

Handreiking voor het ondersteunen van cliënten met stem- en verstaanbaarheidsklachten bij het uitvoeren van huiswerkopdrachten

Onderzoek in de logopedische opleidingskliniek van Hogeschool Utrecht

Auteurs: Patricia van Nuland
Marissa van der Post
Sandy Wempe

Opdrachtgever: Leonoor Oonk
Projectbegeleider: Suzanne Jansen-Spit
Tweede beoordelaar: Else de Haan

*Afstudeerproject Logopedie
Hogeschool Utrecht, juni 2014
marissa.vanderpost@outlook.com*



**Handreiking voor het ondersteunen van cliënten met stem- en
verstaanbaarheidsklachten bij het uitvoeren van
huiswerkopdrachten.**

Onderzoek in de logopedische opleidingskliniek van Hogeschool Utrecht

Afstudeerproject Logopedie
Hogeschool Utrecht, juni 2014

Patricia van Nuland
Marissa van der Post
Sandy Wempe

Opdrachtgever: Leonoor Oonk
Projectbegeleider: Suzanne Jansen-Spit
Tweede beoordelaar: Else de Haan

© Utrecht, juni, 2014

Publicatie van dit verslag en de bijbehorende documenten en producten is slechts toegestaan na voorafgaande schriftelijke instemming van de opleiding Logopedie van de Hogeschool, de opdrachtgever en de begeleider.

Inleiding

Deze handreiking is voortgekomen uit een afstudeeronderzoek van logopedie studenten aan Hogeschool Utrecht. Het doel van het afstudeeronderzoek was onderzoeken welke strategieën een student logopedie kan aanwenden om de cliënt met stem- en/of verstaanbaarheidsklachten te ondersteunen om zijn logopedisch huiswerk zo effectief mogelijk uit te voeren zodat dit bijdraagt aan een maximaal therapieresultaat. In de opleidingskliniek logopedie van Hogeschool Utrecht bestond namelijk veel onduidelijkheid over de manier van aanbieden en ondersteunen van huiswerk in de logopedische behandeling.

Onderzoek

Voorafgaand aan het opzetten van deze handreiking, is een beschrijvend onderzoek gedaan waarin een literatuurstudie en een uitgebreid praktijkonderzoek zijn uitgevoerd. Het praktijkonderzoek bestond uit een observatieonderzoek in de logopedische opleidingsklinieken van Hogeschool Utrecht, interviews met de behandelde cliënten en interviews met de behandelende studenten.

Voor meer informatie over het onderzoek verwijzen wij u graag naar het projectverslag van dit afstudeerproject: 'Beschrijvend onderzoek naar het ondersteunen van cliënten met stem- en verstaanbaarheidsklachten bij het uitvoeren van huiswerkopdrachten.' (Nuland, van, Post, van der & Wempe, 2014)

Doel handreiking

Met deze handreiking willen wij de studenten, maar mogelijk ook logopedisten in het werkveld, handvatten geven om cliënten te kunnen ondersteunen bij hun huiswerkopdrachten. Het doel van deze handreiking is dan ook het ondersteunen van studenten in de logopedische opleidingskliniek van Hogeschool Utrecht bij het bedenken, meegeven en evalueren van huiswerkopdrachten. Hierbij komen verschillende strategieën en aspecten aan bod die studenten, maar ook logopedisten in het werkveld, kunnen aanwenden.

Inhoud van deze handreiking

In deze handreiking zullen de verschillende aspecten naar voren komen die volgens Van Nuland, van der Post & Wempe (2014) belangrijk blijken te zijn bij het bedenken, meegeven en evalueren van huiswerk. Per aspect wordt er een beschrijving gegeven van de strategie, worden er tips gegeven bij de strategie en wordt er een voorbeeld geïllustreerd. Aan het eind van deze handreiking is een samenvatting bijgevoegd van alle strategieën en tips in de vorm van een uitneembare checklist. Deze kan tijdens het voorbereiden van de behandeling, of tijdens de behandeling zelf, steun bieden aan de (student-) logopedist.

Bevorderen van de adherence

Uit de literatuur blijkt dat de adherence van je cliënt een grote rol speelt bij het wel of niet uitvoeren van het huiswerk en bij de mate waarin het huiswerk uitgevoerd wordt. Onder adherence verstaan we de mate van toewijding van de cliënt. Dit betreft motivatie van de cliënt en de mate waarin adviezen van de therapeut opgevolgd worden. De strategieën om de adherence van je cliënt te bevorderen, liggen dus aan de basis van het huiswerk meegeven.

Tips ter bevordering van de adherence:

- Zorg voor een gelijkwaardige relatie met je cliënt (Zie 'Samenwerking tussen cliënt en therapeut')
- Stel in overleg met je cliënt HAALBARE doelen op
- Stel in overleg met je cliënt een behandelplan op
- Geef gerichte informatie, geef ruimte voor de cliënt om mee te beslissen en zorg ervoor dat gevoelens geuit kunnen worden en vragen gesteld kunnen worden
- Zorg dat het voor je cliënt duidelijk is wat zijn klacht precies inhoudt
- Zorg voor niet te veel oefeningen: Hoe meer oefeningen, hoe ongunstiger het effect is op compliance/adherence

Voorbeeld

Manieren om bovenstaande tips in de praktijk uit te voeren zijn bijvoorbeeld:

- Vraag je cliënt wat hij uiteindelijk wil bereiken en vorm dit om tot een doel.
- Vraag je cliënt hoe hij de behandeling ziet. Bespreek vervolgens jouw behandelplan met de cliënt en vraag hierbij of hij andere ideeën heeft bij de behandeling of eventueel aanvullingen of aanpassingen ziet.
- Geef aan dat je cliënt altijd vrij is om dingen te vragen of zijn mening te geven door dit expliciet te vertellen aan je cliënt.

Samenwerking tussen de cliënt en therapeut

In de logopedische behandeling is het belangrijk om een gelijkwaardige relatie met je cliënt te hebben. Het blijkt namelijk dat relatief veel patiënten leefstijladviezen 'zoals voorgeschreven' niet opvolgen (Sassen, 2011). Het is uiteindelijk aan de cliënten om te bepalen wat belangrijk is en welk gedrag zij willen veranderen (Department of Health London, 2005). Samen zoeken naar de beste manier om te oefenen, zal het oefengedrag van je cliënt dus verbeteren en zal op die manier bijdragen aan een maximaal therapieresultaat.

Tips ter bevordering van de samenwerking

- Bespreek mogelijke problemen die je cliënt verwacht bij het oefenen
- Bespreek de problemen en zoek samen met je cliënt naar oplossingen als het je cliënt niet gelukt is om te oefenen
- Geef je cliënt inspraak tijdens de behandeling: Geef de cliënt keuzes en vraag wat hij fijn vindt
- Zoek samen met je cliënt naar:
 - momenten en manieren om de oefeningen in het dagelijks leven in te passen
 - haalbare en passende oefeningen; Welke oefening vindt de cliënt prettig/nuttig?
 - een haalbare oefenfrequentie
- Leg je cliënt uit dat hij zelf invloed heeft op zijn klacht

Voorbeeld

Aan het eind van de behandeling wordt het huiswerk meegegeven. De therapeut vraagt de cliënt; *“Ik merkte dat je de laatste oefening moeilijk vond. Durf je het aan om dit thuis te oefenen of wil je liever dat we deze oefening volgende week samen verder oefenen?”*

Ook vraagt de therapeut: *“Zijn er momenten op de dag dat je deze oefeningen kunt doen? Kun je er een paar bedenken voor mij?”*

Op deze manier laat de therapeut de cliënt zelf nadenken over gunstige momenten en met de eerste vraag geeft de therapeut de cliënt inspraak in welke oefeningen het huiswerk wordt.

Concrete afspraken

Cliënten blijken behoefte te hebben aan concrete afspraken, aldus Van Nuland, van der Post & Wempe (2014). Heldere afspraken die in overleg tot stand zijn gekomen, maken dat de cliënt deze beter uitvoert (Burg, van der & Verhulst, 2009). Hoe concreter de afspraken, mits haalbaar, des te duidelijker is het voor de patiënt wat hem te doen staat.

Tips bij het maken van concrete afspraken

- Zorg dat alle variabelen besproken zijn:
 - Wat: Welke oefeningen moeten worden gedaan?
 - Frequentie: Hoe vaak moet er geoefend worden?
 - Duur: Hoelang moet er per keer geoefend worden?
 - Tijdstip: Wanneer moet/kan er geoefend worden?
- Maak hier SAMEN concrete afspraken over
- Zorg dat de afspraken haalbaar zijn
- Zet de afspraken op papier
- Zorg dat de oefeningen specifiek zijn en dat ze duidelijk en eenduidig geformuleerd zijn

Voorbeeld

Een voorbeeld van concrete afspraken die gemaakt wordt, is de volgende:

Tijdens het meegeven van het huiswerk wordt besproken met de cliënt hoe vaak en hoe lang de oefening uitgevoerd moet worden; *“Het is het beste om deze oefening minimaal 3x per dag 5 minuutjes te doen, gaat dat lukken?”* *“Ja, hoor! Misschien lukt het wel vaker, want ik weet nu al een aantal momenten waarop ik op mijn houding kan letten!”* *“Heel goed, wat zullen we afspreken dan? 4x per dag, 5 minuten?”* *“Ja dat is prima, dat gaat mij lukken!”*

Oefeningen in de behandeling implementeren

De huiswerkoefeningen die je je cliënt meegeeft, komen vaak aan bod in de behandeling. Het is echter belangrijk om aan verschillende aspecten te denken bij het opnemen van de oefening in je behandelsessie (Nuland, van, Post, van der & Wempe, 2014).

Tips bij het implementeren van huiswerkoefeningen in de behandeling

- Demonstreer de oefening voor je cliënt, zodat hij een voorbeeld heeft
- Laat je cliënt de huiswerkoefening oefenen in de behandeling
- Geef je cliënt hier feedback op (zie ook ‘Feedback geven’)
- Vraag je cliënt eerst naar zijn mening over de oefening en geef daarna pas jouw oordeel
- Geef je cliënt ruimte om vragen te stellen
- Maak het doel van de huiswerkoefeningen duidelijk aan je cliënt

- Vermijd vaktermen bij je uitleg of leg deze anders uit aan je cliënt

Voorbeeld

Tijdens de behandeling komt een oefening aan bod die ook als huiswerk wordt meegegeven. De cliënt doet een oefening van Coblenzer met het loslaten van de buik. Dit is al eerder is geoefend. Echter komt nu de kaakval erbij. De logopedist doet deze oefening eerst voor. Daarna vraagt zij de cliënt met haar mee te doen. Daarna pas mag de cliënt de oefening zelf uitvoeren. De logopedist geeft de cliënt hier bruikbare feedback op: 'Oke, je liet je kaak mooi vallen gelijk hier! Hou dit vol. Probeer nu alleen je buik ook direct los te laten.'

Feedback geven

Feedback geeft je cliënt inzicht in de mate waarin hij erin is geslaagd om te leren en/of te veranderen, en in de mate waarin veranderingen effectief zijn (Bandura, 1986).

Tips bij het geven van feedback

- Geef specifieke feedback
 - Benoem precies wat je ziet en/of hoort
 - Benoem WAT je goed vindt gaan/ WAT er beter kan i.p.v. algemeen te blijven. Dus "Deze /oe/ klonk mooi rond" i.p.v. "goed zo".
- Geef positieve feedback
 - Geef complimenten
 - Laat je waardering blijken voor alles wat gelukt is
 - Maak gebruik van 'shaping':
Bekrachtig elk gedrag dat dicht bij het bedoelde gedrag komt en verscherp bij regelmatig voorkomen de eisen voor je bekrachtiging tot uiteindelijk enkel het bekrachtigen van het gewenste gedrag.

Voorbeeld

Hier wordt dezelfde situatie als hierboven geschetst met de stemcliënt die een oefening van Coblenzer doet. De logopedist geeft feedback: 'Oke, je liet je kaak mooi vallen hier! Hou dit vol. Probeer nu alleen je buik ook direct los te laten.'

Hier is de feedback specifiek omdat de logopedist precies benoemt welk aspect goed ging en wat niet. Daarnaast is de feedback tevens positief, aangezien de logopedist de cliënt eerst complimenteert met haar goede kaakval.

Wijze van meegeven

De wijze waarop je het huiswerk meegeeft aan je cliënt, heeft een grote invloed op de uitvoering van het huiswerk. Uit het onderzoek kwamen verschillende aspecten naar voren die hierbij belangrijk bleken (Nuland, van, Post, van der & Wempe, 2014).

Tips voor de wijze van meegeven

- Geef de oefeningen schriftelijk mee. Je cliënt kan hierop terug vallen wanneer hij/zij het even niet meer weet
- Zet ook de instructie op papier voor je cliënt
- Zet ook de gemaakte (concrete) afspraken op papier erbij
- Geef zo mogelijk geïllustreerde huiswerkopdrachten mee
- Zet ook audio- en video-opnames in bij de huiswerkopdrachten: Zo kunnen cliënten

precies terugluisteren of zien hoe de oefening uitgevoerd dient te worden.

Voorbeeld:

Bij het aanleren van klanken: Geef een opname mee waarop de klank juist wordt uitgesproken door jou zelf. Je cliënt kan dit thuis afspelen en heeft zo ook een voorbeeld als hij thuis oefent.

Laat een stempatiënt zichzelf filmen tijdens de beroepsuitoefening om te zien hoe hij/zij zijn oefeningen daar toepast.

Evalueren van het huiswerk

Je cliënt heeft de vorige behandeling huiswerk meegekregen en komt nu terug voor de volgende behandeling. Cliënten blijken het fijn te vinden dan weer samen met de therapeut naar het huiswerk te kijken en hier feedback op te krijgen (Nuland, van, Post, van der & Wempe, 2014). Hier speelt de samenwerking tussen de cliënt en de therapeut weer een grote rol.

Tips bij het evalueren van het huiswerk

- Vraag na hoe het thuis oefenen is gegaan
- Ga na in hoeverre het je cliënt gelukt is om het huiswerk uit te voeren
- Vraag expliciet na wat er niet gelukt is
- Vraag door: Wat is er gelukt? Wat is niet gelukt? Wat was er precies zo moeilijk aan?
- Zoek SAMEN met je cliënt naar oplossingen als het je cliënt niet gelukt is om te oefenen
 - Denk samen na over concrete acties
 - Zorg voor routine in het oefenen: Stel vaste momenten om te oefenen voor
 - Vergeet iemand te oefenen? Breng een reminder aan op vaste plekken
- Laat je cliënt een stukje van het huiswerk doen in de behandeling. Zo kun je zien hoe hij het thuis heeft uitgevoerd
- Geef hierop feedback (zie 'Feedback geven')

Voorbeeld

Cliënt X reageert op de vraag hoe het afgelopen week is gegaan met oefenen: *"Nou eerlijk gezegd niet zo goed. Ik heb het ook zo druk gehad."*

De logopedist stelt vervolgens meerdere vragen met tussenpozen waarin de cliënt kan reageren: *"U heeft het druk gehad zegt u. Waarom is het precies niet gelukt met oefenen? Bent u het door de drukte vergeten, of had u er geen tijd voor? In hoeverre is het niet gelukt om te oefenen? Heeft u helemaal niet kunnen oefenen of wel een deel?"*

Op deze manier wordt precies duidelijk wat er aan de hand is en kan er vervolgens gezocht worden naar een oplossing: *"Zijn er achteraf gezien momenten geweest wanneer u het wel had kunnen doen?" "Is het een idee om iedere dag dit moment te pakken om te oefenen? Of ziet u daar een ander geschikt moment voor?" "Waar heeft u uw oefeningen liggen? Is het een idee om deze op een prominente plek te leggen waar u vaak komt? Of om een briefje ergens op te hangen? Wat vindt u een handige manier om u te helpen herinneren aan de oefeningen?"*

Overige tips

Naast bovenstaande, gecategoriseerde tips, zijn er nog een aantal aanbevelingen uit het onderzoek naar voren gekomen (Nuland, van, Post, van der & Wempe, 2014). Deze vallen niet perse onder één van bovenstaande strategieën. Echter betekent dit niet dat ze onbelangrijk zijn!

Let op:

- Vraag ook eens halverwege het behandelproces naar de mening van de cliënt over de afgelopen behandelingen en wat hij/zij anders zou willen
- Om relatie tussen cliënt en therapeut te optimaliseren: geef de cliënt inspraak, vraag toestemming voor aanraken en blijf altijd vrolijk en positief naar de cliënt toe
- Neem de tijd voor afronding van de behandeling, zodat je genoeg tijd hebt om het huiswerk goed mee te geven
- Geef bij het afronden van de behandelperiode een vervolgadvis en betrek hierin het thuis (blijven) oefenen

Literatuurlijst

Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: a social cognitive theory*. Englewood Cliffs: Prentice Hall.

Burg, M.L.A. van der & Verhulst, F.J.C.M. (2009). *Doen en blijven doen. Voorlichting en compliancebevordering door paramedici*. Houten: Bohn Stafleu van Lochem.

Department of Health London (2005). Improving health: changing behaviour. NHS Health trainer handbook. Verkregen op 21 maart, 2014, via <https://www.ideals.illinois.edu/bitstream/handle/2142/46248/NHS%20Health%20Trainer%20Workbook%20-Susan%20Michie,%20et%20al%20-%20%20England.pdf?sequence=2>

Nuland, P.S. van, Post, M. van der & Wempe, S.M.H. (2014). *Beschrijvend onderzoek naar het ondersteunen van cliënten met stem- en verstaanbaarheidsklachten bij het uitvoeren van huiswerkopdrachten: onderzoek in de logopedische opleidingskliniek van Hogeschool Utrecht*. Afstudeerscriptie opleiding logopedie. Utrecht: Hogeschool Utrecht.

Sassen, B. (2011). *Gezondheidsbevordering en preventie door paramedici*. Amsterdam: Reed Business.

Alle strategieën op een rij

Hieronder een bruikbare checklist met alle bovengenoemde tips. Deze kan eventueel tijdens de behandeling geraadpleegd worden.

Adherence bevorderen	☐ Zorg voor een gelijkwaardige relatie met je cliënt ☐ Stel in overleg met je cliënt HAALBARE doelen op ☐ Stel in overleg met je cliënt een plan op ☐ Geef gerichte informatie ☐ Geef ruimte voor je cliënt om mee te beslissen ☐ Zorg ervoor dat gevoelens geuit kunnen worden en vragen gesteld kunnen worden. ☐ Zorg dat het voor je cliënt duidelijk is wat zijn klacht precies inhoud ☐ Zorg voor een haalbaar aantal oefeningen
Samenwerking	☐ Bespreek mogelijke problemen die je cliënt verwacht bij het oefenen ☐ Bespreek de problemen en zoek samen met je cliënt naar oplossingen als het je cliënt niet gelukt is om te oefenen ☐ Geef je cliënt inspraak tijdens de behandeling: Geef de cliënt keuzen en vraag wat hij fijn vindt ☐ Zoek samen met je cliënt naar: ○ momenten en manieren om de oefeningen in het dagelijks leven in te passen ○ passende oefeningen ○ een haalbare frequentie ☐ Zorg dat de huiswerkopdrachten haalbaar zijn voor je cliënt ☐ Leg je cliënt uit dat hij zelf invloed heeft op zijn klacht
Concrete afspraken	☐ Zorg dat alle variabelen besproken zijn: ○ Wat ○ Frequentie ○ Duur ○ Tijdstip ☐ Maak hier SAMEN concrete afspraken over ☐ Zorg dat de afspraken haalbaar zijn ☐ Zet de afspraken op papier ☐ Zorg dat de oefeningen specifiek zijn en dat ze duidelijk en eenduidig geformuleerd zijn
Huiswerk in de behandeling	☐ Demonstreer de oefening voor je cliënt ☐ Laat de cliënt de huiswerkoefening oefenen in de behandeling ☐ Geef je cliënt hier feedback op ☐ Vraag je cliënt eerst naar zijn mening over de oefening en geef daarna pas jouw oordeel. ☐ Geef je cliënt ruimte om vragen te stellen ☐ Maak het doel van de huiswerkoefeningen duidelijk ☐ Vermijd vaktermen bij je uitleg of leg deze anders uit
Feedback	☐ Geef specifieke feedback ○ Benoem precies wat je ziet en/of hoort ○ Benoem WAT je goed vindt gaan/ WAT er beter kan i.p.v. algemeen te blijven ☐ Geef positieve feedback

	○ Geef complimenten ○ Laat je waardering blijken over alles wat gelukt is ☐ Maak gebruik van 'shaping'
Wijze van meegeven	☐ Geef de oefeningen schriftelijk mee ☐ Zet ook de instructie op papier voor je cliënt ☐ Zet ook de gemaakte (concrete) afspraken op papier erbij ☐ Geef zo mogelijk geïllustreerde huiswerkopdrachten mee ☐ Zet ook audio- en video-opnames in bij de huiswerkopdrachten
Evalueren	☐ Vraag na hoe het thuis oefenen is gegaan ☐ Ga na in hoeverre het je cliënt gelukt is om het huiswerk uit te voeren ☐ Vraag expliciet na wat er niet gelukt is ☐ Vraag door: Wat is er gelukt? wat is niet gelukt? Wat was er precies zo moeilijk aan? ☐ Zoek SAMEN met je cliënt naar oplossingen als het je cliënt niet gelukt is om te oefenen ○ Denk samen na over concrete acties ○ Zorg voor routine in het oefenen: Stel vaste momenten om te oefenen voor ○ Vergeet iemand te oefenen: Breng reminder aan op vaste plekken. ☐ Laat je cliënt een stukje van het huiswerk doen in de behandeling ☐ Geef hierop feedback
Extra tips	☐ Vraag ook eens halverwege het behandelproces naar de mening van je cliënt over de afgelopen behandelingen en wat hij/zij anders zou willen ☐ Om relatie tussen cliënt en therapeut te optimaliseren: geef je cliënt inspraak, vraag toestemming voor aanraken en blijf altijd vrolijk en positief naar je cliënt toe ☐ Neem de tijd voor afronding van de behandeling, zodat je genoeg tijd hebt om het huiswerk goed mee te geven ☐ Geef bij het afronden van de behandelperiode een vervolgadvis en betrek hierin het thuis (blijven) oefenen