Асоциация
за Инсулт
и Афазия

гр. София, бул. Европа, 176
www.stroke.bg
info@stroke.bg
Тел:0879 222393

НАСОКИ ЗА ОБУЧЕНИЕ

по проекта „Аз общувам при афазия: в лекарски и стоматологичен кабинет“, финансиран по договор № СОА25-ДГ56-1932/18.07.2025 г. между Асоциация за инсулт и афазия и Столична община

Съдържание

I. Въведение 2
II. Основни принципи на обучението 2
III. Структура на обучителната сесия 3
IV. Обучение с недигиталните езикови карти 3
V. Обучение с приложението „Аз общувам“ 6
VI. Ежедневна домашна практика 8
VII. Роля на близките 8
VIII. Кога да се потърси специалист 8
IX. Общуването е възможно, когато: 9

Асоциация
за Инсулт
и Афазия

гр. София, бул. Европа, 176
www.stroke.bg
info@stroke.bg
Тел:0879 222393

I. Въведение

Настоящият комплект предлага ясни, прости и практични инструкции за обучение на хора с афазия да използват:

- недигиталните езикови карти, и
- мобилното приложение „Аз общувам“.

Основният принцип на проекта е:

„Общуването е възможно — с помощ, подкрепа и правилните инструменти.“

Комплектът е подходящ за:

- логопеди,
- близки и болногледачи,
- медицински специалисти,
- обучители по проекта.

Съдържанието е разработено по достъпен за широката общественост език, със стъпки, които лесно се прилагат в домашна и клинична среда.

II. Основни принципи на обучението

Принцип 1. Краткост и яснота

Използват се къси изречения, без сложна граматика.

Принцип 2. Демонстрация

Обучителят винаги показва първо → пациентът повтаря.

Принцип 3. Една инструкция наведнъж

Моделът е:

Стъпка 1 → Стъпка 2 → Стъпка 3

Без натрупване на много действия.

Принцип 4. Време за реакция

Изчаквай 5–10 секунди след всяка инструкция.

Принцип 5. Похвала

Хвалете даже малките успехи. Това поддържа увереността.

Принцип 6. Умора

гр. София, бул. Европа, 176
www.stroke.bg
info@stroke.bg
Тел:0879 222393

Сесиите са кратки: 15–30 минути с почивки.

Принцип 7. Право на контрол

Пациентът се учи да казва „Не разбирам“, „По-бавно“, „Повторете“.

Принцип 8. Персонализиране

Избират се само най-важните категории: болка, симптоми, лекарства, история, емоции, административни действия.

III. Структура на обучителната сесия

1. Подготовка — подреждане на карти или отваряне на приложението.
2. Въведение — кратко обяснение какво ще правите.
3. Демонстрация — обучителят показва.
4. Практика — пациентът изпълнява.
5. Ролева игра — симулация на лекарски преглед.
6. Оценка — обратна връзка и кратка похвала.
7. Домашна мини-задача — 3–5 минути дневно.

IV. Обучение с недигиталните езикови карти

1. Подготовка

Стъпка 1: Изберете тихо място.

Стъпка 2: Поставете само няколко карти пред човека.

Стъпка 3: Започнете с най-лесните категории:

- „Да“, „Не“, „Не знам“
- „Не разбирам“, „Повторете“, „По-бавно“
- „Боли ме“
- „Симптоми“

2. Етап 1: Запознаване с картите

гр. София, бул. Европа, 176
www.stroke.bg
info@stroke.bg
Тел:0879 222393

Стъпка 1: Кажете: „Тези картинки ще ти помагат да говориш.“

Стъпка 2: Покажете пример:

Посочете карта → произнесете значението ѝ.

Стъпка 3: Дайте време човекът да избере карта сам.

3. Етап 2: Основни отговори

Цел: пациентът да използва:

„Да“, „Не“, „Не знам“

Стъпка 1: Поставете две карти: „Да“ и „Не“.

Стъпка 2: Задавайте прости въпроси:

- „Това чаша ли е?“
- „Ти мъж/жена ли си?“

Стъпка 3: Пациентът посочва.

Стъпка 4: Добавете „Не знам“, когато се затвърди умението.

4. Етап 3: Контрол на разговора

Карти:

- „Не разбирам“
- „По-бавно“
- „Повторете“
- „Покажете ми“
- „Напишете“
- „Изчакайте“

Упражнение:

Стъпка 1: Говорете много бързо.

Стъпка 2: Попитайте: „Какво искаш да ми кажеш?“

→ Очаквано: карта „По-бавно“.

Повторете и с други ситуации.

5. Етап 4: Болка

гр. София, бул. Европа, 176
www.stroke.bg
info@stroke.bg
Тел:0879 222393

Цел: пациентът да може да покаже:

- къде боли,
- как боли,
- колко боли.

Локализация

Стъпка 1: Поставете карта „Боли ме“.

Стъпка 2: Поставете карти с части на тялото.

Стъпка 3: Попитайте: „Къде те боли?“

Характер

Изберете 2–3 за начало:

- остра
- тъпа
- пареща
- пулсираща

Стъпка 1: Покажете картите.

Стъпка 2: Попитайте: „Как те боли?“

Сила

Използвайте скала с лица или числа.

Стъпка 1: Покажете скалата.

Стъпка 2: Попитайте: „Колко те боли?“

6. Етап 5: Симптоми

Работете по малки групи:

- дишане (задух, сърцебиене)
- стомах (гадене, повръщане)
- неврологични (виене на свят, проблем с говора)

Стъпка 1: Показвайте 3–4 симптома.

Стъпка 2: Попитайте: „Имаш ли това?“

Стъпка 3: Човекът сочи „Да“/„Не“.

Стъпка 4: Създайте „лично табло“ – най-честите 6–8 симптома.

гр. София, бул. Европа, 176
www.stroke.bg
info@stroke.bg
Тел:0879 222393

7. Етап 6: Медицинска история, лекарства, алергии

Стъпка 1: Показвайте карти: „Инсулт“, „Диабет“, „Кръвно“.

Стъпка 2: Попитайте: „Имаш ли това?“

Стъпка 3: При лекарства:

„Пиеш ли тези лекарства?“ → избор на карта.

8. Етап 7: Ролеви игри

Сценарии:

- Преглед при личен лекар
- Преглед при стоматолог
- Спешна ситуация

Стъпка 1: Разпределете роли (лекар – пациент).

Стъпка 2: Използвайте само карти за отговори.

Стъпка 3: Обсъдете след края кое е било трудно.

V. Обучение с приложението „Аз общувам“

1. Подготовка

Стъпка 1: Отворете приложението.

Стъпка 2: Уверете се, че звукът е включен.

Стъпка 3: Поставете устройството удобно.

2. Етап 1: Ориентация

Стъпка 1: Покажете как се сменят страниците.

Стъпка 2: Нека пациентът опита сам.

Стъпка 3: Дайте време.

3. Етап 2: Основни отговори и контрол

гр. София, бул. Европа, 176
www.stroke.bg
info@stroke.bg
Тел:0879 222393

Стъпка 1: Отворете таб „Основни отговори“.

Стъпка 2: Практикувайте „Да“, „Не“, „Не знам“.

Стъпка 3: Използвайте фиксираната лента „Контрол на разговора“.

4. Етап 3: Работа по категории

Практика с:

- болка
- симптоми
- части на тялото
- история
- емоции

Стъпка 1: Нека пациентът натиска иконите.

Стъпка 2: Слушайте заедно аудиото.

Стъпка 3: Повторете упражнението с инструкции:

„Натисни картинката за главоболие.“

„Покажи как се чувстваш.“

5. Етап 4: Комбиниране

Стъпка 1: Натиснете „Боли ме“.

Стъпка 2: Отидете към част от тялото.

Стъпка 3: Изберете „глава“ / „ръка“ / „крак“.

6. Етап 5: Подготовка за лекар

Стъпка 1: Минете през симптоми.

Стъпка 2: Минете през болки.

Стъпка 3: Изберете лекарства и алергии.

Стъпка 4: Добавете най-важните в „любими“.

гр. София, бул. Европа, 176
www.stroke.bg
info@stroke.bg
Тел:0879 222393

VI. Ежедневна домашна практика

Сутрин (3–5 минути):

- „Как се чувстваш?“ → пациентът избира карта/икона.
- „Имаш ли болка?“ → посочване на карта.

Следобед (5–10 минути):

- 2–3 упражнения:
    - Да/Не
    - Контрол на разговора
    - Болка

Вечер (2 минути):

- Кратък преглед:

„Днес ти се справи добре с...“

VII. Роля на близките

Близките са ключови. Тяхното поведение определя успеха.

Основни правила:

Стъпка 1: Говорете бавно и ясно.

Стъпка 2: Изчаквайте дълго.

Стъпка 3: Не говорете вместо пациента.

Стъпка 4: Позволете му да използва картите самостоятелно.

Стъпка 5: Похвалете всеки успех.

VIII. Кога да се потърси специалист

Не отлагайте, ако забележите:

- внезапно влошаване на говор или разбиране;
- нова слабост, силна болка, нов симптом;
- объркване или рязка промяна в поведението;
- невъзможност да използва карти/приложение, ако преди го е могъл.

Асоциация
за Инсулт
и Афазия

гр. София, бул. Европа, 176
www.stroke.bg
info@stroke.bg
Тел:0879 222393

IX. Общуването е възможно, когато:

- използваме ясни стъпки,
- даваме време,
- работим с търпение,
- комбинираме карти и приложение.

Вашата подкрепа е част от възстановяването.

Езиковите карти и приложението са инструмент —

Човекът остава в центъра.