

Vaardigheidstraining: Oefening baart kunst

Auteur: C. Perdaems

Vertaald/bijgewerkt:

Nieuwsbrief: 06 2005

Pagina: 84-87

Jaargang: 21

Nummer: 2

Toestemming:

Illustraties:

Bijzonderheden:

Kernwoorden: vaardigheidstraining

Literatuur: Handboek opleiders in organisaties; drs. J.W.M. Kessels en drs. C.A. Smit; 1994

Om een optimale preventie en behandeling van decubitus te waarborgen is vaardigheid in handelen een vereiste. In de praktijk zien we vaak dat het door het ontbreken van vaardigheid vaak mis gaat. Het geven van wisselgigging, het gebruik van materialen en verbandmiddelen vergt deskundigheid in handelen. Deskundigheid in handelen komt tot stand door het vaak oefenen, de vaardigheidstraining. Eénmalig een handeling oefenen is niet afdoende, zeker wanneer de handeling geen dagelijkse activiteit is. Het is zinvol om 3 – 4 maal per jaar herhalingsstrainingen te organiseren, om zo het deskundigheidsniveau op peil te houden. Bovendien wordt de kennis weer opgefrist en de vaardigheid wordt zo eigen dat het in alle situaties toegepast kan worden en geeft het zelfvertrouwen aan de zorgverlener om de handeling uit te voeren en eventueel collega's bij te scholen. Ook heeft het als voordeel dat iedereen op dezelfde wijze de handelingen verricht doordat ze dezelfde training gevolgd hebben.

Vaardigheidstrainingen kunnen voor alle verpleegtechnische handelingen gebruikt worden, maar om een goede decubituszorg te waarborgen is het zeker bij decubituspreventie- en behandeling belangrijk.

Volgens de wet BIG ben je bevoegd om een handeling te verrichten als je er ook toe bekwaam bent, om bekwaamheid te verkrijgen is dus scholing en het aanleren van vaardigheid nodig met herhalingsstrainingen om de bekwaamheid te behouden.

In ons ziekenhuis ben ik gestart met het geven van vaardigheidstraining met betrekking tot het geven van ambulante compressietherapie. Hiervoor heb ik een chirurgische afdeling als pilotafdeling gebruikt, dit werkt erg goed. Dit project zal in de toekomst uitgebreid worden zowel intern als extern in de regio. De kunst is om in elk werkveld trainers te trainen die elk op hun beurt de collega's trainen, in het begin is dit wel erg veel werk maar het rendement wat er overblijft loont de moeite. Dit kan men dus ook doen met trainingen t.b.v. preventie en behandeling van decubitus.

Uit het handboek opleiders in organisaties heb ik tekst overgenomen over de theorie van vaardigheidstrainingen. Het is belangrijk om te weten wat vaardigheidstraining inhoudt, welke eisen er aan de training gesteld worden, het stappenplan en welke voorwaarden nodig zijn om de training te doen slagen.

Vaardigheid wordt meestal geassocieerd met motoriek, de beweging van lichaamsdelen. (Een handeling die gekenmerkt wordt door het inschakelen van de motoriek, het bewegingsapparaat) Wanneer we spreken van vaardigheden zijn daaraan steeds een tweetal aspecten te onderscheiden, het instrumenteel technische - en het agogische effect.

Het instrumenteel technische aspect bestaat uit handelingen die hoofdzakelijk psychosomotorische activiteiten vragen. Het agogische aspect is meer gericht op de relatie tussen mensen.

Bij het geven van wisselwerking of het toepassen van middelen of materialen staat het instrumenteel technische gedeelte op de voorgrond. Hierbij gaat het namelijk om het aanleren en evalueren van een technische handeling.

We spreken van een vaardigheid bij een uit meer onderdelen bestaande doelgerichte handeling, waarbij de verschillende onderdelen één geheel vormen, terwijl een leerproces noodzakelijk is om deze handeling onder de knie te krijgen.

Uit bovenstaande omschrijving van een vaardigheid kunnen vier kenmerken worden afgeleid. Met behulp van deze vier kenmerken kan men nagaan, of er al dan niet van een vaardigheid sprake is.

De vier kenmerken zijn:

1. **Complexiteit;** bij een vaardigheid is er steeds sprake van een zekere mate van complexiteit; elke vaardigheid kan worden opgedeeld in deelvaardigheden.
2. **Aangeleerd zijn;** uit het vorige kenmerk volgt automatisch dat een vaardigheid steeds moet worden aangeleerd. Wanneer iets zo gemakkelijk is dat het na één keer uitleggen, zien of proberen al beheerst wordt, spreken we niet van een vaardigheid.
3. **Intentionaliteit;** uit het feit dat een vaardigheid dient te worden aangeleerd, volgt dat deze ook altijd doelgericht is. Een vaardigheid wordt niet zomaar uitgevoerd, men wil er een van tevoren bepaald doel mee bereiken. Daarom voert men een vaardigheid niet intuïtief of impulsief uit, maar steeds aangepast aan het doel dat men in de concrete situatie wil bereiken.
4. **Organisatie/structuur;** dit kenmerk duidt erop dat de verschillende onderdelen waaruit een vaardigheid bestaat, niet in willekeurige volgorde kunnen worden uitgevoerd. Deze vragen om een zekere logische opeenvolging, wil er van een vaardigheid sprake zijn.

De componenten van een vaardigheid.

Behalve de vraag of er sprake is van een vaardigheid, kan ook de vraag gesteld worden of er aan een vaardigheid alleen motorische of ook nog andere componenten kunnen worden onderscheiden. Voor het onderwijs is dit een belangrijke vraag, omdat het antwoord hierop gevolgen heeft voor de vormgeving van het vaardigheidsonderwijs. Wanneer er immers alleen sprake zou zijn van een motorisch component, dan zou een onderwijsvorm waarin de bewegingen steeds direct en op de dezelfde wijze geoefend worden, de enige juiste zijn. Maar het zit veel complexer in elkaar, ook bij het aanleggen van een compressieverband.

Men onderscheidt aan een vaardigheid een viertal componenten¹:

1. Een cognitieve component. Hiermee wordt bedoeld op de kennis die nodig is om te begrijpen, hoe de handeling verricht moet worden, waarom dat zó moet en wat het resultaat moet zijn.
2. Een motorisch component. Het op de juiste volgorde uitvoeren van de handeling moet in de vorm van een motorisch schema in het gedragsproces verankerd worden.
3. Een sociaal-psychologisch component. Hiermee wordt bedoeld dat ook de durf en het

zelfvertrouwen moet worden aangeleerd om de vaardigheid in reële situaties daadwerkelijk toe te passen.

4. Een handigheidscomponent. Wanneer een vaardigheid goed wordt beheerst, dan kan deze ook in gevarieerde situaties zorgvuldig, snel en flexibel worden toegepast.

Aan elk van deze componenten dient in het vaardigheidsonderwijs aandacht worden besteed. Pas wanneer een cursist in elk van deze componenten voldoende is gevorderd, is er sprake van een beheersing van de vaardigheid.

Bij het leren van vaardigheden onderscheiden we de oriëntatiefase, de oefenfase en de fase voor het komen tot beheersing.

De oriëntatiefase:

- Doel van het leren tot welk niveau de vaardigheid moet worden beheerst
- Achtergrondkennis over verloop, werking, indicatie en beoogd effect van de handeling
- Feitelijk verloop van de handeling op cognitief niveau, eventueel door middel van demonstratie of video
- Kritieke punten bij het uitvoeren van de vaardigheid
- Voorzorgsmaatregelen die moeten worden genomen

De oefenfase:

- Demonstratie van de vaardigheid
- Gelegenheid tot imiteren van het voorbeeld
- Verder oefenen in gesimuleerde, gereduceerde of reële situaties
- Confrontatie met effecten van het toepassen van de vaardigheid

Fase voor het komen tot beheersing:

- ‘Overlearn’ leren tot voorbij het noodzakelijk beheersingsniveau
- Nadruk op ritme, snelheid en op coördinatie van de deelhandeling
- Leren omgaan met stresssituaties en andere in de praktijk interfererende factoren

Bij vaardigheidstrainingen in organisaties komt het veel voor dat, in tegenstelling tot wat de doelstellingen doen vermoeden, de oefenfase enigszins, maar de beheersingsfase in het geheel niet, deel uitmaken van het leren.

Belangrijk is dat er herhaaldelijk en onder gevarieerde omstandigheden geoefend wordt om de vaardigheden aan te leren. Gebeurt dit niet, dan blijft veelal op langere termijn een onvoldoende leereffect over. In de stage of in de praktijk begint het leerproces weer van vooraf aan.

Stappenplan voor het aanleren van vaardigheden:

Stap 1: voorbereiding door de cursist thuis, theoretische kennis bestuderen

Stap 2: inleiding, doelstelling en procedure worden uitgelegd door de trainer. Theorie kort doornemen. Vaardigheid wordt uitgelegd als voorbereiding op de eerste demonstratie.

Cursisten krijgen gelegenheid het materiaal te bekijken.

Stap 3: de opleider demonstreert de gehele vaardigheid.

Stap 4: nogmaals doornemen van de gehele demonstratie. Per onderdeel wordt er extra toelichting gegeven. Gebruik hierbij de theoretische kennis die deel uitmaakt van de voorbereidingsopdracht.

Stap 5: nogmaals de handeling in zijn geheel voordoen en belangrijke stappen kritieke punten nogmaals toelichten. Uitleggen wat en waarom je iets doet.

Stap 6: een van de cursisten vragen om te oefenen, laat de cursist de handeling eerst in woorden langslopen. Belangrijk is ook het waarom vragen.

Deze stap is erg belangrijk omdat de docent moet zorgen dat de eerste cursist niet al teveel

fouten maakt, dit is namelijk belangrijk voor de motivatie.

Stap 7: de opleider vraagt de cursist de handeling uit te voeren, hij onderbreekt deze niet, tenzij de cursist vast komt te zitten. Laat de cursist daarna vertellen hoe hij het vond, daarna geven de medecursisten hun indrukken weer. De opleider vat de opmerkingen samen en vult ze aan. In deze fase moet de opleider er voor waken niet alleen te reageren op wat nog niet goed gegaan is, het is heel belangrijk te bevestigen wat wel goed gegaan is.

Stap 8: nu krijgt iedereen de kans in subgroepjes te gaan oefenen. Het is van belang dat de cursist steeds uitleg en feedback krijgt van de cursusleider of de medecursisten.

Het is belangrijk dat elke cursist zo vaak kan oefenen tot hij 'gevoeld' heeft hoe de handeling verloopt. Wanneer dit het geval is wisselen de cursisten. Blijf altijd oefenen totdat het goed gaat.

Stap 9: nadat in subgroepjes is gewerkt, blikken de opleider en de cursisten in de plenaire groep op de oefenperiode terug. Ze wisselen ervaringen uit en inventariseren welke onderdelen moeilijkheden opleverden. Zo nodig laat de opleider nog eens zien hoe de vaardigheid, maar vooral de knelpunten moeten worden uitgevoerd.

Stap 10: de opleider bespreekt de mogelijkheden om de komende tijd zowel met begeleiding als zonder begeleiding te oefenen. Voor docentonafhankelijk oefenen moet natuurlijk een handelingsschema beschikbaar zijn waar de cursist zo nodig op terug kan vallen.

Stap 11: een herhalingstraining, hierin beginnen met ervaringen uit de praktijk over de aangeleerde vaardigheid. Opnieuw weer oefenen in subgroepjes totdat de vaardigheid weer eigen gemaakt is en in alle situaties bruikbaar is.

Er zijn ook voorwaarden om een training te laten slagen, dit zijn onder andere:

- theoretische kennis moet bij de deelnemers aanwezig zijn, men moet alle ins en outs van het ziektebeeld kennen
- de deelnemers moeten de complicaties kunnen onderkennen, die kunnen ontstaan door de handelingen, en hierop ook actie op ondernemen
- voldoende tijd voor training inplannen zodat er ruim tijd is voor het stellen van vragen
- goede accommodatie regelen zodat iedere cursist de ruimte heeft om te oefenen
- zorg dat er voldoende oefenmateriaal aanwezig is
- las tijdig een korte pauze in om even te ontspannen
- zorg dat je als opleider goed voorbereidt bent en kennis van zaken hebt
- de cursusgroep niet te groot maken zodat iedereen voldoende feedback krijgt van de cursusleider.

*** Corrie Perdaems, Wond-en decubitusconsulent
Franciscus ziekenhuis te Roosendaal**