

Proefschrift Wat maakt het leven de moeite waard?

Zorg staat niet voorop voor bewoners

Peterjan van der Wal werkt als geestelijk verzorger in een verpleeghuis. Zijn ervaringen in de zorg riepen een indringende vraag bij hem op: "Komen mensen wel tot hun recht in het huidige zorgsysteem?" Hij ziet een kloof tussen wat bewoners essentieel vinden en wat zorgmedewerkers - aangestuurd door landelijke regelgeving en richtlijnen - belangrijk vinden om te doen.

Tekst Mariëlle Cuijpers

Zijn bevindingen vormden aanleiding voor Peterjan om promotieonderzoek te doen naar de vraag: Wat maakt het leven de moeite waard voor ouderen in een verpleeghuis? Hij interviewde een aantal ouderen in verpleeghuizen diepgaand. Daarnaast verkende hij hoe er vanuit verschillende wetenschapsgebieden, zoals de medische wetenschappen, psychologie, sociologie en theologie wordt nagedacht over waardevol leven van oudere mensen. Zorg & Zeggenschap vroeg hem naar de onderzoeksresultaten, waarop hij eerder dit jaar aan de Universiteit voor Humanistiek promoveerde. Wat vinden bewoners van verpleeghuizen van waarde en hoe kan de zorg daar rekening mee houden? We vroegen ook wat cliëntenraden kunnen bijdragen.

Iets doen voor een ander

"Tegen de huidige beeldvorming in blijken veel ouderen in verpleeghuizen hun leven te leven en als waardevol te ervaren. Hoe lastig en anders het leven ook kan zijn. Zich verbonden voelen met betekenisvolle naasten, in contact staan met lotgenoten en ook bondgenootschap met verzorgenden vinden ze van groot

belang. Je raakt iets kwijt in een verpleeghuis en je krijgt er ook iets voor terug. Voor sommige mensen voelt het als een warm bad om weer in een omgeving met andere mensen te wonen. Het negatieve beeld dat ouderen in een verpleeghuis vooral opgaan in zichzelf verdient bijstelling.

"Ik was verrast dat bewoners 'iets doen' zo belangrijk vinden en dat er nog zoveel passie te ontdekken valt bij mensen voor muziek, sport of andere bezigheden - dat hun ogen nog kunnen gaan stralen. Maar daar moet je dan wel naar op zoek willen gaan. Een van de bewoners die ik voor het onderzoek interviewde was juist veel meer tevreden met het leven dan vroeger. Terwijl

"Ik merk dat het gewone leven vaak voorop staat, niet de ziekte of de beperking"



ze nu volledig afhankelijk is en steeds weer afscheid moet nemen van dingen die ze niet meer kan. Ze was ambitieus en hield zichzelf jarenlang krampachtig staande. Nu geniet ze van sociaal contact en van lezen. Daaraan merkte ik dat het gewone leven voorop staat, niet de ziekte of de beperking.

"Ik ben me er nog bewuster van geworden hoe belangrijk bewoners het vinden om iets voor een ander te kunnen doen om bijvoorbeeld ook voor verzorgenden van betekenis te kunnen zijn. In een zorgrelatie gaat het steeds om geven en ontvangen. Ga maar eens bij jezelf na welk gevoel het jou geeft als je iets voor een ander kan doen, datzelfde ervaren bewoners van het verpleeghuis."

Zorg naar de achtergrond

"Zorg is voorwaarde om een zinvolle dag te kunnen hebben. Voor bewoners staat zorg niet op de voorgrond. De zorg neigt ernaar om zorg zo te geven dat dit het hele leven van mensen beheerst. Ik zie het juist als een kwaliteit wanneer het lukt om zorg naar de

"In een zorgrelatie gaat het steeds om geven en ontvangen"

achtergrond te krijgen. Het belang van de zorg wordt er niet minder van. We moeten het als belangrijk leren zien, dat we als zorgverleners mogelijk maken dat iemand een zinvolle dag kan beleven. Wanneer de impact van zorg op het leven naar de achtergrond gaat, kan het effect juist maximaal zijn."

Aansluiten bij passie

"Sommige bewoners komen de dag moeilijk door. Een aantrekkelijk en gevarieerd activiteitenaanbod is heel belangrijk. Een dag zou nóg meer de moeite waard zijn, wanneer aansluiting wordt gezocht bij hun passie. Mensen willen hun passie graag delen, het scheidt verbinding: met jezelf, met anderen en met de dragende grond van het bestaan. De kunst voor zorgmedewerkers is om erachter te komen wat die passie is. En om het vervolgens niet te overdrijven: je praat niet elke dag over passie. Wel geregeld. Het zijn oplaadmomenten die mensen verder dragen. Het raakt aan spiritualiteit. Soms tonen mensen eenvoudigweg een passie voor het leven. In uitspraken zoals: 'ik ben er nog', 'ik leef nog' of 'ik mag er nog zijn'. Deze mensen aanvaarden het leven in plaats van dat zij overleven; zij vinden ruimte om een nieuwe weg te zoeken. Soms gaat het moeiteloos om tot aanvaarding te komen, soms is het een jarenlange worsteling. Zorgmedewerkers kunnen in deze 'worstelfase' klankbord zijn, zich inleven en begrip tonen. Het is een vorm van rouw. Het gaat erom dat zorgverleners in de rouwfase nabij zijn en dat ze bewoners blijven zien als normale mensen, dat ze dus niet alles willen overnemen."

Laagdrempelig gesprekken voeren

"Om voeling te houden met bewoners doe je er als cliëntenraad goed aan bewoners laagdrempelig te ontmoeten. In de omgeving waar iemand zich prettig voelt. Je biedt ruimte voor hun levensverhaal. In 'de achterzak' neem je eventueel een aantal vragen mee zoals: Hoe is het voor u om hier te wonen? Kunt u



Peterjan van der Wal: "Mensen willen hun passie graag delen. Dat schept namelijk verbinding."

zichzelf zijn? Wie en wat is belangrijk voor u? Je gaat blanco het gesprek aan, je zoekt geen antwoorden op jouw vragen. Het gaat erom wat de bewoner te vertellen heeft. Je komt er dan beter achter wat voor bewoners wezenlijke dingen zijn en je voorkomt dat het alleen maar gaat over klachten."

Mix van medewerkers

"Als cliëntenraad kun je met de bestuurder in gesprek gaan over hoe de zorg bijdraagt aan wat het leven de moeite waard maakt. Zijn er bijvoorbeeld voldoende

"Humor is de dragende kracht van een gemeenschap"

mogelijkheden voor mensen om elkaar te ontmoeten en op verschillende manieren? Is er voldoende mogelijkheid voor bewoners om zichzelf te kunnen zijn? Hoe is de mix van medewerkers en de onderlinge samenwerking? Een verpleeghuis heeft ook medewerkers nodig die kennis hebben over hoe je weerbaarheid van mensen versterkt. Medewerkers die met bewoners, naasten en verzorgenden werken aan een goed leefklimaat op de afdeling. Die psychologisch advies kunnen geven bij omgangsproblemen. Medewerkers die beseffen dat het leven niet oppervlakkig is en waarmee bewoners de diepere dingen van het leven kunnen delen. Ik noem dat '0-de lijnszorg'. Wanneer je het gesprek aangaat over wat voor iemand waardevol is, blijkt dat mensen zich meer bewust zijn geworden van zaken waar ze eerst geen aandacht aan gaven. Ze komen erachter wat het leven écht de moeite waard maakt."

Humor als dragende kracht

"Mijn wens en hoop is dat medewerkers meer het contact durven aangaan met elke individuele bewoner. Dat zorg vanuit een wederkerige zorgrelatie wordt gegeven. Dat zorginstellingen daar hun aannamebeleid op durven af te stemmen, op relationele en contactuele eigenschappen van medewerkers. En ik pleit voor humor in de zorg. Dat is een dragende kracht van een gemeenschap. Ik heb gemerkt dat humor zowel medewerkers als bewoners kan helpen, het maakt zware dingen licht."

Peterjan van der Wal is geestelijk verzorger bij Zonnehuisgroep Vlaardingen, onderzoeker in opdracht van het Jo Visserfonds en coördinator van het Expertisenetwerk Levensvragen en Ouderen. Zijn proefschrift 'Wat maakt het leven de moeite waard? Ouderen aan het woord die permanent van intensieve zorg afhankelijke zijn' verscheen in april 2018 bij Boekencentrum Utrecht.