

# GEESTELIJKE VERZORGING EN DEMENTIE

## Tien persoonlijke inzichten vanuit de praktijk

Door: Dr. Leddy Karelse\*

*De omgang met dementerende bewoners in een verpleeghuis is niet vanzelfsprekend, ook niet voor geestelijk verzorgers. Leddy Karelse werkt nu ongeveer acht jaar als geestelijk verzorger in een verpleeghuis. In de loop der jaren verwierf hij een tiental inzichten die hem behulpzaam waren in zijn werk. Een lezing vormde de aanleiding om ze op papier te zetten. Omdat zijn inzichten ook voor collega's van betekenis kunnen zijn, licht hij ze hier toe.*

### Inleiding

De kerk in Havelte vroeg mij om een lezing te houden over geestelijke verzorging in het verpleeghuis, en dan met name over de zorg voor dementerende bewoners. Bij het voorbereiden van deze lezing kwam het boek *Ik ben er even niet* van Hape Kerkeling in mijn gedachten. Dit boek gaat over de pelgrimsreis die de Duitse komiek maakt naar Santiago de Compostela. Hij beschrijft daarin zijn ervaringen en gedachten tijdens de reis. Iedere dag verwoordt hij een 'inzicht van de dag'. In mijn eigen wandelvakantie had ik dit voorbeeld gevolgd. Het aardige ervan is dat je gedwongen wordt om een keuze te maken: wat vind ik het belangrijkste om die dag te verwoorden? Het leek me een leuk idee om hetzelfde te doen met betrekking tot mijn werk als geestelijk verzorger. 'Wat heb ik geleerd in de jaren dat ik bij Stichting de Noorderboog werk?' 'Wat zijn voor mij de meest essentiële zaken in de zorg voor dementerenden?'

Deze vragen probeerde ik te beantwoorden in een

aantal inzichten. Ik heb ze zo proberen te beschrijven, dat zij voor een breed publiek toegankelijk zijn. Overigens heb ik ze niet gerangschikt volgens een bepaalde hiërarchie van belangrijkheid. De volgorde is bepaald door de willekeurige loop van mijn gedachten.

### Inzicht 1: In het contact met dementerenden moet je niet alleen veel leren, maar ook veel afleren

Het eerste wat ik als geestelijk verzorger heb geleerd, is om een heleboel af te leren. Tijdens mijn opleiding is er bij mij in gehamerd dat je tijdens een gesprek altijd open vragen moet stellen, vragen die je gesprekspartner in de gelegenheid stellen om zelf een antwoord te geven. Gesloten vragen werken meestal remmend in een gesprek. Dat is ongeveer een basisregel uit het pastoraat.

Ik heb ervaren dat in gesprek met dementerenden deze regel vaak niet opgaat. Meestal hebben zij juist behoefte aan een duidelijke sturing en over-

zichtelijke vragen. Vragen die met ja en nee zijn te beantwoorden: 'Gaaf het goed met u?' 'Wilt u een kopje koffie?' 'Zal ik voor u een gebed uitspreken?'

Voor sommige mensen is het al lastig wanneer ze zelf een keuze moeten maken. Een eenvoudig voorbeeld. Bij het koffiedrinken wordt vaak de vraag gesteld: 'Wat wilt u drinken: koffie of thee?' Deze vraag blijkt soms al te moeilijk te zijn, je ziet dat mensen erdoor in verlegenheid komen. Beter is dan de vraag: 'Wilt u misschien een kopje koffie?'

Wat ik ook heb afgeleerd is om vooral op de inhoud van een gesprek te letten. Ook dat zijn we zo gewoon. Het gaat vooral om wat iemand zegt. In mijn contact met dementerenden heb ik gemerkt dat het minstens zo belangrijk is hoe dingen worden gezegd: vriendelijk, belangstellend, of juist betuttelend of kinderachtig. Dat dementerenden in hun beleving vaak teruggaan naar vroeger, betekent niet dat je ze als kinderen moet aanspreken. Uit onderzoek is gebleken dat dementerenden hier zeer gevoelig voor zijn. Ook je lichaamstaal is vaak belangrijk. Zo stelt een mevrouw in Diever die ik regelmatig bezoek mij wel eens de vraag: 'ben je moe?' Ik ben altijd op vrijdag in Diever en heb het dan soms wat gehad. Ik ben me er zelf vaak niet van bewust dat ik moe ben, maar de mevrouw merkt het haarscherp op.

Een andere les voor mij was: maak altijd eerst contact voordat je gaat spreken. Even elkaar in de ogen kijken, iemand bij de schouder of hand pakken. Dan ben je in beeld. Ook het kennen van iemands naam is belangrijk. Ik heb me aangeleerd om zoveel mogelijk namen van bewoners te onthouden. Soms valt dat niet mee, maar het is wel belangrijk. Ik krijg regelmatig de vraag te horen: 'Ken jij mij wel. Hoe heet ik dan?' Kortom: het leren namen onthouden is voor een geestelijk verzorger in een verpleeghuis een must.

## Inzicht 2: Accepteer dat de communicatie vaak niet lukt

Ik heb ervaren dat communicatie met dementerenden vaak niet lukt. Een inzicht dat misschien bijna voor zichzelf spreekt, maar dat in de literatuur en ook in de praktijk weinig aandacht krijgt. Wij mensen hebben nu eenmaal de neiging om vooral te praten over wat goed gaat. Gelukkig zijn er natuurlijk ook veel mooie dingen die gebeuren en is het belangrijk om ook deze voor het voetlicht te brengen. Geestelijk verzorgers vertellen vaak over wat lukt in hun werk: dat mensen geraakt worden, bereikt worden door een lied, gebaar of een woord. Dat is ook legitiem. Maar het is ook goed om uit te spreken dat communicatie vaak niet lukt, dat je geen contact krijgt met iemand, dat je iemand niet bereikt. Soms komt dat door de omstandigheden, bijvoorbeeld het moment dat je iemand aanspreekt. Soms ligt de oorzaak ook in jezelf: ben je zelf wat afwezig, sla je net de plank mis, voel je het niet goed aan. Ik vind het belangrijk om hier af en toe bij stil te staan: kan het beter? En zo ja, hoe dan? En het is soms juist ook de kunst om te accepteren dat er even niet meer in zit, dat je de ander niet bereiken kunt.

## Inzicht 3: Pas je tempo aan

Wat ik ook geleerd heb, is mijn tempo aan te passen. Een van de belangrijke dingen is uit te stralen dat je alle tijd van de wereld hebt. Haastige spoed is in het verpleeghuis zelden goed. Zo heb ik iedere week een Bijbeluur: wij zingen, lezen uit de bijbel, bidden het *Onze Vader*. De meeste tijd gaat er echter in zitten om de mensen op te halen en weer terug te brengen. Dat vereist een bepaalde manier van kijken: de activiteit begint al wanneer je iemand ophaalt: vragen of hij of zij meewil, iemand rustig de tijd geven om op te staan, de tas aan de rolstoel te hangen, het laatste slokje koffie op te drinken.

Ik betrap mezelf er wel eens op dat ik die rust niet heb. Een voorbeeld. Je vraagt: 'Vindt u het goed dat ik u meeneem in uw rolstoel?', terwijl je de rolstoel

al bijna in beweging hebt. Werken in het verpleeghuis is daarom een oefening in onthaasting. Er is wel eens een engelengeduld nodig. Vol bewondering kijk ik dan ook naar de mensen in de verpleging die mensen helpen bij het wassen en aankleden.

#### **Inzicht 4: Humor is belangrijk**

Humor is een belangrijk communicatiemiddel. Dit ben ik mij bewust geworden door het lezen van het boek over het dementieproces van Iris Murdoch. Op een gegeven moment schrijft haar man dat hij haar alleen meer kon bereiken door middel van humoristische opmerkingen. 'Het lijkt wel of humor alles overleeft. Een plotselinge lach, flarden rijmelarij, een liedje, plagerige onzinrituelen die vroeger liefdevol uitgewisseld werden, dat alles kan ineens een blijde reactie teweegbrengen, en een stralende glimlach.' En: 'De grap is het laatste dat schijnt door te dringen in het bewustzijn van een geatrofieerd brein' (John Bayley, *Elegie voor Iris*, pag. 61/62 en 64/65). Dit komt, denk ik, omdat humor relateert, vaak speels is en vooral ook omdat humor een zekere intimiteit in het leven roept. (Donald Capps is één van de weinige theologen die uitgebreid aandacht heeft voor het gebruik van humor in de theologie, zie bijvoorbeeld diens *A time to laugh: The religion of humor*).

#### **Inzicht 5: Communicatie met vallen en opstaan**

Communiceren gaat met vallen en opstaan. Dit inzicht sluit aan bij het reeds genoemde inzicht dat communicatie dikwijls niet lukt. Communicatie is vaak ook uitproberen. Mensen met dementie kunnen iedere keer dat je ze ontmoet weer anders zijn. Er bestaat geen succesformule. Het is altijd zoeken naar hoe je iemand kunt bereiken. Soms sla je de plank mis, soms schiet je precies in de roos. Dat maakt communicatie ook boeiend.

Twee benaderingen zijn beroemd in de communicatie met dementerenden: de Realiteit Oriëntatie

Training - de gesprekspartner zoveel mogelijk weer proberen terug te brengen naar de werkelijkheid - en de belevingsgerichte communicatie - meegaan in de belevingswereld van de dementerende. Een voorbeeld. Een mevrouw van tachtig jaar praat over haar moeder alsof deze nog in leven is. 'Ik moet nu echt gaan hoor, mijn moeder wacht op mij'. Een reactie die past bij de Realiteit Oriëntatie Training zou zijn: 'U bent zelf al tachtig jaar, dan kunnen uw ouders toch niet meer leven?' 'O, ja, dat is ook zo!' Een reactie meer in het stramen van belevingsgerichte communicatie: 'Uw moeder wacht op u hè. Zorgt zij goed voor u?' Mijn ervaring is dat de laatste benadering vaak het beste werkt. Soms blijft het echter lastig, zeker als om een uur of vier mensen onrustig worden en naar huis willen.

#### **Inzicht 6: Waarde van de traditionele rituelen en bekende liederen**

Ik ben steeds meer de oude vertrouwde woorden uit de traditie gaan waarderen. De bekende liederen van vroeger zijn een rijke bron van beleving. Ik vind het mooi om te zien hoe deze liederen voor dementerenden opnieuw gaan leven. Deze zorgen voor een gevoel van warmte en geborgenheid. Soms is het ontroerend om te zien hoe iemand het *Onze Vader* meebidt. Ook gebeurt het dat mensen die nauwelijks meer kunnen spreken, soms nog wel kunnen zingen. Lieder komen uit het diepste van de menselijke ziel. Iemand zei ooit tegen mij: 'Het is alsof ik engelen hoor zingen'.

Ook de overdenkingen in huisdiensten vormen voor mij een boeiende theologische oefening. Allereerst om in kort bestek het hart van de tekst te verwoorden en dat op zo'n manier dat niet zozeer de inhoud van het gezegde blijft hangen, maar wel het gevoel dat God naar mensen omziet. Ook in het verpleeghuis is een goede theologische scholing volgens mij noodzakelijk en is het goed om je te blijven verdiepen in de theologie.

### **Inzicht 7: Leer je schroom te laten vallen**

Wat ik ook heb geleerd, is om niet te bang te zijn dat mensen je gek vinden. Soms moet je jezelf overwinnen. Zomaar in de huiskamer een gebed uitspreken deed ik niet zo snel. Toch is het soms nodig. Sommige bewoners blijven het liefst in de huiskamer en willen niet met je mee. Het blijft voor mij iets ongemakkelijks, je ziet als het ware iedereen naar je kijken (vaak onzin natuurlijk) en je hoort iedereen meeluisteren. Zo gebeurt het nogal eens dat ook de andere bewoners uit de huiskamer reageren.

Tegelijkertijd vormt een deel van de charme van werken in een verpleeghuis dat niet alles keurig aan regeltjes is gebonden. Mensen reageren niet meer zoals het hoort en dat is soms ontluisterend, maar soms ook bevrijdend.

### **Inzicht 8: Omgang met dementerenden zet je aan het denken over wie je zelf bent en is een bron voor theologische reflectie**

Mensen die je ontmoet kunnen je een spiegel voorhouden. De ontmoeting met de ander kan leiden tot zelfkennis. Het begeleiden van dementerenden heeft mij bewuster gemaakt van de vreemdeling in mezelf. Een vreemdeling die zich niet laat inburgeren maar anders blijft. Zo houden dementerenden mij een spiegel voor. Ik heb het leven niet in de hand, hoe graag ik dat ook zou willen. Van de filosoof Derrida heb ik geleerd dat de mens ontregeld wordt door iets of iemand die hij niet kan bevatten. In het leven van dementerenden zie ik dat in een extreme vorm terug.

Ik word in het verpleeghuis opnieuw geconfronteerd met een aantal vragen waar ik mij jarenlang mee bezig heb gehouden. Voorafgaande aan mijn baan als geestelijk verzorger heb ik een proefschrift geschreven over dwalen als postmoderne vorm van geloven. De theorie van jezelf verliezen krijgt voor mij nu concreet gestalte in de demente mensen

die ik ontmoet. Dementie is het zeer pijnlijke en soms bijna onmenselijke verlies van jezelf. Maar creëert dit verlies van zelf wellicht ook een opening waarin het goddelijke zich kan openbaren? En zegt de vorm van dwalen van de dementerenden – ‘Weet u misschien hoe ik thuis kan komen? Kunt u mij helpen?’ – wellicht meer over onze ‘condition humaine’ dan wij voor lief willen hebben?

### **Inzicht 9: In de zorg voor mensen – ook de geestelijke verzorging – gaat het vooral om de gewone zaken van het leven**

In de omgang met dementerenden heb ik meer dan vroeger het gewone, alledaagse leven leren waarderen. Het gaat vooral om aandacht voor mensen in de vorm van koffiedrinken, een vriendelijk woord, iemand je tijd schenken. Van Karl Barth heb ik geleerd dat het kostbaarste wat ons geschonken kan worden tijd is (Karl Barth noemt dat: ‘Gott hat Zeit für uns’).

Soms vragen mensen mij wel eens: is het geen droeve bezigheid om altijd maar te werken met dementerenden? Je kunt toch geen diepgaand gesprek met hen voeren? Is dit werk wel bevredigend voor je? Het is inderdaad zo dat zinfragen vaak niet uitdrukkelijk ter sprake komen (al verbaas ik mij bijna dagelijks over de rake uitspraken van dementerenden). Toch ervaar ik dat niet als een tekort. Er wordt een ander beroep op je gedaan. Voortdurend ben je bezig met interpretatie van gedrag, gelaatsuitdrukkingen, lichaamshouding. Daarom heb ik tot nu toe mijn werk nooit als saai ervaren, zelfs niet nu ik al ongeveer 750 keer ‘Daar ruist langs de wolken’ heb gezongen.

### **Inzicht 10: Dementerenden ontvangen niet alleen zorg, maar geven ook veel terug**

Zorg is nooit eenrichtingsverkeer. Als geestelijk verzorger krijg je ook veel terug van dementerenden. Ik ontmoet vaak wijze mensen. Mensen met

---

veel levenservaring en vooral een enorm vermogen om zich aan te passen. Ook de humor van veel mensen is vaak vertederend. Ook kan ik genieten als ik twee dementerenden met elkaar hoor spreken. Er vindt soms een communicatie plaats die voor buitenstaanders niet te volgen is, maar beide gesprekspartners zichtbaar goed doet.

Donald Capps eindigt zijn boek over Jezus als weldoener (*Jesus: The village psychiatrist*) met het ver-

haal dat Jezus vlak voor zijn dood gezalfd wordt door een vrouw. Hij trekt hieruit de conclusie dat Jezus als hulpverlener niet alleen gaf, maar ook kon ontvangen en dat dat de kracht vormde van zijn dienstverlening. Ik deel deze conclusie. Het werken met dementerenden verrijkt mijn leven.

---

\* Dr. L.M. Karelse is geestelijk verzorger bij Stichting De Noorderboog in Meppel en Diever.