

Vrijtijdsbesteding voor patiënten met een psychotische stoornis: haalbaarheidsstudie naar gebruik van audioboeken

S.A.M. HERPERS, S.P.A. RASING, D. POSTULART, P. ROOIJMANS

- ACHTERGROND** Psychotische stoornissen gaan vaak gepaard met verminderde concentratie. Hierdoor is het lezen van boeken voor patiënten met een psychotische stoornis vaak onmogelijk geworden.
- DOEL** In kaart brengen of het audioboek een alternatief kan zijn voor lezen voor patiënten met een psychotische stoornis.
- METHODE** In een haalbaarheidsstudie werd nagegaan of het luisteren naar audioboeken mogelijk is voor deze patiëntengroep en of zij hier plezier aan beleven.
- RESULTATEN** Van de 20 deelnemers waren er 15 positief over het luisteren naar audioboeken.
- CONCLUSIE** Wanneer patiënten met een psychotische stoornis niet meer kunnen lezen, kunnen audioboeken een alternatief bieden.

TIJDSCHRIFT VOOR PSYCHIATRIE 58(2016)6, 476-480

TREFWOORDEN audioboeken, concentratie, lezen, psychotische stoornis



ARTIKEL



In Nederland zouden naar schatting 160.000 volwassenen die ggz-zorg ontvangen te maken hebben met een ernstige psychiatrische aandoening. Twee derde (ruim 107.000) van hen zou een psychotische stoornis (schizofrenie, affectieve of organische psychose) hebben (Delespaul 2013). Velen van hen hebben last van verminderde concentratie. Dat kan een gevolg zijn van de stoornis, maar ook een bijwerking van medicatie (o.a. Wong e.a. 1997). Het lezen van boeken is voor veel mensen met een psychotische stoornis onmogelijk geworden en in de dagelijkse praktijk geven patiënten regelmatig aan dat zij graag (weer) zouden willen lezen. In toenemende mate stellen auteurs dat vrije tijd invloed heeft op de kwaliteit van leven (o.a. Brown e.a. 1991; Hills & Argyle 1998; Lloyd & Auld 2002) en er is meer aandacht voor vrijetijdsbesteding als een copingmechanisme voor stress (Iwasaki 2006). Bij mensen met psychiatrische stoornissen kan vrijetijds-

besteding ingezet worden om herstel te bewerkstelligen en om de kwaliteit van leven te verhogen (Iwasaki e.a. 2010). Wij voerden onderzoek uit waarbij een vrijetijdsactiviteit wordt aangeboden, namelijk het beluisteren van audioboeken, aan mensen met een psychotische stoornis. De onderzoeksvraag van onze haalbaarheidsstudie is: kunnen mensen met een psychotische stoornis die graag lezen hun hobby weer uitvoeren door het gebruik van audioboeken en beleven zij hier plezier aan?

METHODE

Onderzoekspopulatie

De onderzoekspopulatie bestond uit patiënten bij wie een psychotische stoornis gediagnosticeerd was, die problemen ervoeren in meerdere levensgebieden en daarvoor langdurig ambulante of intramuraal in behandeling waren

bij GGZ Oost Brabant. We streefden naar 20 deelnemers. Inclusiecriteria waren: interesse in lezen/belangstelling voor audioboeken en het beheersen van de Nederlandse taal. Er mocht geen sprake zijn van ernstig middenmisbruik en/of ernstig organisch hersenletsel. Of patiënten voldeden aan de inclusiecriteria werd vastgesteld tijdens het eerste gesprek met de onderzoeker.

Interventie

Deelnemers aan het onderzoek kregen gedurende acht weken audioboeken tot hun beschikking. De audioboeken werden geleverd via www.aangepast-lezen.nl en beluisterd op een Daisyspeler (www.optelec.nl). Deze middelen hebben als voordeel dat er diverse functiemogelijkheden beschikbaar zijn, zoals de mogelijkheid tot navigeren in de tekst en het instellen van de afspeelsnelheid. Er werden geen verplichtingen gesteld aan de frequentie, duur of keuze voor het boek. Deze gegevens werden wel geregistreerd. Ten tijde van het onderzoek werd de reguliere behandeling voortgezet. Het onderzoek werd goedgekeurd door een medisch-ethische toetsingscommissie (NL32701.097.10).

Opzet

Om de haalbaarheid en geschiktheid van de vragenlijst te testen maakten we gebruik van een ongecontroleerde pre-postvergelijking, dit wil zeggen dat zowel bij aanvang als aan het einde van de interventie vragenlijsten werden afgenomen. Drie kwantitatieve vragenlijsten werden afgenomen: *Quality of Life* (WHOQoL-Bref), *Brief Symptom Inventory* (BSI), *Community Assessment of Psychic Experience* (CAPE-State; CAPE). Een kwalitatieve vragenlijst werd voor deze studie ontwikkeld en enkel na beëindiging van de interventie afgenomen. Hierin werden open en meerkeuzevragen gesteld over het leesgedrag, luistergedrag, invloed van het luisteren op de geestelijke gesteldheid, invloed/plezier van het luisteren in het algemeen.

AUTEURS

SANNE HERPERS, onderzoeker en sociaal wetenschapper, Opleidingen & Onderzoek, GGZ Oost Brabant, Boekel.

SANNE RASING, onderzoeker en sociaal wetenschapper, GGZ Oost Brabant.

DEBBY POSTULART, senior onderzoeker en gezondheids-wetenschapper, GGZ Oost Brabant.

PAUL ROOIJMANS, PIT-verpleegkundige FACT-team, GGZ Oost Brabant.

CORRESPONDENTIEADRES

Sanne Herpers, Opleidingen & Onderzoek, GGZ Oost Brabant, Postbus 3 (postvak 01.020), 5427 ZG Boekel.
E-mail: sanneherpers@gmail.com

Geen strijdige belangen meegedeeld.

Het artikel werd voor publicatie geaccepteerd op 14-12-2015.

RESULTATEN

Haalbaarheid van de studie en interventie

ONDERZOEKSPOPULATIE

Er werden drie wervingsmethodes toegepast: promotie-materiaal, uitnodigen via behandelaren en bezoeken van twee dagactiviteitencentra. We includeerden 23 deelnemers, van wie 10 vrouwen, met een gemiddelde leeftijd van 44,6 jaar (uitersten 18-63). Het opleidingsniveau van de deelnemers was gemiddeld tot laag. Bij 2 deelnemers vond geen tweede meetmoment plaats. Van de deelnemers gaven 21 de voorkeur aan een thuisbezoek ten opzichte van het bezoeken van de ggz-instelling. In verband met de hoeveelheid tekst wilden 20 deelnemers de vragenlijsten in samenwerking met de onderzoeker invullen.

TABEL 1 Data gebruikte vragenlijsten onderzoek naar gebruik van audioboeken

	WHOQoL		BSI		MCS Cape-State			
	Start (n = 23)	Eind (n = 21)	Start (n = 23)	Eind (n = 21)	Start Frequentie (n = 23)	Distress (n = 23)	Eind Frequentie (n = 19)	Distress (n = 19)
Gem (SD)	3,32 (0,39)	3,30 (0,48)	1,05 (0,52)	0,97 (0,65)	3,78 (0,30)	3,82 (0,31)	3,75 (0,38)	3,80 (0,40)

WHOQoL-Bref: Quality of Life; BSI: Brief Symptom Inventory, CAPE-State: Community Assessment of Psychic Experience.

TABEL 2 Kwalitatieve data onderzoek naar gebruik van audioboeken

Deelnemer	Dag/week	Min/keer (gem)	Wanneer kunt u boeken lezen?	Wanneer kunt u audioboeken beluisteren?	Opmerkingen Tussen aanhalingstekens is aangegeven wat de deelnemer heeft opgeschreven, overige informatie komt uit aantekeningen onderzoeker.
A	6	47,5	Goede periode (GP)	Altijd	'Zodra ik de stem hoor, brengt het rust. Audioboek trekt je uit je eigen negatieve wereld, door negatieve gedachtes & stemmen te vervangen door een verhaal.'
B	1 poging	0	GP	Nooit	
C	5	60	GP	Altijd	'Als ik niet kan slapen helpt het me ontspannen.'
D	1	45	Nooit	Nooit	Na het luisteren last van druk op hoofd.
E	4	60	Nooit	Nooit	'Mijn concentratie is te slecht om het verhaal te volgen.'
F	7	22,5	Altijd	Altijd	
G	1	20	GP	GP	'Werd er sentimenteel van, geprikkeld' 'Leuk, ontspannend, geeft rust'
H	1	60	GP	GP	'Leuk om te doen, weer andere ervaring'
J	5 pogingen	60	GP	GP	Hielp te ontspannen tijdens en na het luisteren. Hielp bij het afleiden van stemmen. Luisteren lukt wel, onthouden niet. Dit frustreerde respondent.
K	1	240	GP	Altijd	'Minder stress, ontspannen houding, meer zelfvertrouwen'
L	3	90	Nooit	GP	'Goed om daisy-speler te gebruiken'
M	2 pogingen	0	Altijd	Nooit	Resp. gaf aan mogelijk verkeerd boek gekozen te hebben.
N	1	60	GP	GP	'Leuk, rustgevend, goede manier om te ontspannen'
O	1	45	Nooit	Altijd	'Lezen kan ik niet opbrengen, luisteren gaat beter en hoef ik me niet in te spannen.'
P	5	105	GP	Altijd	'Mooie afleiding van je gedachten, werd er iedere keer een stukje rustiger van. Geeft voldoening.'
Q	3	75	GP	GP	'Hielp te ontspannen, om gedachtes te veranderen, af te sluiten van de buitenwereld. Bron van interessante informatie.'
R	1	10	GP	Altijd	'Klachten zijn verminderd, ik heb iets leuk te doen.'
S	3	120	GP	Altijd	'Ik kan me nu veel beter ontspannen en concentreren. Ik was erg blij dat ik weer aan lezen toekwam.'
T	3	30	Nooit	GP	'Leuk'
U	7	30	Nooit	GP	'Fijn!!'

INTERVENTIE

De Daisyspeler was, met handleiding en na een korte uitleg, door alle deelnemers goed te gebruiken. Vooral de functie om te kunnen navigeren in de tekst werd als positief ervaren. Gedurende het onderzoek ontstonden er enkele belemmeringen: in een aantal gevallen had een deelnemer extra uitleg nodig over het apparaat, enkele keren bleken de audioboeken niet aan te sluiten bij de interesses of mogelijkheden van de deelnemer of konden zij geen geschikt luistermoment vinden. Een kort gesprek

met de onderzoeker hielp hierbij. Eén deelnemer had zelf boeken besteld, andere deelnemers waren niet in het bezit van een pc of waren niet in staat om de audioboeken aan te vragen. Zij ontvingen de boeken via de onderzoeker.

OPZET

De vragenlijsten werden door 12 deelnemers als vrij lang of erg lang ervaren; 9 deelnemers hadden geen moeite met de hoeveelheid vragen. De items die in WHOQOL-Bref gebruikt werden, brachten soms verwarring bij de deelne-

mers, daar zij de relevantie van deze items niet inzagen. De BSI was duidelijk, snel in te vullen en de items riepen geen vragen op bij de deelnemers. Omdat de deelnemers recentelijk geen psychose hadden meegemaakt, bleek de CAPE geen geschikte uitkomstmaat. De CAPE was door de opzet met één stelling opgebouwd uit twee delen moeilijk in te vullen omdat deelnemers vaak vergaten dat een stelling uit twee delen bestond.

Bevindingen over interventie

Van de deelnemende patiënten ervoeren 11 een verbetering in de mogelijkheid tot luisteren ten opzichte van lezen, voor 7 van hen bleef de situatie hetzelfde, 2 patiënten ervoeren meer moeilijkheden bij het luisteren dan bij het lezen (bij 3 patiënten ontbraken data). 4 deelnemers gaven aan dat het luisteren minder energie kostte dan lezen, dan wel dat het luisteren minimale inspanning kostte. De resultaten van de vragenlijsten gaven geen significante verschillen aan.

Uit analyse van de kwalitatieve data bleek dat 15 deelnemers het luisteren als positief ervaren hadden. Zij benoemden 6 keer dat het een mogelijkheid was om te ontspannen, voor 2 deelnemers bood het luisteren de mogelijkheid om zich af te sluiten van de buitenwereld. Van de deelnemers gaven 3 aan dat het afleiding was van negatieve gedachten, stemmen en somberheid. Ook gaven 3 deelnemers aan dat het een manier was om nieuwe informatie tot zich te nemen.

Deelnemers die niet enthousiast waren over het luisteren gaven aan dat hoofdpijn verergerde, het boek niet interessant of de stem irritant was of dat hun interesse elders lag. Eén respondent gaf tegenstrijdige signalen af. Het aantal dagen dat er door de deelnemers gebruik werd gemaakt van de interventie, evenals het aantal luisterminuten per keer, varieerde sterk.

BESCHOUWING

In dit haalbaarheidsonderzoek hebben we laten zien dat bij meer dan de helft van de deelnemers het luisteren naar audioboeken beter gaat dan het lezen van een boek. Voor ons is de aannemelijkste verklaring hiervoor dat lezen meer inspanning vergt van de cognitieve vaardigheden dan luisteren. Van de 20 patiënten beleefden 15 plezier aan het luisteren naar audioboeken. Er waren grote verschillen tussen deelnemers in de mate waarin zij gebruik maakten van de audioboeken. Gemiddeld was er een lage luisterfrequentie. Hierdoor valt de invloed op de uitkomstmaten mogelijk lager uit dan wanneer de luisterboeken vaker gebruikt zouden worden. Wij verwachten echter dat de mogelijkheid om invulling te geven aan de vrije tijd indirect ook bijdraagt aan de kwaliteit van leven. In tegenstelling tot de verwachting was het aantal luisterminuten per keer hoog (gemiddeld 64 minuten).

Kanttekeningen

Het aantal deelnemers is klein. Het is niet duidelijk of deelnemers audioboeken zouden blijven beluisteren wanneer zij deze langdurig tot hun beschikking zouden hebben, maar een aantal deelnemers heeft gevraagd of zij de Daisyspeler langer mochten gebruiken. Er waren enkele obstakels bij het afnemen van de vragenlijsten, zoals de moeilijkheid van de CAPE. We hebben de indruk dat dit de resultaten niet heeft beïnvloed.

BESLUIT

Het luisteren naar audioboeken is een activiteit die weinig energie vraagt van de patiënt en niet veel kosten met zich meebrengt. Wanneer de hulpverlener in de opstartfase de patiënt begeleidt, kan de patiënt deze activiteit vervolgens zelfstandig uitvoeren. Wij zijn bezig met een protocol voor een vervolgstudie. Daarbij is onze onderzoeksvraag of het aanbieden van audioboeken daadwerkelijk de kwaliteit van leven verbetert doordat patiënten een vrijetijdsbesteding hebben en/of stoornisgerelateerde klachten afnemen. Ook willen we weten of patiënten in staat zijn de informatie op te nemen en te onthouden.

LITERATUUR

- Brown BA, Frankel BG, Fennell M. Happiness through leisure: the impact of type of leisure activity, age, gender and leisure satisfaction on psychological well-being. *Journal of applied recreation research* 1991; 16: 368-92.
- Delespaul PH, Consensusgroep EPA. Consensus over de definitie van mensen met een ernstige psychische aandoening (EPA) en hun aantal in Nederland. *Tijdschr Psychiatr* 2013; 55: 427-38.
- Hills P, Argyle M. Positive moods derived from leisure and their relationship to happiness and personality. *Personality and Individual Differences* 1998; 25: 523-35.
- Iwasaki Y. Counteracting stress through leisure coping: a prospective health study. *Psychological Health & Medicine* 2006; 11: 209-20.
- Iwasaki Y, Coyle CP, Shank JW. Leisure as a context for active living, recovery, health and life quality for persons with a mental illness in a global context. *Health Promotion International* 2010; 25: 483-94.
- Lloyd K, Auld C. The role of leisure in determining the quality of life: issues of content and measurement. *Social Indicators Research* 2002; 57: 43-71.
- Wong AHC, Voruganti LNP, Heslegrave RJ, Awad AG. Neurocognitive deficits and neurological signs in schizophrenia. *Schizophrenia Research* 1997; 23: 139-46.

SUMMARY

Leisure-time activity for patients with a psychotic disorder: audiobooks as a useful alternative to reading

S.A.M. HERPERS, S.P.A. RASING, D. POSTULART, P. ROOIJMANS

- BACKGROUND** Psychotic disorders are frequently associated with reduced concentration. As a result, reading often becomes impossible for patients with a psychotic disorder.
- AIM** To ascertain whether audiobooks can take the place of reading as a leisure activity for patients with a psychotic disorder.
- METHOD** In a feasibility study we investigated whether patients suffering from a psychotic disorder found listening to audiobooks an enjoyable alternative to reading.
- RESULTS** Fifteen out of 20 participants found listening to audiobooks to be a positive experience.
- CONCLUSION** When reading becomes impossible for patients with a psychotic disorder, audiobooks could be a useful alternative.

TIJDSCHRIFT VOOR PSYCHIATRIE 58(2016)6, 476-480

KEY WORDS audiobooks, concentration, psychotic disorder, reading