

Logopedie

Opdracht module afwijkende mondgewoonten

Opdracht 1

- **Bedoeling:** Als we kauwen en slikken gaat het meestal vanzelf. Tijdens deze opdracht ben je er heel bewust mee bezig en probeer je inzicht te krijgen in het kauw- en slikproces.
- **Activiteit:** Voer zelf de volgende handelingen zo rustig en gewoon mogelijk uit en beschrijf nauwkeurig wat er gebeurt bij:
 - Koekje, boterham e.d. afhappen, kauwen (kaakactie), verzamelen van voedsel op de tong en doorslikken.
 - Slokje water nemen, slokje voor slokje 3 slokjes drinken, let op verzamelen op de tong, lip- en tongactie en doorslikken.
 - Beker water achter elkaar doordrinken, let op lipactiviteit als de beker de mond nadert, lip- en tongactie bij het slikken.
- Wat vooral van belang is, is het heel bewust voelen van hoe de slikactie verloopt; dat geldt voor wat betreft de voorbereiding, de uitvoering en let met name ook op de voortdurende actie van de tong (ook na het slikken!). Als hulp bij de beschrijving kun je denken aan:
 - Voor-, midden- en achtertong (welk gedeelte is actief en hoe?).
 - Is de golfbeweging van de tong afrollend naar achteren over/tegen je gehemelte, met andere woorden bovenwaarts afrollend gericht of juist voorwaarts duwend tegen tanden/lippen?
 - Vindt er vacuüm-zuigen plaats?
 - Hoe verloopt het kauwen (roterend, voorwaarts, voorkeur voor één kant)?
 - Hoe wordt de voedselbrok gevormd en waar wordt deze neergelegd?
 - Is er activiteit van overige spieren waarneembaar (voor de spiegel kijken) zoals m. mentalis, m. orbicularis oris?
- **Resultaat:** Beschrijf in een kort verslag (maximaal 1-A4) hoe het kauwen en slikken is gegaan. Geef antwoord op bovenstaande vragen. Hiermee geef je een duidelijke beschrijving van je eigen slikproces.

Opdracht 2

- **Bedoeling:** Je bent je bewust van je eigen afwijkende mondgewoonten en kunt die signaleren bij anderen.
- **Activiteit:** Kijk in je omgeving of er ook mensen zijn die afwijkende mondgewoonten hebben en breng deze in kaart. Onderzoek ook bij jezelf of je wellicht zelf een vorm van afwijkend mondgedrag vertoont.
- **Resultaat:** Maak een kort verslag van de afwijkende mondgedragingen die voorkomen in jouw omgeving en eventueel bij jezelf. Wat is je opgevallen? Wat heb je geobserveerd en wat niet?