

In gesprek komen met demente ouderen

“Vraag vooral niet naar feiten!”

Spreek demente ouderen aan als wijze oudere en ze praten honderduit over hun leven. Zo kom je meer te weten over hun wensen en gevoelens, zegt psychologe Marie-Elise van den Brandt. Dit project *Levensverhalen* ziet ze graag erkend als *good practice* en opgenomen in de kwaliteitsbibliotheek van het CVZ. De methodiek is ook te gebruiken bij mentaal gezonde ouderen.

Tekst: Noël Houben | Beeld: Ron Zwagemaker

Hoe maak je contact met dementerende ouderen? En hoe kun je aansluiting krijgen met hun gedachten en gevoelens? Vraag vooral niet naar feiten. En doe geen verwijzingen in de tijd, zegt Marie-Elise van den Brandt stellig. De psychologe, werkzaam in verpleeghuis de Eshoeve in Den Haag, heeft samen met geestelijk verzorger en predikant Wout Huizing een methodiek ontwikkeld om met dementerenden in gesprek te gaan over hun leven en om hun levensverhaal te formuleren. Het doel daarvan is aan te sluiten op gedachten en gevoelens van de dementerende oudere, met behulp van foto's en belevings gerichte vragen. Die gesprekken kunnen vervolgens duidelijk maken wat op dat moment voor de dementerende belangrijk is.

De methodiek is een manier om het levensverhaal van een oudere te vertellen. Dat kan resulteren in een levensboek, dat in woord en beeld het leven van een oudere beschrijft. Maar levensverhalen kunnen ook de vorm aannemen van een fotocollage of een verjaardagskalender. “Eén vrijwilliger heeft zelfs een bonbondoo gemaakt”, vertelt Marie-Elise van den Brandt. “Daarin zitten blokjes met daarop een fotootje en een kort stukje begeleidende tekst. Aan de hand van deze ‘snoepjes’ wordt het verhaal van een mevrouw verteld.”



Marie-Elise van den Brandt: “Ouderen willen graag levenswijsheid overdragen.”

Einde gesprek

Levensboeken vertellen traditioneel vooral een feitelijk verhaal. Hoeveel kinderen de oudere heeft, welk beroep hij vroeger uitoefende, enzovoort. Maar kennisvragen kunnen tot pijnlijke situaties leiden als het geheugen achteruit gaat. Ook verwijzingen naar het verleden zijn volgens Van den Brandt uit den boze. “De kans is groot dat een dementerende oudere je onbegrijpend aankijkt als je vraagt welk beroep hij vroeger uitoefende. In zijn beleving is hij nog steeds timmerman of bakker. Het kan zomaar einde gesprek betekenen.” De kunst is om iemand in de rol van ‘wijze oudere’ te plaatsen, aldus de psychologe. “Vraag de oudere hoe het is om in een groot gezin op te groeien en of hij het belangrijk vindt dat mensen een vak leren. Voor je het weet, vertelt hij dan honderduit. Want de druk van een goed of fout antwoord is weg. Door iemand naar zijn mening te vragen, stimuleer je zijn herinnering indirect. Feiten over gezin en beroep komen vervolgens als vanzelf naar boven. Je komt al pratende ook meer te weten over de wensen en gevoelens van de oudere. Misschien vertelt een meneer dat hij op zondag altijd graag een croissantje eet. Dan kun je daar in de zorgverlening rekening mee houden. Dit soort kleine dingen kunnen veel invloed hebben op de kwaliteit van leven van mensen.”

“Vraag niet wat iemand vroeger deed. In zijn beleving is hij nog steeds timmerman of bakker.”

Zorgleefplan

Speciaal opgeleide vrijwilligers voeren met de dementerende ouderen de gesprekken die vervolgens resulteren in het levensverhaal. Van den Brandt verzorgt hun training in samenwerking met Mara, een organisatie die vrijwilligers ondersteunt. De gesprekstechnieken vormen een belangrijk onderdeel van de opleiding. “Doel is immers om met de oudere in gesprek te komen, Van den Brandt nog eens.” Ook de zorgmedewerkers krijgen een speciale training. “Zij moeten met de informatie uit de levensverhalen aan de slag”, zegt ze. “Door zo’n verhaal te lezen, kunnen ze bijvoorbeeld beter begrijpen waar het verdriet van een

demente mevrouw vandaan komt. Dat biedt aanknopingspunten om iemand gerust te stellen. Je hoeft dan minder snel naar een pilletje te grijpen.”

De informatie uit de levensverhalen kan ouderen bovendien een stem geven bij het opstellen van hun zorgleefplan. Dit plan legt afspraken vast tussen cliënt en zorgaanbieder. “Zorgverleners gaan vaak af op wat familieleden vertellen. Die weten prima hoe iemand was. Maar het is voor familie een stuk lastiger om in te schatten hoe hun naaste nu is en wat hij nu wil. Daar kunnen de levensverhalen inzicht in geven. Met de training voor de zorgmedewerkers breng ik de koppeling tussen levensverhalen en het zorgleefplan onder de aandacht. Hetzelfde willen Wout Huizing en ik doen met de aangepaste herdruk van ons handboek *Mijn Leven in Fragmenten*. Zorgondernemersorganisatie ActiZ heeft al laten weten dat ze geïnteresseerd is in de inzet van levensverhalen bij de formulering van het zorgleefplan.”

Ook voor mentaal gezonde ouderen

Van den Brandt zou de levensverhalen graag voordragen voor erkenning als een *good practice* in de langdurige zorg, zegt ze. “Ik geef overal in het land trainingen. De gespreksmethode wordt al op veel plaatsen gebruikt, toch valt er nog een wereld te winnen. Ik hoop dat er nog meer vrijwilligers met de levensverhalen aan de slag gaan. Het mooiste zou ik het vinden als onze manier van vragenstellen echt een automatisme wordt in de ouderenzorg. Ik hoop dat opname in de kwaliteitsbibliotheek en de aandacht die daarmee gepaard gaat een bijdrage levert aan de emancipatie van dementerenden overal in Nederland.”

De methodiek kan eveneens worden toegepast bij mentaal gezonde ouderen, besluit Van den Brandt. “Ook met deze groep worden vaak levensboeken gemaakt. Ik denk dat zij ook graag als wijze oudere worden aangesproken en levenswijsheid willen overdragen. Dat doen ze waarschijnlijk liever dan alleen feiten uit hun leven oprakelen. Er komen steeds meer ouderen. Des te belangrijker dat we hen echt serieus nemen.”

Marie-Elise van den Brandt-van Heek en Wout Huizing, *Mijn Leven in Fragmenten*, uitgeverij Bohn Stafleu Van Loghum, 2009.

Vilans: we gaan ruchtbaarheid geven aan succesvolle interventies

Het CVZ werkt samen met Vilans aan een traject om succesvolle interventies en veelbelovende behandelingen in de ouderenzorg of gehandicaptenzorg te erkennen. Deze initiatieven kunnen worden aangemeld bij Vilans, kenniscentrum voor de langdurige zorg. Vilans helpt de interventie nader te beschrijven, waarna een speciale commissie de interventie beoordeelt. Bij een positief oordeel krijgt deze een plek in een databank van Vilans en in de kwaliteitsbibliotheek van het CVZ. Voor de ouderenzorg en voor de gehandicaptenzorg zijn afzonderlijke commissies. Het plan is om voor de beoordeling van chronisch ziekenzorg een aparte commissie in te stellen. Elke commissie bestaat uit deskundigen uit wetenschap, beleid en praktijk op het betreffende terrein. De criteria en de werkwijze voor de beoordeling is nog volop in ontwikkeling en wordt, volgens Vilans, werkenderwijs opgezet.

Erkenning van een werkwijze betekent meer dan opname ervan in een database, maakt Astraiä Rühl van Vilans duidelijk. “We gaan ruchtbaarheid geven aan erkende interventies. Op die manier zorgen we dat goede voorbeelden ook echt gebruikt worden. We begeleiden organisaties in de langdurige zorg, en zullen hen wijzen op geschikte interventies en methodes uit de database.” Aanmelden voor erkenning leidt er bovendien toe dat gerenommeerde deskundigen kijken naar een interventie”, aldus Rühl. “De commissie kan feedback geven en aanknopingspunten voor verdere ontwikkeling.”

Voor meer informatie: n.heeringa@vilans.nl

Kwaliteitsforum

Op 17 december 2013 organiseerde het CVZ een Kwaliteitsforum met als onderwerp het erkenningstraject voor *good practices* in de langdurige zorg. Op de druk bezochte bijeenkomst waren onder meer organisaties van cliënten, zorgaanbieders, branche-organisaties, en VWS aanwezig. Op het forum gaven zesentwintig organisatie's een presentatie van een goede interventie uit de langdurige zorg, waaronder de crisiskaart en het project levensverhalen. Een overzicht van de deelnemers is te vinden op www.cvz.nl/kwaliteit.