

MiniGuide til
Intensive Interaction
Udvikling gennem glæde og nærvær



En e-bog til forældre, fagfolk og andre,
der gerne vil i gang med Intensive Interaction

**INTENSIVE
INTERACTION
DANMARK**



www.intensiveinteraction.dk

SAMARBEJDSPARTNER MED INTENSIVE INTERACTION INSTITUTE, UK



©Intensive Interaction Denmark 2015

www.intensiveinteraction.dk

Kære forælder eller fagperson,

Intensive Interaction er i udgangspunktet noget simpelt. Noget enkelt.

Intensive Interaction er en helt ny metode her i Danmark. Men samtidig kender mange alligevel indholdet i tilgangen. Det gør de, fordi den handler om noget, de fleste af os har lært ret tidligt i vores liv.

Nemlig:

- Overhovedet at lægge mærke til andre mennesker og kunne rette opmærksomheden mod dem
- At kunne dele aktiviteter og samspil med andre
- At kunne kommunikere på alle mulige måder – ikke kun med ord, men også med blikkontakt, ansigtsudtryk, kropssprog osv.
- Dybest set: at kunne lytte og blive lyttet til.
- At kunne kommunikere både om konkrete ting og om alle de mere u håndgribelige (men vigtige ting): følelser, dele sine oplevelser, bekræfte hinanden, forstå og blive forstået.

Dave Hewett og Melanie Nind, som har udviklet Intensive Interaction kalder den slags læring for "Kommunikationens basale grundlag." Det er den del af kommunikationen, som de fleste af os lærer, før vi lærer at tale.

Men selv om disse ting på en måde er simple og enkle (mange af os gør mange af disse ting uden overhovedet at tænke over det), så er det ikke sikkert, denne læring er *nem* for alle. For nogle kræver denne læring et særligt fokus og en metodisk tilgang. Det ved du sikkert rigtig meget om, hvis du arbejder med eller er forældre til en person med et kommunikativt handicap.

Hele denne enkle kommunikative læring, som vi ofte tager for givet, er samtidig meget kompleks. Tænk bare på alle vores små bevægelser med øjnene, ændringer i ansigtsudtryk, vejrtrækning og kropsholdning fra øjeblik til øjeblik osv. Og denne læring, som for de fleste sker tidligt i livet, er grundlag for megen anden læring.

Intensive Interaction går ud på at skabe denne læring og udvikling for mennesker, der ellers har haft svært ved både at forstå og blive forstået af andre. Det vil bl.a. sige mennesker med autismespektrumforstyrrelser, intellektuelt handicap, hjerneskade, multiple funktionsnedsættelser og sene stadier af demens.

Intensive Interaction bygger på omfattende viden fra udviklingspsykologien. Herfra ved vi, at hvis vi virkelig skal lære at være i kontakt, samspil og kommunikation med andre, så kan læringen *kun ske gennem glædesfyldt, meningsfuldt samspil*. Samspil, hvor begge parter har indflydelse på, hvad der sker, og hvor vi gør en særlig indsats for at lytte til den af parterne, der har mindst erfaring med at kommunikere.

For dig, der sidder med e-bogen her, vil det sige det barn eller den voksne med kommunikationshandicap, som du kender eller arbejder med.

Den vigtigste pointe er: tro på, at den vigtigste udvikling KUN kan ske gennem glæde og nærvær. Det betyder ikke, at det ikke kan kræve en indsats og anstrengelser, men fornemmelsen af – og ikke mindst glæden ved - at "have" hinanden er selve måleinstrumentet i Intensive Interaction. Det, at man fornemmer, at det, vi gør nu, gør vi sammen.

E-bogen her er en appetitvækker, som kan give dig inspiration til samværet med de børn og voksne, du er sammen med til daglig¹. Den er skrevet for at give dig lyst til at lære mere om en tilgang, som kan være livsændrende for mennesker, der er påvirket af kommunikative handicap.

Venlig hilsen



Ditte Rose Andersen

Psykolog (cand.psych.aut)

Intensive Interaction-koordinator og ejer

Intensive Interaction Danmark

¹ E-bogen er ikke en fuldstændig guide til Intensive Interaction og for at lære god Intensive Interaction-praksis af en høj, faglig standard, anbefales det, at du lærer mere om tilgangen gennem bøger, artikler, konferencer, kurser og uddannelse.

Hvorfor lave Intensive Interaction?

Du vil sikkert gerne vide, *hvordan* man laver Intensive Interaction. Du vil måske bare gerne i gang. Men det er en god idé, før dette, at gøre sig nogle tanker om, hvorfor, du gerne vil gøre det. Hvad er det, du skal i gang med, og hvilken udvikling fremmer det?

Når jeg underviser og træner forældre og fagfolk, bruger vi sammen god tid til at reflektere og tænke over, hvad selve *formålet* med Intensive Interaction er. Hvorfor lave Intensive Interaction? Den slags refleksioner gør dig bevidst om, hvad du arbejder på – også hvis det barn eller den voksne, du laver Intensive Interaction med, har brug for megen tid, og fremskridtene sker langsomt.

Samtidig hjælper det dig også til at kunne fortælle andre, hvorfor du prioriterer at sidde helt stille på gulvet i en halv time, hvor der *tilsyneladende* ikke sker så meget. Hvorfor det var vigtigt at blive stående ved spejlet på badeværelset og lave fjollede ansigter og lyde i ti minutter, selv om det unge menneske, du stod der med, var på vej i seng. Hvordan det kan være, at det at hjælpe en person over i liften til svømmehallen blev til en hyggelig dialog i stedet for en rutinehandling, der skulle overstås. Og dermed: Hvorfor det er så vigtigt at planlægge, så personen får masser af lejligheder til at have samspil. Hvorfor der intet mærkeligt er i at fordybe dig i at se på vand, der løber fra en kop til en anden, stille bondegårdsdyr op på række eller klappe en bestemt rytme sammen med netop dette barn eller denne voksne.

Ét kort men vigtigt svar på disse spørgsmål er, at man laver Intensive Interaction for at støtte den vigtigste udvikling overhovedet, nemlig udviklingen af *Det basale grundlag for kommunikation*.

Det basale grundlag for kommunikation

I den første bog om Intensive Interaction: "Access to Communication" (Dave Hewett og Melanie Nind 1994, David Fulton Publishers) beskrives *det basale grundlag for kommunikation* som en række elementer, der danner forudsætningen for, at vi mennesker kan kommunikere.

Mange med handicap har brug for rigelige lejligheder til at danne sig erfaringer med og gradvist at mestre mere og mere af dette basale grundlag for kommunikation.

Det gælder fx ofte ved

- Autismespektrumforstyrrelser (med/uden verbalt sprog), herunder Aspergers syndrom
- Intellektuelt handicap (mental retardering)
- Multiple funktionsnedsættelser (multihandicap)
- Cerebral Parese, hjerneskade, demens m.v.

Elementerne i det basale grundlag for kommunikation beskrives af Hewett og Nind som:

At forstå betydningen af fysisk nærhed og det at dele sit personlige rum. Fx det overhovedet at bemærke, at andre er til stede i rummet.



At lære at give først kortvarig, siden længerevarende opmærksomhed til en anden person; at have fælles opmærksomhed



At udvikle denne fælles opmærksomhed til sociale og fælles aktiviteter – Det at lære at have det sjovt med andre mennesker – lære at lege



At lære om turtagning i sociale udvekslinger



At lære at bruge og forstå blikkontakt og ansigtsudtryk



At lære om anden ikke-verbal kommunikation som fx gestus og kropssprog



At lære at bruge og forstå fysisk kontakt og nærhed som en del af kommunikationen



At lære at bruge stemmen til at lave lyde, som udvikler sig til mere varierede og langvarige vokaliseringer, der gradvist bliver mere præcise og meningsfulde (pludren, ord, sætninger)



*Endelig - og som en meget vigtig forudsætning for delt, meningsfuld kommunikation:
At lære at regulere og kontrollere følelsesmæssige responser og arousalniveau*



HUSK! "Kommunikationens basale grundlag" er den allerførste kommunikative læring. Samtidig er det meget, meget kompleks læring. Det er en læring, vi bruger hele livet, også selv om vi har talesprog. Dette grundlag gennemsyrrer al menneskelig kommunikation. Det bidrager til, at vi oplever glæden ved og muligheden for at dele erfaringer, læring, oplevelser og følelser med andre.

Hvordan fungerer Intensive Interaction?

I praksis er Intensive Interaction en fremadskridende udvikling af glædesfyldte og afslappede samspilssekvenser mellem dig og det barn eller den voksne, der er ved at lære/udbygge sin kommunikation. Simple, glædesfyldte, gentagne aktiviteter, der bygger fuldstændig på den viden om kommunikativ udvikling og læring, vi har fra spædbarnsforskning og udviklingspsykologi. Nemlig vores viden om, at kommunikationens basale grundlag udvikles ved, at omsorgspersoner bemærker, betragter og besvarer spædbarnets egne udspil.



Men når man har et kommunikativt handicap, sker denne udvikling ikke altid af sig selv – eller den er begrænset eller vanskelig. Det betyder ikke, at man ikke kan lære at kommunikere. Men der skal være nogle bestemte betingelser til stede for, at kommunikationens basale grundlag kan udvikles.

Afstemning til den, der er i gang med at lære at kommunikere, er fuldstændig afgørende. Lysten, modet og interessen i kommunikation, næres af oplevelsen af at blive set, hørt, forstået og besvaret. Og når et menneske har et kommunikativt handicap må vi bare være ekstra omhyggelige, fokuserede og metodiske, hvis vi skal se, bemærke og afstemme os, fordi signalerne måske ikke ligner dem, vi møder i andre dialoger, samspil og aktiviteter.

Når du afstemmer dig, sker der følgende:

- **Tempoet** bliver det rette tempo, fordi det er den andens tempo: Hun eller han kan følge med.
- **Indholdet** bliver interessant og forståeligt, fordi du tilpasser indholdet til det, den anden allerede ved, forstår og er optaget af
- **Kompleksiteten** er passende, fordi du kommer med svar, der er simple og passer til de handlinger, udspil og input, den anden kommer med.

Når du afstemmer dig til den anden, arbejder du derfor hele tiden på at opbygge en aktivitet, der er forståelig, interessant, relevant, motiverende og meningsfuld for den anden. Og hun eller han oplever hele tiden at få indflydelse på aktiviteter og samspil. Det er ikke svært at se, hvordan det betyder et optimalt læringsmiljø for det barn eller den voksne, du arbejder med.

Intensive Interaction udvikler det basale grundlag for kommunikation ved hele tiden at skabe aktiviteter og samspil, som bygger på de signaler, vi får fra personen selv. Det er det, der gør, at vi kan skabe og opbygge aktiviteter, som er forståelige, interessante, meningsfulde, motiverende og relevante for den person, du laver det sammen med – hvad enten det er dit barn eller en borger eller elev på din arbejdsplads.

Du skal hele tiden prioritere at betragte, bemærke og afstemme dig i forhold til alle de mange signaler, du får fra personen selv. For det er ved at gøre dette, at du kan afstemme tempoet, indholdet og kompleksiteten i det, I laver, til personen selv. Og hvis tempoet, indholdet og kompleksiteten passer personen godt, vil hun eller han opleve, at have indflydelse på og kontrol over, hvad der sker.

Hvad gør man?

Hvad der sker, er i grunden ganske simpelt:

- Du sætter eller placerer dig i nærheden af det barn eller den voksne, du er sammen med.
- Du venter, betragter og lægger mærke til hendes eller hans adfærd.
- Hun eller han gør noget, og du prøver at svare på det.
- Hvis hun eller han opfatter dit svar (fx at du gentager noget af vedkommendes adfærd), kan det være, du får et svar tilbage.
- Det kan du så svare på igen, og så er der en lille fælles, handlingssekvens i gang...

Som med spædbørn øves kommunikationens basale grundlag gennem frit flydende, glædesfyldte aktiviteter, og det danner grundlag for en kompleks læring.

Intensive Interaction er enkelt at beskrive. Det betyder ikke, at det altid er nemt med en person, der gennem lang tid har vænnet sig til at opbygge, forstå og navigere i verden på egen hånd. Eller en person, som på grund af sit handicap har meget atypiske, vage, flygtige, hurtige eller utydelige signaler. Det kan kræve øvelse at bemærke signaler, man ikke tidligere har lagt mærke til.

For de fleste er det nødvendigt med støtte til at få selve processen i gang gennem fx kurser, træning og supervision. Men alle kan med den rette øvelse lære tilgangen. De principper, du skal lære og øve dig i for at lave Intensive Interaction, kan du læse om på de følgende sider.

Før Intensive Interaction-aktiviteterne

Brug gerne tid på af og til bare at betragte den person, du vil lave Intensive Interaction med. Også selv om I kender hinanden. Brug tid på at få et dybere indblik i, hvad der optager hende eller ham, og hvilke aktiviteter, du måske kan blive inviteret ind i

Optag også gerne video. Det kan blive en stor hjælp senere i forløbet. Video er en vigtig del af alle kurser, trænings- og vejledningsforløb med Intensive Interaction. Du kan læse mere i litteraturen om, hvorfor videooptagelser er så vigtige!

Principper i Intensive Interaction

1. Én til én-kvalitetstid: Intensive Interaction finder sted, når to personer har tid, ro, rum og plads til at fokusere på hinanden. (Det betyder ikke nødvendigvis et privat og stille sted, og fokuseret tid kan være alt fra 10 sekunder til halve eller hele timer).



2. Afstemning: Afstem dig i forhold til den andens udspil og signaler. Alt, hvad du gør, er baseret på aflæsning af den anden og følsom afstemning til dette.



3. Tempo/hastighed Gå langsomt frem, og hold som udgangspunkt dine udspil tilbage. Tillad den anden at være ledende og tage føringen.



4. Responsivitet Aktiviteten opbygges gennem den andens udspil og dine svar. Svar ikke på alt, hvad den anden gør, men lad alt, hvad du gør, være et svar.



5. At imitere, kopiere og gå med: Dette er den simpleste og mest anvendte måde at besvare den andens udspil på. Det hjælper den anden til at forstå, at dét du gør, er et svar på, hvad han/hun gør



6. Brug simpel adfærd De input, du kommer med skal være meget simple og ukomplicerede. En god måde at sikre dette er at bruge imitation, kopiering og det at gå med i den andens aktiviteter.



7. Pauser Vær hele tiden parat til at holde pause, vent og lad din partner tænke og bearbejde det, der sker. Lad aktiviteten foregå i et behageligt tempo. Prøv at tøjle din trang til at drive aktiviteten fremad.



8. Fælles fornøjelse Først og fremmest skal du være parat til at nyde, og glædes over det, der sker mellem jer. Det skal føles sjovt, rart og rigtigt. Nyd den anden person i sig selv. Nyd alt det, hun eller han kan og kan finde på. Og nyd selvfølgelig de øjeblikke, hvor I gensidigt deler glæden over at være sammen uden anden dagsorden end at dele det, der sker her og nu!



De første skridt...

Intensive Interaction handler om udvikling gennem glæde og nærvær.

Om, hvordan du kan skabe den allervigtigste, mest kritiske og afgørende udvikling med udgangspunkt i det, der allerede er lige foran dig: De handlinger, præferencer, interesser, lyde, bevægelser, lege, aktiviteter, genstande og oplevelser, der allerede optager den person, du er forælder til eller arbejder med. Den verden, der allerede giver mening for ham eller hende.

Måske har du lyst til at gøre de første forsøg. Det er fint. Du kan afprøve de centrale, der præsenteres her i e-bogen. Intensive Interaction er enkel, naturalistisk tilgang, og det at prøve sig frem, vil ofte give fine oplevelser og fornemmelsen af, hvad det vil sige at arbejde med metoden.

Intensive Interaction er på én og samme tid naturligt og noget, der kræver øvelse. Det er en tilgang, som er simpel og som bygger på, at du følsomt og respektfuldt prøver dig frem. For at Intensive Interaction kan blive en del af din hverdag i hjemmet eller på arbejdspladsen er det vigtigt, at du prioriterer to ting.

1. Afslappet, rolig fokuseret tid og ro til at øve dig

Vær tålmodig med dig selv og tænk over, hvordan du i hjemmet eller på arbejdspladsen kan skabe små lommer af tid, hvor du kan øve dig. Den bedste måde at komme godt i gang er, at være blid og venlig ved sig selv, give sig selv god tid, ikke gøre for meget og se på sin egen indsats med åbne, milde øjne. Stress ikke over noget som helst i processen! Dette er en virkelig vigtig pointe.

Måske sker der ikke så meget i starten. En fin start på Intensive Interaction kan være bare det at sætte sig ned og betragte den anden. Lad være at forvente af dig selv eller den anden, at der skal ske en hel masse. For nogle mennesker kan det være en helt ny erfaring, at andre giver dem forsigtig, nærværende opmærksomhed uden at forvente eller kræve noget af dem. For et menneske med begrænset erfaring med kommunikation kan bare det at fravælge et samspil eller en aktivitet være en ny og vigtig erfaring. Oplevelsen af, at andre mennesker er tilgængelige, men samspillet foregår ens egne præmisser.

Det betyder også, at Intensive Interaction i starten kan være præget af megen tålmodighed og at en stor del af indsatsen ligger i bare at vente, betragte, holde sig parat. Det kan tage tid og øvelse at lære tilgangens principper og teknikker. Og på en

arbejdsplads eller i en travl hverdag vil et vigtigt første skridt være at begynde at tænke over, hvordan tiden og rummet til afslappet, fokuseret tid kan skabes.

2. Uddannelse og træning i Intensive Interaction

Principperne er enkle, og vi kender dem alle fra samspillet med spædbørn – i det hele taget er det principper, der er til stede i al vellykket, menneskelig kommunikation. Kommunikation finder sted, når vi afstemmer os i forhold til hinanden og deler interesser og handlingssekvenser.

Principperne er enkle, men det betyder ikke, at det altid er 'nemt' at lave Intensive Interaction med et menneske. Når den kommunikative udvikling har haft svære betingelser, kræver det en særlig lydhørhed, indsats og fokus at skabe denne afstemning og disse kommunikative aktiviteter. Og det kræver forståelse, indsigt og refleksion at tune sig ind på den type af fremskridt, der er afgørende både i ens egen praksis og hos den person, man arbejder med.

Her er uddannelse og træning en god hjælp, ligesom DVD'er, bøger og artikler kan være en hjælp for mange. Kurser og træningsforløb hjælper dig til koncentreret, metodisk og systematisk at forstå, lære og indøve tilgangens principper og teknikker. Uddannelse og træning er også af stor vigtighed for at få fornemmelsen af den dybde og kompleksitet, der samtidig ligger i den udvikling, Intensive Interaction bidrager til – trods tilgangens tilsyneladende simpelhed.

Arbejdet med Intensive Interaction er en rejse, som for mange indebærer nye indsigter, prioriteter og refleksioner. Og for mange er det en omvæltning, at den vigtigste udvikling virkelig kan foregå gennem glæde og nærvær.

Alle billeder af Ulla Rose Andersen fra "Håndbog i Intensive Interaction" af Dave Hewett et al. (bearbejdet til Dansk af Ditte Rose Andersen). Udkommer på CDR-Forlag 2015.

Se mere om tilgangen og om kurser, uddannelse, træning og supervision på:
www.intensiveinteraction.dk . Du kan også dele erfaringer med andre forældre og fagfolk på facebookgruppen "Intensive Interaction-brugere i Danmark"

Øvrige kilder

Hewett, D. & Nind, M. (1994) *Access to Communication* David Fulton Publishers

Schaffer, H.R. (2005) *Børnepsykologi* Hans Reitzels Forlag

Find også links, litteratur og ressourcer på: www.intensiveinteraction.co.uk