

Contact met dementerenden via taal en muziek

In het boek *Sprekende handen* laten geestelijk verzorger Paula Irik en muziektherapeut Irene Maijer-Kruijssen zien hoe je een ontmoetingsgroep organiseert voor mensen met dementie. Hun beleving en levensverhalen staan centraal. TvV sprak met de auteurs.

Tekst Stan Verhaag

In een groep van vijf tot zeven deelnemers ontmoeten bewoners elkaar wekelijks aan tafel in een voor hen vertrouwde omgeving. De tafel wordt versierd. De groepsbijeenkomst duurt maximaal een uur en kent elke week hetzelfde draaiboek: welkom en aansteken van een kaars, vast beginlied, introductie van een thema, gesprek en zingen, vast afscheidslied, kaars uitblazen en afscheid. De thema's sluiten aan bij de handen van de bewoners, omdat die in de visie van de auteurs 'heel veel goeds hebben gebracht'. Het gaat bijvoorbeeld om dragen en gedragen worden, liefhebben, vasthouden en loslaten. Paula Irik en Irene Maijer-Kruijssen bedachten deze groepsbijeenkomsten enkele jaren geleden in hun eigen werkomgeving: verpleeghuis Gaasperdam in Amsterdam-Zuidoost. Hun ervaringen vertaalden ze in een methodiek voor ontmoetingsgroepen. Ze zijn gericht op dementerende mensen die op psychogeriatrische afdelingen in verpleeg- en verzorgingshuizen wonen. Paula en Irene



Paula Irik (l) en Irene Maijer

beschrijven in hun boek 46 uitgewerkte programma's die als kapstok dienen voor de bijeenkomsten.

Hoe is het idee voor dit boek ontstaan?

Paula Irik: 'Zes jaar geleden gingen we tegelijkertijd in dit verpleeghuis werken. Ik ontdekte dat het makkelijker is om contact te maken met deze groep ouderen als je taal combineert met muziek en liedjes. Veel mensen met dementie hebben weinig taal meer tot hun beschikking. Als ik liedjes begon te zingen, gebeurde er wél iets. Dat maakte me ontzettend nieuwsgierig naar wat muziek en lied kunnen doen. Tegelijkertijd merkte Irene dat als zij iets met levensverhalen wilde doen, ze daarvoor altijd ook taal nodig had. Bovendien zagen we allebei dat het bij dementerende mensen de moeite waard is om met een groepje om tafel te gaan zitten. Eén-op-één kan voor hen lastig of bedreigend zijn. Maar aan een tafel met anderen praten en zingen, daarbij voelen ze zich veel meer op hun gemak. We gingen een jaar lang een ontmoetingsgroep draaien op één psychogeriatrische afdeling. Dat hebben we steeds verder uitgebreid en uiteindelijk besloten we er een boek van te maken inclusief een dvd.'

De ondertitel van jullie boek luidt: *Een methodiek voor ontmoetingsgroepen. Waarom is groepsdynamiek belangrijk?*

Paula Irik: 'Dementerende mensen zijn vaak heel alleen in hun dementie. Als je een huiskamer binnenkomt met dementerende mensen, dan zitten ze vaak in hun eigen wereldje. Wij willen mensen juist met elkaar verbinden. Dat kan door



muziek én door verhalen te delen. Je hebt het bijvoorbeeld over het thema kou. Iemand vertelt een verhaal over een potkachel en de poes op schoot. Een ander zegt dan: "Wij mochten er altijd omheen zitten en mijn moeder ging er soep op koken." De herinnering van de een roept dus iets wakker bij de ander. Zo ontstaat contact. Maar je moet dat proces wel ondersteunen, want zelf kunnen ze het meestal niet tot stand brengen. Je hoeft er maar een lucifer bij te houden en floept: er is een vlammetje, er is contact. Soms leiden zulke verhalen tot verdriet en rouw, en dat mag er ook zijn. Dat moet je niet wegpamperen. Wees niet bang voor extreme gevoelens en emoties. Dat is wat anders dan dat je beerputten gaat open-trekken. Niet alles hoeft te worden uitgesproken. Je moet aanvoelen of een traan wel of niet benoemd moet worden. Het jappenkamp is voor sommige mensen heel pijnlijk. De een wil er wel over praten, de ander kan er niks mee.'

Het valt me op dat u voetstoots aanneemt dat je mensen met dementie nog best goed kunt 'bereiken'.

Paula Irik: 'Dat klopt. Het verstand mag haperen, het gevoel werkt vaak feilloos. De overtuiging dat er bijna altijd verbinding mogelijk is - van de bewoners met zichzelf, met elkaar, met ons - heeft uiteindelijk tot dit boek geleid.'

Irene Maijer-Kruijssen: Wij dachten eerst dat iedereen wel ongeveer doet wat wij doen. Maar het maatschappelijke beeld is dat er met dementerende mensen niet zo veel kan. En ook in de zorg kom je dat idee vaker tegen dan je zou denken. Het gaat vaak alleen maar over problemen, mankementen en tekorten. Maar wij kijken naar het goede. Wat bezorgt iemand plezier? Het lijkt net of dementerenden alleen maar zorg ontvangen, dat ze niets meer te geven hebben. Maar wij bevestigen juist dat ze tot hun laatste adem gevende mensen zijn. Ook aan elkaar. U bent de moeite waard: dat is onze boodschap. Laatst hadden we twee bijna-dove bewoners, van wie de een iets liefs zei tegen de ander. Wij herhaalden toen



knoerthard wat er gezegd werd. "Ze zegt dat u prachtige ogen heeft en mooi zingt!" Het beeld dat dementerende mensen alleen maar probleemgeval en kostenpost zijn, is onjuist. Wij zeggen: zij brengen je terug bij wat echt is. Je wordt uitgedaagd om honderd procent echt te zijn.'

Hoe hoopt u dat het boek in de praktijk gebruikt wordt ?

Paula Irik: 'We hopen dat het boek verzorgenden helpt. Wij zien vaak dat verzorgenden zich in hun werk heel praktisch opstellen: ze wassen de cliënten, kleden hen aan, geven hun eten, gaan met hen naar de wc. Maar verzorgenden hebben ook vaak een groot verlangen om contact te maken en meer te horen van iemands levensverhaal.'

Irene Maijer-Kruijssen: 'Zo vertelde een verzorgende laatst dat zij twee keer een tweeling had gekregen. Dat was leuk geweest, maar ook pittig. Een vrouw die ook aan tafel zat maar heel diep was weggezonden, leefde langzaam op. Uiteindelijk vertelde ze dat zij ook een tweeling had gekregen. Zij wist ook nog hoe zwaar dat was. "Maar toen de kinderen geboren waren, was ik ineens weer zóó plat!" Nou, dan zitten de verzorgenden ook te lachen.'

Vanwaar de titel 'sprekende handen'?

'De handen van oude mensen verdienen groot respect. Ze hebben gezorgd, gekoesterd, geknokt, bijgedragen aan het leven. Handen spreken boekdelen, ze roepen het hele leven op. Begin je bij de handen, hoe mondjesmaat ook, dan komt er altijd iets tevoorschijn van iemands leven.' ■

Sprekende handen

Paula van Irik en Irene Maijer-Kruijssen

Bohn, Stafleu van Loghum

ISBN 978 90 313 8070 1

Prijs: € 35,00