

“TT is hier heel

door Martine Busch

Een gesprek over TT in een buitengewoon woonzorgcentrum

■ Het pand in Breda Noord is gloednieuw, maar binnen heerst een ‘oude’ oosterse sfeer. Prachtige ikats en wajangpoppen hangen aan de muur van woonzorgcentrum Raffy, waar Molukse en Indische mensen wonen en verzorgd worden. Al meteen bij binnenkomst ruik je de Indische etensluchtjes en kun je lekkere dingen kopen in de centraal gelegen toko. In dit huis zijn de activiteitenbegeleiders Winnie Tan, Magda Wallenburg en verzorgenden Anita Wissel en Mieke van Oers enkele jaren geleden op bescheiden schaal begonnen met de introductie van therapeutic touch. Inmiddels hebben in totaal elf medewerkers de cursus gevolgd en is TT volledig geïmplementeerd...

Dagelijkse kost

“Voor mij is TT dagelijkse kost,” zegt Anita Wissel terwijl ze haar zontje van drie zachtjes over zijn rug strijkt, “en hij krijgt het met de paplepel ingegoten.” Ook Winnie Tan geeft vrijwel dagelijks TT aan bewoners van Raffy. “We werken met duidelijke afspraken,” licht Winnie toe. “In onze map noteren we wie op welke dag TT krijgt en hoe laat. In principe is dat bij de mensen op hun kamer of appartement, in hun eigen vertrouwde omgeving dus.” Ze vertelt dat er in het afgelopen jaar zes nieuwe TT’ers bij gekomen zijn, hetgeen betekent dat regelmatige TT-bijeenkomsten geen overbodige luxe zijn. “We merken bijvoorbeeld verschillen in hoe we TT geleerd hebben en daar discussiëren we dan over. En natuurlijk geven we elkaar TT, maar we bespreken ook onze TT-cliënten en maken nieuwe schema’s en houden een lijstje bij van mensen die voor TT in aanmerking komen.” Daarnaast kunnen bewoners ook zelf om TT vragen.

Magda Wallenburg voegt daar nog aan toe dat TT ook gegeven wordt in acute situaties. “Als iemand terugkomt uit het ziekenhuis bijvoorbeeld. Dan wachten we echt niet op de TT-bijeenkomst die een keer per zes weken plaatsvindt. En soms krijgen we ook mensen doorverwezen via het multidisciplinair team. Het komt ook wel voor dat we TT extramuraal geven, met name bij mensen in het zorg-hotel dat aan Raffy verbonden is.” “En we geven natuurlijk ook wel stukjes TT in de huiskamer of in de primaire activeringskamer,” valt Winnie in, “dat is wat we vroeger de snoezelbadkamer noemden; daar hebben we ook vaak gelegenheid om gedeelten van de TT-behandeling te geven.”

gewoon"

Geleidelijke invoering

Het was Winnie die als eerste op TT stuitte. Ze vertelt: "Ik had altijd wel interesse in dit soort dingen en toen las ik een keer iets over TT. 'Dat is iets voor ons,' dacht ik en toen er vervolgens een studiedag over TT gegeven werd bij onze beroepsorganisatie, heb ik meteen daarna contact opgenomen met het Van Praag Instituut. Onze directeur was weliswaar wat afwachtend, maar hij ging in elk geval akkoord met een bijeenkomst waarin het Van Praag

Verzorgingshuis Raffy in Breda heeft 84 bewoners, waarvan 25 op de verpleeghuisafdeling en 59 in het verzorgingshuisdeel, een zorghotel en gemiddeld 12 mensen per dag die de dagopvang bezoeken. Verder kent Raffy een tafeltje-dekjeservice en een grand café dat openstaat voor bewoners uit de buurt. Er werken 120 medewerkers en zo'n 100 vrijwilligers. De toko, waar ook buurtbewoners inkopen kunnen doen, wordt volledig door vrijwilligers gerund.

Raffy is een van de weinige zelfstandige verzorgingshuizen voor een specifieke doelgroep. Het is in 1956 opgericht om Molukse en Indische ouderen een prettige woonomgeving te bieden vanuit de eigen Molukse en Indische cultuur. Directeur Gert van der Pluijm: "Onze bewoners kiezen doelbewust voor oud worden in een omgeving en een cultuur waarin ze zich thuisvoelen. Daar waar bekende normen en waarden heersen. Tempo doeloe! Op hogere leeftijd vallen ze terug in het Maleis, de taal die ze als kind hebben aangeleerd." Bewoners komen uit alle hoeken van Nederland.



Winnie Tan



Magda Wallenburg

Instituut over TT kwam vertellen. We zijn toen uiteindelijk met z'n vieren naar de cursus gegaan."

Magda vervolgt: "In die periode hebben we TT in ons eigen tempo kunnen invoeren en konden we ervaren wat wel en wat niet goed liep en wat er nodig is om TT ook echt te integreren. Doordat we toen klein behuisd waren, kon iedereen ook de resultaten van TT zien. Waren er vragen – van collega's, bewoners of familie – dan konden we die ook meteen ter plekke beantwoorden en mensen zonodig laten ervaren wat TT doet. Ook Gert van der Pluijm, onze directeur, heeft zo aan TT kunnen wennen en ook aan de manier waarop wij ermee bezig zijn. Het is echt fantastisch dat hij ons die gelegenheid gaf." De reacties van de bewoners waren eigenlijk allemaal positief en vorig jaar zijn er dus twee keer drie collega's naar de cursus geweest. Magda legt uit dat dit ook samenhangt met de verhuizing van Raffy: "Drie jaar geleden zijn we verhuisd naar een groter pand, waardoor uitbreiding van het aantal bewoners mogelijk werd gemaakt. Daardoor kregen wij ook de gelegenheid om ons TT-team uit te breiden. Het is gewoon fijn dat we TT nu aan zoveel mensen kunnen aanbieden."

Anita vult aan: "Wat ik ook heel belangrijk vindt is dat wij ons ook kunnen blijven verdiepen. Twee jaar geleden zijn we met z'n drieën naar TT2 geweest en dit jaar gaan we naar TT3. Op die manier leren wij ook weer bij en kunnen we ervaringen uitwisselen met anderen." "Dat is trouwens ook de reden dat ik deelneem aan het overleg van de regiocontactpersonen van het TT-netwerk in Utrecht," zegt Winnie. "Ik hoor ervaringen van anderen, hoe zij met vragen en uitdagingen omgaan en ik doe ook nieuwe ideeën op."





De drie TT-pioniers in Raffy

De plaats van TT

Vanaf het moment dat besloten is om TT toe te passen is Woonzorgcentrum Raffy altijd achter de visie blijven staan dat TT aanvullend is in de ondersteuning van de zorg- en dienstverlening aan de bewoners. Ook de verpleeghuisarts, die al eerder van TT gehoord had, stond er vanaf het begin positief tegenover dat medewerkers in TT geschoold werden.

Geen afspraak willen missen

Voor een van de bewoners van Raffy is TT onmisbaar geworden. Hij houdt zelfs met zijn afspraken rekening met TT, zodat de behandeling altijd doorgang kan vinden. Zo liet hij onlangs aan de directeur weten, dat hij weliswaar in de sollicitatiecommissie wilde plaatsnemen, maar dan onder de voorwaarde dat dit niet ten koste zou gaan van het moment waarop hij TT zou krijgen.

“Voor ons is TT heel gewoon,” zegt Winnie. “Er zijn zoveel situaties waarin je het als ondersteuning kunt aanbieden. Zo hebben we een bewoner die op sterven lag geregeld TT gegeven. Het gaf hem de rust die hij op dat moment nodig had. Zijn vrouw hebben we ook TT aangeboden en na zijn overlijden zijn we daar mee doorgegaan, als steun bij rouwverwerking. Het helpt haar enorm. En de stoel zet ze ruim van tevoren klaar.”

Winnie blikt terug: “Voordat we konden beginnen met TT hebben we eerst een klinische les gegeven voor belangstellenden. Collega’s waren zeer geïnteresseerd, nieuwsgierig en bijna allemaal enthousiast. Doordat het invoeren van TT gedragen werd door de organisatie, de verpleeghuisarts en het merendeel van de collega’s, werd het ook gemakkelijker om als TT’er aan de slag te gaan.” Collega’s en paramedici die er eerst wat sceptisch tegenover stonden, zagen dat bewoners baat hadden bij TT en op een gegeven ogenblik wilden ze het ook zelf wel eens ervaren. Magda: “Voor familie is het nooit enig probleem geweest dat wij TT toepassen bij hun vader of moeder. Ook zij zagen resultaat. Zo was integratie een feit en TT is nu een normaal onderdeel geworden van het totaalpakket wat we aan een bewoner kunnen aanbieden.”

Succesverhaal

Het klinkt allemaal alsof TT in Raffy zonder slag of stoot terrein heeft gewonnen. “Wat scheelt,” nuanceert Magda, “is dat onze bewoners wel meehelpen. Voor hun is TT heel natuurlijk, ze komen uit een cultuur waarin het idee dat er meer is tussen hemel en aarde heel gewoon is. Je hoeft niet veel uit te leggen.” “Maar dat betekent niet dat iedereen er zomaar in gelooft, hoor,” valt Winnie in. “Ik heb bijvoorbeeld heel lang een meneer wekelijks TT gegeven en dan raak je natuurlijk erg met zijn energieveld vertrouwd; andersom trouwens ook. Dan is het net alsof het iets van ons tweeën is. Op een bepaald moment kon ik onze afspraak niet nakomen en inmiddels waren er meer TT’ers. Dus toen heeft mijn collega Barbara het overgenomen en de volgende keer zei deze bewoner heel enthousiast tegen mij: “Nou weet ik het zeker, het is echt! Zij had óók zulke warme handen!”

Magda geeft aan dat ze er ook niet in één keer waren. “We hebben de tijd echt wel nodig gehad om tot onze huidige vorm te komen. In het begin was ik bijvoorbeeld helemaal niet zo gestructureerd; dan gaf ik TT wanneer het uitkwam. Soms zelfs na het werk en een enkele keer kwam ik er speciaal voor terug. Dat is natuurlijk niet goed. Vandaar dat we nu met het afsprakensysteem werken. Iedereen weet waar hij aan toe is, en handelt daar ook naar.”

“We hebben natuurlijk ook steeds dingen bijgesteld. Aanvankelijk hadden we bijvoorbeeld een notatieformulier dat bij de gegevens over de activiteitenbegeleiding zat, maar dan heb je geen duidelijk overzicht. Nu zit er in de zorgdossiers een blauw formulier, alleen voor TT, waar iedereen die die persoon TT geeft op rapporteert, zodat je het verloop goed kunt bijhouden en kunt zien of er bijzonderheden zijn. In de besprekingen kun je daar dan op teruggrijpen. Zo kun je aan de hand van dat formulier bijvoorbeeld besluiten om TT bij iemand af te bouwen, of juist dat je het standaard wekelijks blijft geven. En er zijn nog steeds verbeteringen mogelijk; het dossier wordt lang niet altijd even goed bijgehouden.”

Ook Winnie ziet nog steeds mogelijkheden voor verbetering. “We leggen de lat misschien wel hoog, maar dat doen we met alles hier. We vinden echt dat de mensen de best mogelijke zorg verdienen. We zijn nu dus met elf TT’ers, dat is best een grote groep voor zo’n klein huis, en je ziet dat de een er meer mee heeft dan de ander. Daar moeten we ook oog voor hebben en mensen ondersteunen om geregeld TT te geven.”

TT goed implementeren is dus gewoon hard werken? “Ja,” beamen Magda en Winnie, “maar het is vooral ook leuk om te doen, hoor!” “En op een gegeven moment zit het gewoon in je systeem,” voegt Anita toe. “Dan gaat het automatisch.”

Uiterlijke en innerlijke vorm

Door haar nieuwe functie als kwaliteitsfunctionaris is Magda minder in de gelegenheid om TT te geven. Ze zegt: “Toch ben ik er wel mee bezig, want ik zie intentie als de basis van TT en die kun je ook in alle andere handelingen en activiteiten bewust laten doorklinken. Zoals met de aanpak van nieuwe ruimtes op de verpleegafdeling: iedere ruimte is ingericht vanuit een bepaalde intentie, bijvoorbeeld een huiskamer met de intentie ‘rust’.”

Eigenlijk zijn ze het daar alledrie wel over eens. Winnie: “Je zou een onderscheid kunnen maken tussen de uiterlijke vorm van TT, de feitelijke behandeling met de vijf stappen, en de innerlijke vorm. Dat is dan meer de innerlijke attitude, die te maken heeft met centeren, aandacht en intentie. En die heb je altijd tot je beschikking. Je staat niet

meer machteloos, in geen enkele situatie, ook niet bij chaos, want je kunt in elk geval rust brengen. Je hebt iets geleerd wat je altijd kunt gebruiken.” “Eigenlijk,” zegt Anita, “zou iedereen in de zorg alleen al om die reden TT moeten leren.”

“Daardoor heb je ook een gezamenlijke taal,” zegt Winnie. “Je kunt elkaar erop aanspreken als je onrustig of gestresst rondloopt of mensen zonder aandacht helpt. Dan hoeven we alleen maar ‘centeren’ of ‘aandacht’ tegen elkaar te zeggen en dat helpt om je bewust te worden van je eigen houding.”

Is deze verinnerlijkte vorm van TT voor iedereen weggelegd of is het iets specifieks van deze drie TT’ers, of misschien van TT in een ontvankelijke omgeving als Raffy? “Nou, dat weet ik niet, hoor,” zegt Winnie voorzichtig. “Misschien is het hier wat gemakkelijker omdat de cultuur er ruimte voor laat en misschien zijn wij wel gevoelig op dat gebied, maar eigenlijk denk ik dat het voor de meeste mensen in de zorg wel geldt. Ik denk dat veel mensen die gevoeligheid wel hebben, maar zich daar niet zo bewust van zijn, het niet voor zichzelf benoemen. Juist daarom is TT zinvol voor de zorgverlener zelf, nog los van wat je er voor de mensen mee kunt betekenen.” ■

Structurele inbedding van TT door:

- contactpersoon voor TT-zaken
- een sterk TT-driemanschap dat op elkaar terug kan vallen
- centrale TT-afsprakenmap
- TT-rapportageformulier in zorgdossier
- 6-wekelijkse cliëntbespreking
- samenwerking met MDO
- schriftelijk informatie over TT voor familie
- TT-informatiemap voor collega’s
- geleidelijke uitbreiding aantal TT’ers
- TT-bijbscholing (TT2 en TT3)