

## Communicatietips voor mensen met PPA en hun naasten

### Algemeen:

- Probeer omgevingsgeluid (radio, t.v., gepraat op de achtergrond) te beperken.
- Praat zoveel mogelijk in klein gezelschap of 1 op 1.
- Maak oogcontact voordat u begint met spreken.

### Voor de persoon met PPA:

- Neem de **tijd** om te spreken.
- Probeer eerst **rustig te bedenken** wat u wilt zeggen voordat u wat zegt.
- Lukt het niet om te zeggen wat u wilt? Probeer het op een andere manier:
  - **omschrijf** wat u bedoelt
  - probeer het op te **schrijven**
  - maak een **gebaar** of **tekening**
  - **wijs** naar een voorwerp of persoon waarover u iets wilt zeggen
    - maak ook gebruik van foto's, tablet/ipad en dergelijke.
  - **Laat** het onderwerp **rusten**. Kom er later op terug als het belangrijk is.
- Vraag om **herhaling** als u iets niet goed begrepen hebt.
- Vraag of men **belangrijke informatie** voor u wilt **opschrijven/ mailen**.
- Praten kan **vermoeiend** zijn. Houd daar rekening mee in de dagplanning.

### Voor de gesprekspartner van de persoon met PPA:

- Spreek rustig en duidelijk in korte zinnen.
- Stop maar 1 boodschap in de zin.
- Praat op een volwassen toon en een natuurlijk volume. Heel hard praten helpt niet.
- Bespreek samen hoe en wanneer u kunt helpen als het spreken vastloopt.

- Mogelijkheden van hulp bieden bij woordvindproblemen:
  - Probeer cue's te geven zoals: 'kun je omschrijven wat je bedoelt? Weet je met welke letter het woord begint? Kun je het opschrijven, tekenen, gebaren of aanwijzen?'
  - Probeer verduidelijkende vragen te stellen: 'Heeft het iets te maken met ....?'
  - Schrijf zelf keuzemogelijkheden op waaruit gekozen kan worden.
  - Vat samen wat de persoon met PPA tot dan toe gezegd heeft: bijv. 'je vertelde over het bezoek aan de buurman'.
  
- Stel vragen die makkelijker te beantwoorden zijn, als het spreken moeilijk is. Kies liever voor ja/nee-vragen en keuzevragen dan voor open vragen.
- Corrigeer fouten niet. Het gaat erom dat u elkaar begrijpt.
- Geef het duidelijk aan als u over wilt gaan naar een ander gespreksonderwerp.
- Verifieer regelmatig of je elkaar goed begrepen hebt.
- Als er miscommunicatie is, ga dan samen na of dit nú besproken/besloten moet worden, of dat het ook later kan.
- Als de frustratie te hoog op loopt, neem dan even afstand van dat onderwerp. Spreek af dat het later opnieuw zal worden besproken, en doe dat dan ook.
  
- Uitgebreide adviezen op maat kunnen worden gegeven door een (gespecialiseerde) logopedist bij u in de regio.

### **Hulpmiddelen:**

Probeer gebruik te maken van hulpmiddelen uit het dagelijks leven, zoals:

- Pen en papier
- Foto's en tekeningen
- Agenda en kalender
- Smartphone en tablet

Daarnaast zijn er ook Apps en communicatie hulpmiddelen die speciaal ontwikkeld zijn voor mensen met communicatie moeilijkheden. Voor mensen met PPA zijn er

geen speciaal ontwikkelde programma's. Er zal dus eerst uitgeprobeerd moeten worden of de persoon met PPA baat heeft bij het hulpmiddel. Een en ander hangt af van:

- Vaardigheden zoals geheugen en fijne motoriek
- Zelfstandig kunnen gebruiken of hierbij hulp nodig hebben
- Ondersteuning/hulp bij het leren omgaan en het gebruiken
- Motivatie

#### Voorbeelden van mogelijke hulpmiddelen:

Papier:

- Persoonlijk communicatieboek of -bord. (link)
- Het Gespreksboek (link afasienet)
- Legitimatie-kaartje 'Ik heb PPA' (link)

Apps:

- Communicado
- Second Voice
- Het gespreksboek (gratis Lite-versie)
- Gotalknow

Schaf niet zo maar een (duur) hulpmiddel aan. Kijk eerst goed wat de wensen en mogelijkheden zijn van de persoon met PPA. De logopedist kan u hierbij helpen. Voor het vinden van een communicatie hulpmiddel kunt u ook de volgende websites raadplegen:

<https://test.mediamens.nl/eizt/eizt-communicatie-keuzehulp>

<https://www.hulpmiddelenwijzer.nl>

#### **Ervaringsverhalen en lotgenotencontact:**

- Boek: 'Ik ben niet kwijt' - Sjef van Bommel
- Film: 'Acteur verliest woorden'
- Artikel: 'Our journey with PPA' – S. Rutherford (Engelstalig)

- Websites:
  - [www.raredementiasupport.org/ppa/](http://www.raredementiasupport.org/ppa/)
  - [www.mijnkijkopdementie.nl/primair-progressieve-afasie/](http://www.mijnkijkopdementie.nl/primair-progressieve-afasie/)
- Afasiesoos en Activiteitencentra (Afasiekoor, schilderen, e.d.)
- PPA-supportgroep
- Forum: [www.alzheimercentrum.nl/forums/](http://www.alzheimercentrum.nl/forums/)

**Bronnen:**

[www.afasienet.com](http://www.afasienet.com)

<http://tactustherapy.com/what-is-primary-progressive-aphasia-ppa/>

<http://brain.northwestern.edu/pdfs/PPA/PPAInformation2016.pdf>

<https://www.aphasia.org/aphasia-resources/communication-tips/>

[www.aphasia.org](http://www.aphasia.org)

[file:///C:/Users/antoi/Downloads/ppa%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/antoi/Downloads/ppa%20(2).pdf)

<http://caregivercommunication.weebly.com/focused-training.html>