

“Stotters.nl”: Lifetime zorg via een interactieve website

Anne van Eupen, Gitte Hartjesveld, Anja v.d.Vlist-Pluut, Dineke Wessels, 2015

Leden zijn logopedist en en gespecialiseerd Stottertherapeut,

Lid van NVLF en NVST en voeren voor de Nederlandse Vereniging voor Stottertherapie een werkplan uit ter verbetering van het vakgebied in de werkgroep “nazorg”

Nazorg is een belangrijke factor voor succes bij de behandeling van mensen die stotteren of broddelen. Hoe onderhoudt de cliënt zijn/haar lichaamsbewustzijn, zijn/haar emotionele weerbaarheid, zijn/haar controle over zijn spreken zodanig dat de timingsstoornis geen belemmering meer vormt in zijn/haar communicatie?

De recent ontwikkelde interactieve website “Stotters” biedt de cliënt de mogelijkheid in het zelf onderhouden van spreekvaardigheden door **actieve participatie** in een sociaal netwerk. Deze Lifetime nazorg-site werd ontwikkeld door vier stottertherapeuten in samenwerking met cliënten en de Hogeschool Arnhem-Nijmegen en werd in 2014 aangeboden aan de patiëntenbelangenvereniging Demosthenes en in samenwerking met de NFS en Demosthenes geïmplementeerd. Met dank aan het Damsté- Terpstra Fonds en All-in OneSoftware.

Startfase project nazorg:

In opdracht van de NVST werkgroep, werd al in 2006 door studenten van de opleiding logopedie van de Hogeschool Arnhem-Nijmegen een inventarisatie en behoeftepeiling van nazorg bij mensen die stotteren met een afgeronde stotterbehandeling.

Het doel was het onderzoeken uit welke specifieke behoefte(n) de nazorg bij volwassen mensen die stotteren voor een bepaald onderdeel van de afgeronde stotterbehandeling bestaat. Het tweede doel was het onderzoeken uit welke specifieke vorm van nazorg de behoefte bij volwassen mensen die stotteren met een afgeronde stotterbehandeling bestaat. Er is gebruik gemaakt van een enquête-vorm. Deze enquête werd zowel schriftelijk als online opgesteld. De respondenten zijn verworven via websites, zelfhulpgroepen en stottertherapeuten. De steekproef bestond uit 46 respondenten uit Nederland (87%) en België (13%).

In onderstaand tabel wordt in kaart gebracht welke vormen van nazorg op dat moment wel en niet gebuikt worden door de respondenten.

	Ja	Nee	Totaal
Zelfhulpgroep	43,5%	56,5%	100%
Opfrisdagen	26,1%	73,9%	100%
Controleafspraken	21,7%	78,3%	100%
Buddy	28,3%	71,7%	100%
Telefonisch contact	26,1%	73,9%	100%
Email contact	41,3%	58,7%	100%
Dagboek	23,9%	76,1%	100%
Reminders	26,1%	73,9%	100%
Evaluatieschema	26,1%	73,9%	100%

Tabel 1. Gebruik vormen van nazorg door respondent (N=46)

Een aantal weergaves uit deze enquête die van belang zijn geweest voor de ontwikkeling van de nazorg site zijn:

Bent u tevreden over de volgende punten?

In onderstaande tabel wordt weergegeven of de respondent tevreden is over zijn eigen invulling van nazorg.

	Ja	Enigszins	Nee	Totaal
Manier van spreken	52,2%	8,7%	39,1%	100%
Oefenpatroon	39,1%	28,3%	32,6%	100%
Gekregen adviezen	69,6%	4,3%	26,1%	100%
Omgaan terugval	60,9%	13,0%	26,1%	100%

Tabel 5. Tevredenheid respondent over eigen invulling van nazorg (N=46)

In welke mate is er behoefte aan nazorg voor een bepaald onderdeel van therapie bij volwassen mensen die stotteren met een afgeronde stotterbehandeling? Overzicht van categorieën respondenten en hun specifieke behoeften aan nazorg (rood= welke categorie in vergelijking het meeste behoefte heeft aan nazorg)

	Woonsituatie	Werksituatie	Leefsituatie
Man	Vloeiendheidscontrole	Vloeiendheidscontrole	Vloeiendheidscontrole
Vrouw	Lichamelijke ontspanning Vloeiendheidscontrole	Spreektechnieken Stottercontrole Lichamelijke ontspanning Vloeiendheidscontrole	Stottercontrole

Tabel 2. Geslacht versus behoefte aan nazorg

	Woonsituatie	Werksituatie	Leefsituatie
0-1 jaar	Vloeiendheidscontrole	Spreektechnieken Vloeiendheidscontrole	Spreektechnieken Stottercontrole Vloeiendheidscontrole
1-2 jaar	Stottercontrole Vloeiendheidscontrole	Stottercontrole Lichamelijke ontspanning Vloeiendheidscontrole	Stottercontrole
2-3 jaar	Stottercontrole Vloeiendheidscontrole Spreektechnieken	Stottercontrole Positieve gedachten Vloeiendheidscontrole Spreektechnieken	Stottercontrole Positieve gedachten Vloeiendheidscontrole Spreektechnieken
3-4 jaar	Positieve gedachten	Stottercontrole Positieve gedachten Vloeiendheidscontrole	Positieve gedachten Vloeiendheidscontrole
4 jaar of langer	Vloeiendheidscontrole	Stottercontrole Positieve gedachten Vloeiendheidscontrole	Stottercontrole Vloeiendheidscontrole

Tabel 6. Hoelang geleden voor het laatst in therapie geweest versus behoefte aan nazorg

Aan welke vorm van nazorg heeft men het meest behoefte?

Nederland	Zelfhulpgroep Opfrisdag
Belgie	Email contact

Tabel 7. Nationaliteit versus behoefte aan nazorg

Man	Zelfhulpgroep
Vrouw	Opfrisdag Controleafspraak Telefonisch contact Evaluatieschema

Tabel 8. Geslacht versus behoefte aan nazorg

18-27 jaar	Evaluatieschema Opfrisdag Telefonisch contact
28-37 jaar	Zelfhulpgroep
38-47 jaar	Opfrisdag
> 48 jaar	Buddy Email contact

Tabel 9. Leeftijd versus behoefte aan nazorg

Individuele therapie	Opfrisdag Controleafspraak Reminders Evaluatieschema
Groepstherapie	Zelfhulpgroep Opfrisdag Controleafspraak
Beide	Zelfhulpgroep Telefonisch contact

Tabel 10. Therapieform versus behoefte aan nazorg

0-1 jaar	Telefonisch contact Email contact
1-2 jaar	Zelfhulpgroep
2-3 jaar	Zelfhulpgroep Controleafspraak Reminders
3-4 jaar	Reminders Evaluatieschema
> 4 jaar	Zelfhulpgroep

Tabel 12. Hoelang geleden voor het laatst in therapie geweest versus behoefte aan nazorg

Geconcludeerd kan worden dat er in Nederland en België tot 2006 het meest gebruik is gemaakt van zelfhulpgroepen en email contact als vorm van nazorg. Dat er het meest behoefte is aan zelfhulpgroepen (met name mannen), of email contact (België). Dat vrouwen diverse vormen waarderen en dat bij verschillende leeftijdsgroepen andere vormen van nazorg worden gewaardeerd. Dat de respondenten het minst tevreden bleken over hun eigen oefenpatroon als eigen invulling van nazorg. Dat er behoefte is aan met name nazorg gericht op stottercontrole en vloeiendheidscontrole, naast positieve gedachten en lichamelijke ontspanning. Dat er 3-4 jaar na beëindiging van de therapie de grootste behoefte bleek aan nazorg.

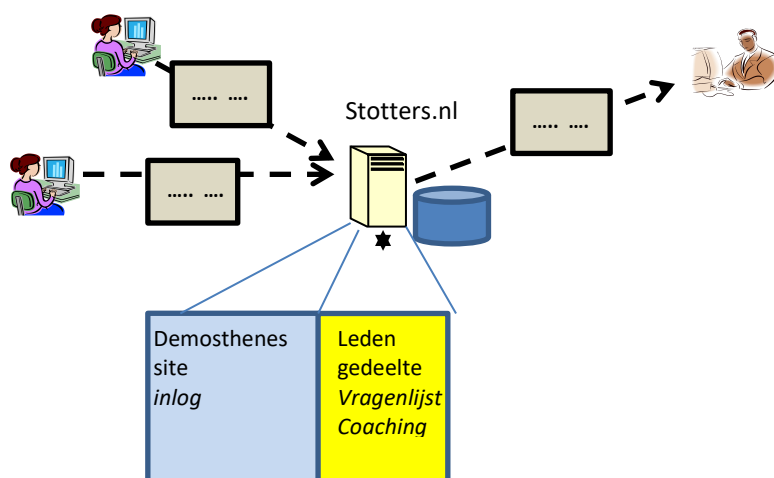
Visie en missie van de ontwikkelaars en therapeuten NVST van “Stotters”

Wij zijn een groep van vier stottertherapeuten, die de uitdaging zijn aangegaan om een gevarieerd product te ontwikkelen waarmee de ex- cliënt na individuele therapie, zelfstandig of in groepen kan werken aan het onderhoud van zijn/haar communicatieve mogelijkheden. Onze missie werd: Structuur en ondersteuning geven in het vasthouden en uitbreiden van hetgeen de cliënt heeft geleerd in de individuele therapie. De visie op nazorg is communicatieve zelfsturing voor de persoon die stottert mogelijk maken. Na de stottertherapie kan men zelf een plan maken om op zijn/haar eigen niveau te blijven werken aan vrijheid in het spreken. Het nazorgprogramma dat met de website werd gemaakt biedt mogelijkheden om de vaardigheden die hiervoor nodig zijn te onderhouden: vloeiendheidscontrole door spreektechniek/stottercontrole, rust en ontspanning en moed en vrijheid.

Ontwikkeling interactieve internetsite

Het werkproces heeft in eerste instantie geresulteerd in een samenwerking met de afdeling communicatie en techniek van de Hogeschool in Arnhem. Er zijn vijf studentengroepen geweest die een voorbeeld website hebben ontworpen waarin onze informatie over belangrijke elementen van nazorg een plek kregen. Deze ontwerpfase leverde een goed beeld op van wat de website zou kunnen worden.

DE STOTTER NAZORG WEBSITE “STOTTERS”



figuur 1. Helicopterview “STOTTERS”SITE..

ONDERDELEN VAN DE NAZORG WEBSITE “STOTTERS”

De website heeft de volgende onderdelen:

Een ledendeel om een account aan te maken en in te loggen.

Een Praktijkgedeelte met:

- Een Vragenlijst, zodat de leden een profiel kunnen aanmaken en de mogelijkheid om de vragenlijst meerdere keren te kunnen invullen, zodat er een nazorg- historie bijgehouden kan worden. Op basis van het profiel wordt men verwezen naar specifieke informatie (praktijkgedeelte correspondeert met het profielgedeelte)
- Ervaringsverhalen in documentvorm
- Tips en Tricks

Een “Stottersplein” met:

De mogelijkheid om met andere leden, die een vergelijkbaar profiel hebben, in contact te komen. Skypen is mogelijk gemaakt binnen het afgeschermd deel van de website waar ingelogd dient te worden.



INHOUD VAN DE NAZORG WEBSITE “STOTTERS”

Het programma start met een vragenlijst, die kan worden ingevuld door cliënten in het praktijk gedeelte op de website. Dit levert een nazorgprofiel op verdeeld in de volgende onderdelen:

1. spreektechniek/stottercontrole	
2. moed en vrijheid	a. nieuwe en lastige situaties aangaan
	b. jezelf moed inspreken
3. Rust en ontspanning	a. tijd aandacht keuzes
	b. omgevingsinvloeden
	c. lichaamsbewustzijn

Het profiel maakt de sterke en zwakke kanten van het “onderhoud” zichtbaar. De screenende vragenlijst kan vaker (bijvoorbeeld een keer per maand/drie maanden) worden ingevuld zodat de cliënt ook verschillen kan waarnemen in zijn/haar profiel en vooruitgang kan terugzien. Terugval is dus ook zichtbaar in bepaalde onderdelen en maakt de specifieke behoeften van de cliënt concreet op dat moment.

Actuele screening

Spreektechniek	8.5
Moed en Vrijheid	9
Rust en ontspanning	7

Je weet waar je staat en waar je aan kunt werken.

Nu zoek je een "maatje" die hetzelfde wil oefenen of iemand die je tips kan geven.

[Naar Stottersplein](#)

Vanuit dit "advies" kan de cliënt door naar ervaringsverhalen van cliënten die zijn verzameld rond dit thema. Het ligt in de bedoeling van het interactieve programma om hier nog meer persoonlijke verhalen aan toe te voegen binnen het programma op het "Stottersplein". Een tweede mogelijkheid geeft voorbeelden in de vorm van Tips & Trics. Er worden trainingsadviezen gegeven. Het is de bedoeling dat de cliënt zich de therapie- oplossingen herinnert uit de individuele therapie en met aanwijzingen de uitdaging aangaat zichzelf te verbeteren. Er is niet getracht een herhalingscursus in het programma op te nemen.

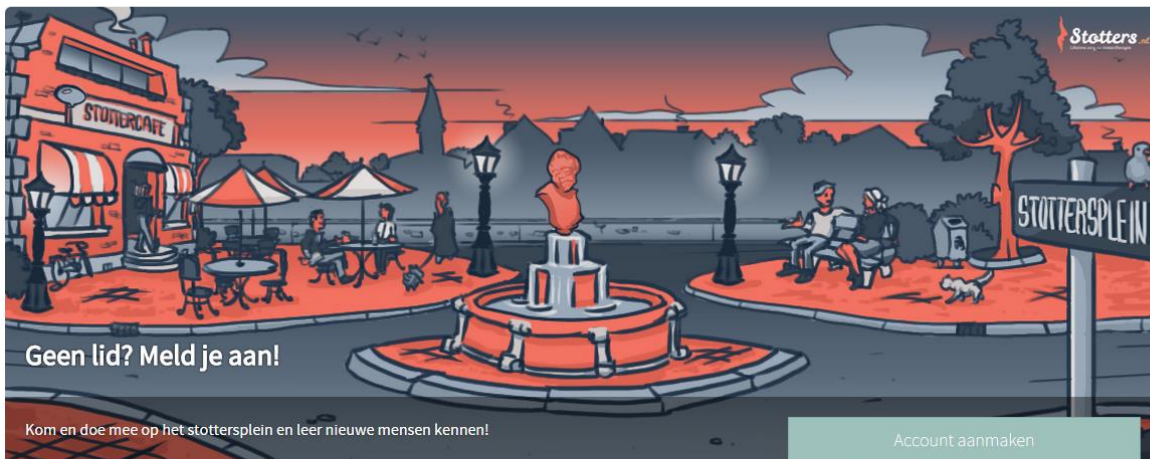
In het Stottersplein -skype gedeelte kan de cliënt op elk moment contact opnemen met mede- cliënten (of therapeut) om te praten over en te oefenen met die onderdelen die hij/zij nodig heeft op dat moment.

In het profielgedeelte heeft de cliënt de mogelijkheid om zijn profiel op te maken en mensen aan zijn profiel toe te voegen: dit kan op verschillende kenmerken: o.a. op leeftijd, geslacht, woonplaats, maar ook op thema's van het programma. Het stimuleert cliënten om gebruik te maken van anderen om ervaringen en oefenmomenten te delen via internet.

Er kan ook in groepsverband, bijvoorbeeld door zelfhulpgroepen, gewerkt worden met de website. Zelfhulpgroepen kunnen een thema voor een bijeenkomst bepalen aan de hand van de thema's in de vragenlijst en zodoende op een concrete manier met elkaar werken aan onderhoud van communicatieve vaardigheden. Ze kunnen voor een specifiek thema een stottertherapeut uitnodigen om met hen te werken aan het opfrissen van specifieke vaardigheden. Hun acties en ideeën van bij de bijeenkomst zouden dan weer in het profiel zichtbaar moeten worden (feedback, zelfsturingfuncties).

IMPLEMENTATIE VAN DE NAZORGWEBSITE STOTTERS;

Wij schatten het jaarlijks landelijk gebruik van ons product op 100 tot 500 gebruikers (ex-clieënten en logopedist-stottertherapeuten). De website is gekoppeld aan de website van Demosthenes en wordt actief kenbaar gemaakt bij NVLF/ NVST-leden . Om een afgeschermd situatie mogelijk te maken wordt gewerkt met een inlogfunctie die door de beheergroep van Demosthenes wordt onderhouden. Wij gaan ervan uit dat cliënten vanaf de leeftijd van 15 jaar gebruik kunnen maken van het programma.



Geen lid? Meld je aan!

Kom en doe mee op het stottersplein en leer nieuwe mensen kennen!

Account aanmaken

Gebruikersnaam

Wachtwoord

Onthoud mij

Login

[Gebruikersnaam vergeten?](#) [Wachtwoord vergeten?](#) [Activatiecode opnieuw toezenden?](#)

“Stotters” na de individuele therapie:

De cliënt ervaart door contact met andere mensen die stotteren, dat hij/zij open kan zijn over stotteren, dat terugval mag en kan voorkomen, dat hij/zij andere mensen kan **motiveren** om te blijven oefenen en zelf ook gestimuleerd wordt om dit te doen.

Self management; na de intensieve individuele therapie fase is hij/zij niet meer afhankelijk van het aanbod van therapie c.q. de therapeut. De site stelt hem/haar in staat op eigen gelegenheid de eigen doelen te realiseren. Dit is in principe niet aan tijd of geld gebonden. Een sociaal netwerk en skype functie **prikkelt de communicatie behoefte** en interactie mogelijkheden; het verhoogt de kans op onderhoud van spreektechnieken en communicatie vaardigheden, hetgeen het meest lastig is gebleken uit eerder onderzoek.

“Stotters” voor logopedist-stottertherapeuten

De therapeut kan in de intensieve therapiefase de transfer opstarten door (jong) volwassenen te laten participeren in dit netwerk, via de patiënten belangen vereniging Demosthenes (Aanbeveling 25; Richtlijn stotteren 2014). De site heeft een vragenlijst waarmee lange termijn effecten van de belangrijkste thema's binnen de individuele stottertherapie kunnen worden gemonitord. Het programma biedt de cliënt herkenbare mogelijkheden om met terugval om te gaan. Hiermee kunnen ook therapeuten een verantwoorde nazorgfase starten waarbij gunstige lange termijn effecten worden bevorderd en terugval tegen kan worden gegaan (Aanbeveling 25; Richtlijn stotteren 2014).

We nodigen iedereen van harte uit om een kijkje te nemen op de website “Stotters”. Kom en doe mee op het stottersplein, leer nieuwe mensen kennen met zorg voor stotteren of broddelen!

Stotters.nl is te vinden op: <http://www.stotters.nl> of via www.demosthenes.nl

Anne van Eupen, Gitte Hartjesveld, Anja v.d.Vlist-Pluut, Dineke Wessels, 2015
logopedist, lid van NVLF en en gespecialiseerd Stottertherapeut, lid van NVST, Kwaliteitsregister Stottertherapie