

# Slechthorendheid in de praktijk: cursus spraakafzien

*Een steuntje in de rug voor u en uw partner*

Slechthorendheid heeft meer gevolgen dan minder goed kunnen horen. Het heeft invloed op uw dagelijks leven én op dat van uw partner. Zelfs met goede hoortoestellen blijven er situaties bestaan waarin het lastig is om mensen te verstaan. Het Audiologisch Centrum biedt u daarom de mogelijkheid om deel te nemen aan de cursus spraakafzien. Wat dit inhoudt en op welke manier deze cursus u en uw partner een steuntje in de rug kan bieden kunt u in deze brochure lezen.

## Spraakafzien is meer dan liplezen

Liplezen doen we in zekere zin allemaal. Wanneer bij een televisieprogramma het geluid niet synchroon loopt met het beeld, dan merken we dat meteen. Ook goedhorenden verstaan in rumoer beter als ze de gesprekspartner aankijken. U heeft als slechthorende veel meer moeite om spraakklanken te onderscheiden en liplezen is dan een noodzakelijke aanvulling. De term 'liplezen' wordt echter niet meer gebruikt. We spreken tegenwoordig over 'spraakafzien'. Dit komt omdat we naast de lippen ook letten op de gezichtsuitdrukking, de lichaamstaal en omdat de hele situatie ondersteunend kan zijn voor het begrijpen van de boodschap van de gesprekspartner. Wanneer u leert spraakafzien, leert u dus méér dan alleen liplezen. U zult merken dat het makkelijker wordt om, bijvoorbeeld in gezelschap, gesprekken te volgen.

## Over de cursus

Tijdens de cursus leert u de verschillende spraakklanken te herkennen en de verschillen tussen de klanken te zien door goed naar het mondbeeld te kijken. Om dit te leren worden er tijdens de bijeenkomsten veel praktische oefeningen gedaan die u ook thuis kunt doen samen met uw partner of met behulp van een computer. Er wordt geoefend met woorden (zeg ik *boom* of *boot*) met getallen en met zinnen (b.v. Welk spreekwoord herken je?). U leert ook hoe u anderen kunt vragen rekening te houden met uw slechthorendheid en hoe zij u kunnen helpen. Mensen die goed kunnen horen realiseren zich namelijk niet hoe groot de invloed van slechthorendheid is en hoeveel energie het volgen van gesprekken van u vraagt. Voor horende mensen is communicatie zo vanzelfsprekend, dat ze soms 'gewoon' vergeten dat u slechthorend bent.

## Waarom een groepsles?

De cursus spraakafzien wordt gegeven voor groep van maximaal vier slechthorenden. Iedere deelnemer mag een partner, een familielid of goede bekende vragen ook deel te nemen. Dat betekent dat de groep uit maximaal 8 personen bestaat.

In een groep zijn de oefenmogelijkheden groter dan bij individuele therapie. Omdat iedereen aan de oefeningen mee doet, wordt in een groep met veel verschillende sprekers geoefend. Dat is belangrijk omdat het spreken er bij elke persoon net iets anders uit ziet .

Bovendien ervaren de horende deelnemers op deze manier wat spraakafzien betekent.

Naast het oefenen worden er ook ervaringen uitgewisseld en gezamenlijk oplossingen bedacht voor moeilijkheden die worden ervaren in het dagelijks leven. Mensen die de cursus al hebben gedaan zijn, achteraf, zeer te spreken over het groepsaspect, omdat het hen veel praktische tips heeft opgeleverd.

Tijdens de groepsbijeenkomsten wordt hard gewerkt, maar ook vaak gelachen. Het uiteindelijke doel is dat u met behulp van de cursus een basis legt om met behulp van spraakafzien de rode draad van een gesprek te volgen.

### **Voor wie is de cursus spraakafzien?**

De cursus spraakafzien is bedoeld voor mensen die slechthorend zijn en het moeilijk vinden om, ondanks eventueel gebruik van een hoortoestel, anderen te verstaan. Ook voor mensen die al langer slechthorend zijn blijkt de cursus nuttig. Samen met een partner of betrokken persoon meedoen aan de cursus is een meerwaarde, omdat de cursus helpt om beter op elkaar ingespeeld te raken en samen zo goed mogelijk om te gaan met de slechthorendheid in de praktijk.

### **Waar en wanneer wordt de cursus gegeven?**

De cursus wordt gegeven op het Audiologisch Centrum Holland Noord in Alkmaar in samenwerking met Mieke Wilterdink, logopedist van Focus op Interactie. De tien bijeenkomsten worden één keer in de week gegeven en duren 5 kwartier. De cursus wordt op een vaste dag en tijdstip gegeven. Er kan op verschillende dagen en tijden worden gestart.

### **Kosten**

Voor deelname aan de cursus heeft u een verwijzing logopedie nodig van uw huisarts. De groepslessen worden rechtstreeks bij uw zorgverzekeraar gedeclareerd. De deelname van een partner kan niet bij de zorgverzekeraar in rekening worden gebracht. Voor de groepsbijeenkomsten wordt voor deze deelnemer €12,50 onkostenvergoeding per keer gevraagd. Voor deze vergoeding krijgt u aan het eind van de cursus een rekening.

### **Aanmelding**

U kunt zich aanmelden voor deelname aan een cursus door telefonisch of via e-mail contact op te nemen met het Audiologisch Centrum. U krijgt informatie over de start data.

### **Contact**

Mw. F. Langerhorst,  
logopedist  
ACHN

Mw. M. Wilterdink,  
logopedist  
*Focus op interactie*

Audiologisch Centrum Holland Noord  
De Vliegerstraat 1A  
1816 KD Alkmaar  
072 514 10 50  
achn@nsdsk.nl

