

Een stapje terug doen in de tijd

Het werken met ouderen met dementie heeft mij vanaf het eerste moment geboeid, geraakt en verwonderd. Ik vind het een dankbare taak om ouderen met dementie in hun laatste levensfase een fijne en plezierige dag(besteding) te kunnen bieden. Het verhaal achter de mens met dementie heeft mijn interesse.

Geschiedenis heeft mij altijd aangesproken. Mijn spreekbeurten op school gingen altijd over onderwerpen die alleen nog maar in geschiedenisboeken waren terug te vinden. Een ouder persoon is als het ware een levende geschiedenis.

Oudere mensen hebben soms bijna een eeuw lang de wereld om hen heen drastisch zien veranderen. Van de eerste televisie (in 1948) tot aan de eerste mens op de maan (in 1969). Hoe ouderen dit toen hebben ervaren, is soms buitengewoon fascinerend. De televisiebeelden van Neil Armstrong (1930-2012), die als eerste mens op de maan liep, waren voor sommigen onwaarschijnlijk. Volgens de 82-jarige Dirk uit het tv-programma *Showroom* hadden we helemaal niets gezien: “een schim”, en de tv-beelden waren “allemaal truage”.

Mensen vallen in stadia van dementie volgens professor Böhm weer terug in hun eigen ‘normaliteit’ van vroeger. Oudere mensen denken, voelen en handelen gaandeweg in hun proces van cognitieve achteruitgang steeds meer conform de vorming van hun eerste 25 à 30 levensjaren.

In het voorjaar van 2022 volgde ik met belangstelling de (basis)opleiding psychobiografische zorg, volgens de zorgmethodiek van professor Böhm. De opleiding was niet alleen erg leerzaam, maar gaf mij ook een stukje erkenning voor mijn werk als activiteitenbegeleider. Het laten zien wie je bent, van betekenis kunnen zijn en het hebben van een doel is voor iedereen belangrijk, ook voor ouderen met dementie. De zorgmethodiek geeft mensen die werkzaam zijn in de ouderenzorg verhelderende inzichten over hoe wij ouderen met dementie beter kunnen begrijpen en aanvoelen in hun eigen ‘normaliteit’. We realiseren ons vaak te weinig dat wij er nog niet waren, toen hij of zij opgroeide in een volstrekt andere tijd dan nu. Goed en kwaad, fijn en vervelend; het was allemaal anders.

Improvisatietheater

Naast mijn werk in de ouderenzorg speel ik sinds 2005 improvisatietheater, waarbij de spelers een scène of verhaal ter plekke ver-

zinnen. Een spelvorm uit het improvisatietheater is ‘de tijdsprong’, een geïmproviseerde scène waarbij de spelers in verschillende periodes terecht komen. Je zou het kunnen vergelijken met een alledaagse situatie op een verpleegafdeling. Werken met ouderen met dementie is letterlijk een stapje terug doen in de tijd en improviseren in hun belevingswereld.

Ik kwam al snel tot de ontdekking dat de technieken vanuit het improvisatietheater en de omgang met ouderen met dementie veel raakvlakken met elkaar hadden. Ik benoem een aantal van deze raakvlakken: laat alle verwachtingen los, onderhandel nooit, neem een beslissing, neem de tijd om alles in het moment te laten ontstaan, maak oogcontact, gebruik wat er in het hier en nu gebeurt, gebruik humor, laat de ander schitteren, houd het simpel en kies welke status je aanneemt ten opzichte van de ander. Deze technieken uit het improvisatietheater zijn goed te gebruiken in de omgang met ouderen met dementie.

Praktijkvoorbeeld

Tijdens een geïmproviseerde scène kan het heel verrassend zijn als twee spelers van status wisselen. Dit gebeurde ook een keer toen ik een woongroep voor ouderen met dementie bezocht.

Op een stoel aan tafel zat mevrouw Kruimel. Ze leek in eerste instantie onbereikbaar. Ik besloot een lage status aan te nemen en zakte door mijn knieën. Langzaam schoof ik op mijn knieën naar mevrouw Kruimel toe. Toen ik voor haar zat en zeepbellen de lucht in blies, was er even een contactmoment. Mevrouw Kruimel reageerde verwonderd op een zeepbel met de woorden: “Dat is een grote.” Daarna was het contact weer verdwenen. Ik zat nog steeds op mijn knieën en heel langzaam stond ik op. De ogen van mevrouw Kruimel volgden mij met volledige aandacht. Toen ik weer met beide benen op de grond stond, reageerde mevrouw Kruimel met verbazing: “Wat ben jij groot, zeg.”

Ik reageerde met de woorden: “Groot, hè?”

“Je lijkt wel Goliath”, gaf mevrouw Kruimel aan.

“Dan bent u David”, liet ik haar weten.

Al gauw verscheen er een brede glimlach op haar gezicht.

Ik was in de beleving van sommige bewoners een marskramer van vroeger

In mijn werk ben ik altijd op zoek geweest naar hoe ik ouderen met dementie het beste kon bereiken. In groepsverband was het niet altijd mogelijk om de individuele oudere volledig in zijn of haar belevingswereld te ontmoeten.

Er waren enkele ouderen op de verpleegafdeling die überhaupt niet aan de groepsactiviteiten konden deelnemen. Zij waren vaak in een vergevorderd stadium van hun dementie. Ik bezocht deze bewoners regelmatig op hun kamer en nam dan wat oude, herkenbare en zintuiglijke materialen mee. Het was niet altijd praktisch om met losse materialen te lopen leuren. Daar moest toch iets op te bedenken zijn.

Ik liep daarnaast met het idee om een typetje te creëren dat zou aansluiten bij de belevingswereld van de doelgroep. Op onze zolder hing al een tijdje een oude stofjas. Ik besloot om hiervan iets origineels te maken. Het moest een blikvanger worden met een 'wow-effect'. Aan die oude stofjas maakte ik verschillende, herkenbare materialen en spullen vast, zoals een foto van de koningin, een waslijn met rode zakdoeken en een kraag vol met houten wasknijpers. Met de tijd werd de stofjas steeds zwaarder; telkens kwam er wat bij. De jas werd uitgebreid met boven- en onderkleding, versierde schoenen en een grijze, platte pet. Met deze aanvullingen ontstond een volledig kostuum, met een knipoog naar het verleden.

Onder de stofjas draag ik vaak een zwart poloshirt en als eyecatcher een rood-wit gestreepte stropdas. In het begin droeg ik meestal een oranje broek, later een zwart-wit geruite broek en sinds kort een moderne Zeeuwse klepbroek.

Toen ik in het begin de huiskamer bezocht met mijn volgeladen stofjas, dachten de bewoners soms dat ik iets kwam verkopen. Ik was in de beleving van sommigen een marskramer van vroeger. Net als de melk-, groente- en visboer kwam vroeger ook de marskramer bij de mensen thuis aan de deur. Een marskramer was een rondreizende verkoper van allerlei kleine artikelen, die hij in een korf (de mars) op zijn rug bij zich droeg. Daar komt ook het gezegde 'Veel in je mars hebben' vandaan. De marskramer was een belangrijke schakel tussen de stad en het platteland. Een marskramer bracht allerlei nieuwe producten mee vanuit de stad om aan de mensen op het platteland te verkopen.