalternativer; som å puste og telle høyt, fremfor å slå. Sosiale historier kan bidra til å normalisere eksempelvis store følelser, og gjør det enklere å snakke om hva som kan være lurt og mindre lurt i ulike situasjoner, uten å måtte konfrontere personen direkte.

Talking Mats

Talking Mats er et gjennomarbeidet symbolbasert samtaleverktøy som forbedrer mulighetene for personer med kommunikasjonsvansker og/eller kognitive funksjonsnedsettelse til å kommunisere



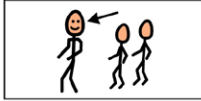
Hent arbeidstøy, bukse, T-shirt, genser/ jakke



Skift i garderoben



Vaske hender



Finn arbeidsleder



Første pause kl 10.00



Jobbe videre



Andre pause kl. 11.00



Jobbe videre



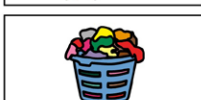
Gå på toalettet før lunsj



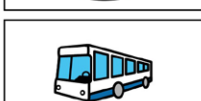
Lunsj kl. 12.00 - 12-30



Skifte i garderoben



Legge arbeidstøy i skittentøyskurver



Gå til bussen, som går 13.01

Hvordan kan vi være der for hverandre?

1. Hils.

Si hei, hallo, halla og god dag. Det gjør at andre føler seg sett og blir glade.



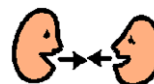
2. Gi ros.

Hvis du ser noen som gjør noe fint eller bra, si det til dem.



3. Snakk sammen.

Det er skikkelig fint å bli kjent med hverandre.



4. Inviter hverandre.

Spør om andre vil bli med hjem, leke, game, gå tur, ta følge, gjøre lekser, danse, spise middag eller noe annet gøy. Alt blir gøyere hvis vi deler det med andre.



5. Støtt andre.

Hvis du ser noen som blir behandlet urettferdig eller ikke har det bra, kan du støtte dem eller si fra til en voksen som kan hjelpe.



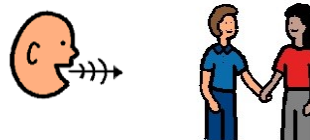
6. Lytt til hverandre.

Hvis du lytter til meg, så føler jeg meg viktig.

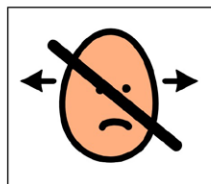


7. Pass på deg selv!

Hvis du har det vanskelig eller blir behandlet urettferdig, si fra til en god venn eller en voksen du er trygg på.



NÅR JEG IKKE FORSTÅR



Av og til forstår jeg ikke hva folk mener når de snakker til meg. Da kan jeg bli usikker og noen ganger veldig sint



I stedet for å bli sint, kan jeg heller be personen si det en gang til



Om jeg fortsatt ikke forstår, er det helt greit å si: "Jeg forstår ikke." Det er lurt å si det på en hyggelig måte



Folk liker når jeg sier i fra på en fin måte



Det er vanlig at folk av og til ikke forstår hverandre



Jeg kan være stolt av meg selv når jeg håndterer situasjoner på en rolig og hyggelig måte



