

In de zorg ook praten over wat er toe doet

Ouderengezondheid

Er is wel zorg voor ouderen, maar die gaat veelal voorbij aan levensvragen waar ouderen mee zitten. Dat leidt ertoe dat zij zich niet gehoord voelen. Het gevolg is meer lijden bij ouderen en teleurstelling bij zorgverleners.

door C. Begemann en M. Cuijpers

De nadruk in onze cultuur ligt op jong blijven en perfect zijn, terwijl we allemaal leven in eindige situaties en daaraan zin moeten leren geven. In de zorg voor ouderen wordt weinig met dit laatste gegeven gewerkt. Eenzaamheid en depressie komen bij ouderen vaak voor en er zijn middelen om dit te bestrijden of op te lossen. Evaluaties van eenzaamheidsprojecten laten echter zien dat de resultaten tegenvallen. Het aantal sociale contacten neemt vaak wel toe, maar de eenzaamheid wordt niet minder doordat de kern van het probleem doorgaans wordt vermeden.

Deze kern zien wij in levensvragen. Die heeft ieder mens. Ouderen komen in een fase waarin veel gebeurtenissen aanleiding geven tot levens- of zinvragen. Zij kunnen bijvoorbeeld te maken krijgen met het afscheid van hun werkkring, het afhankelijker worden van anderen, het ondergaan van medische ingrepen, het overlijden van partner of leeftijdsgenoten en het opgroeien van kleinkinderen in een andere tijd. Veel ouderen hebben levensvragen, waar ze geen of moeilijk weg mee weten. Door zorgverleners blijven deze vragen in de regel noodgedwongen onbesproken of te snel beantwoord. 'Er komen de hele dag mensen om voor mij te zorgen, maar er is niemand die me ziet'.

Ouderen hebben behoefte om terug te kijken op de soms onbegrijpelijke betekenis van het geleefde le-

ven, om verlieservaringen te verwerken, om zich voor te bereiden op sterven, om de betekenis die ze als oudere voor anderen hebben opnieuw te bezien. Maatschappelijk gezien is het belang van een geloofsovertuiging en lidmaatschap van een kerk afgenomen en daarmee een vanzelfsprekende plek waarbij je met dit soort vragen terecht kunt.

Hun eigen kinderen willen ouderen niet graag met deze vragen belasten en de eigen kring wordt kwetsbaarder en kleiner. Maar het zwijgen hierover kan een groot gevoel van eenzaamheid en zinloosheid geven, wat zich weer in depressies, moeilijk gedrag en andere klachten kan uiten.

Zorgverleners komen door de aard van hun werk gemakkelijk met levensvragen van ouderen in contact. Ze staan heel dicht bij ouderen, zowel fysiek door lichamelijke zorg als sociaal: iemand die iedere week je huis schoonmaakt verkeert heel rechtstreeks in je intieme levenssfeer. Soms is de zorgverlener zelfs een van de weinige vertrouwelijke contacten die iemand nog heeft. Zingeving ontbreekt echter als belangrijk thema binnen zorg en welzijn. Het is van de agenda verdwenen van managers en daardoor ook vaak bij de uitvoerenden. Een kleine twintig jaar geleden bijvoorbeeld was 'zingeving' nog een volkomen geaccepteerde hulpvraag bij wel-

zijnswerk voor ouderen, maar nu is dat niet meer zo. Beroepskrachten hebben nauwelijks tijd om het luisterend oor en de rust te bieden die nodig zijn bij levensvragen. Functies zijn verregaand gespecialiseerd zodat aandacht voor levensvragen nergens meer bij hoort. Het aantal gespecialiseerde zorgverleners, de geestelijk verzorgers, daalt.

De vragen van ouderen raken zorgverleners wel maar zij weten niet of en hoe zij hierop kunnen inspelen. Zij zijn gewend om problemen op te lossen en dat kan bij levensvragen niet. Veel zorgverleners weten uit eigen ervaring hoe belangrijk het is om wel aandacht aan deze vragen te kunnen schenken. Het leven van ouderen roept bovendien levensvragen bij de zorgverleners zelf op, waarvoor in hun werkring geen aandacht is. Zij kampen dan ook niet zelden met onmachtsgedoele.

Er is beleid nodig waardoor zorgverleners weer mogen en kunnen ingaan op zingevingsvragen bij ouderen.

Het zijn vragen die de essentie van ons menszijn betreffen en richting geven aan de manier waarop we de betekenis van ons leven zien. Een beter verstaan daarvan kan ouderen kracht geven om zich met het heden te verzoenen dan wel er een andere invulling aan te geven.

Wanneer ouderen zich echt niet gehoord voelen, zullen zij hun behoefte op een andere manier uiten. Bijvoorbeeld in lichamelijke klachten of een depressie.

Beroepskrachten willen in principe de aandacht en zorg geven die iemand nodig heeft. Het is voor velen van hen onbevredigend daar geen tijd en ruimte voor te hebben of er geen weg mee te weten en leidt zelfs tot gêne over het eigen vak.

Wij pleiten er dus voor om het thema levensvragen/zingeving weer voluit en hoog op de agenda van beleidsmakers en managers in de zorg voor ouderen te plaatsen.

Christien Begemann en Mariëtte Cuijpers zijn als senior innovatiemedewerkers verbonden aan het Nederlands Instituut voor Zorg en Welzijn (NIZW Zorg)