



## Achter elk gezicht een positief verhaal

**Om beter te communiceren met mensen met dementie moeten we ons concentreren op het emotionele, het zintuiglijke en het onbewuste, zeggen Kasper en Cathy. Kasper Bormans (27) schreef *Wat Alz?*, een boek over hoe beter om te gaan met mensen met dementie. Cathy Sweerts (47) is verantwoordelijke voor het dagcentrum De Wingerd in Leuven.**

Mensen zeggen wel eens: "Als ik mijn geheugen verlies, mag je mij een spuitje geven." Wat Kasper Bormans en De Wingerd doen, is zoeken naar wat wel nog kan. Kasper Bormans studeerde communicatie en marketing. Hij dompelde zich onder in de wereld van mensen met dementie. "Achter elk gezicht zit een positief verhaal", zegt hij. Kasper tekende die gezichten. "Oud worden en Alzheimer betekenen aftakelen, je woordenschat en je fatsoen verliezen. Toen mijn opa begin vorig jaar zijn hoofd liet hangen, tekende ik de familie en hing de tekeningen aan de muur in zijn kamer. De volgende dag begon hij weer grapjes te maken. Mijn tante zei: 'Je hebt hem terug levensenergie gegeven.' Maar ik ontdekte dat mensen met dementie een vermogen hebben dat er altijd is: de verbeelding. En verder veel magie, muziek, verhalen en dromen."

### De taal van de aanraking

"Het is leuker de dingen positief te bekijken. Ik las mensen met dementie verhalen voor van *De krekel en de mier*. Maar zij spraken over een beer die zin had in honing en over een neushoorn die een taart kan bakken, terwijl dat helemaal niet in het verhaal voorkwam. Het leek alsof ze niet luisterden. Later drong het tot me door dat je, mits je de juiste vragen stelt, mensen wél in beweging kan zetten. Als mensen zeggen dat ze graag naar Oostenrijk zouden gaan, kan je dat omdraaien en je de vraag stellen: hoe breng je Oostenrijk naar hier? Mensen verlangen eenvoudige dingen: wat buitenlucht, gaan fietsen, een bezoekje. Ik ontmoette een vrouw die haar spraakvermogen verloren had en wiens man keelkanker had. Ik vroeg hen hoe ze elkaar duidelijk maken dat ze elkaar graag zien. De vrouw kneep in mijn hand. Ik raak niet makkelijk mensen aan maar toen mijn opa naar adem stond te happen, nam ik zijn hand en werd hij rustig. Als mensen vergeten hoe je heet en wie je bent, dan nog herkennen ze je gezicht, je stem of hoe je ze aanraakt."

### De deur op een kier

Cathy: "In het dagcentrum De Wingerd werken we op een beleevingsgerichte manier. We werken met een levensverhaal. Een vader en een zoon hadden geen contact meer, tot ze samen een fotoboek maakten. Dan kwamen de verhalen wel boven. Families grijpen zo'n boek ook vast om de soms stille bezoeken een invulling te geven. Het is hier ook anders dan thuis. Mensen spelen scrabble, luisteren naar muziek, dansen. Ook wie al wat dieper in het dementieproces verzonken is, proberen we met aanrakingen te prikkelen. Als we iemand tegenkomen op de gang, of tijdens een zorgmoment, glimlachen we, geven een zachte knuffel. Mensen die niet meer tot taal of activiteit komen, hebben meestal niet meer nodig."

### Kolen rondragen

Kasper: "Wat als je meewandelt in iemands verhaal? Ik vroeg iemand wat hem vroeger een goed gevoel gaf. Hij zei: 'Ik moest hard werken, kolen rondragen, had niet zoveel plezier.' Daarop zei ik: 'Dus je hebt mensen vroeger altijd een warm gevoel gegeven. Hoe kunnen mensen jou nu een warm gevoel geven?' Hij zei: 'Ik krijg een warm gevoel als iemand op bezoek komt en zegt: ik ben blij dat je nog leeft.' Ik probeer vanuit een negatieve ervaring, een positief gevoel te halen. Om beter te communiceren met mensen met dementie moeten we ons concentreren op het emotionele, het zintuiglijke en het onbewuste. Drie dingen waarin we slecht zijn. Het emotionele: we hebben weinig woorden om te zeggen wat we voelen. Het zintuiglijke: het is een goed idee om iemand die je tegenkomt, even aan te raken. En het onbewuste: je drijfveren, je vragen en dromen. Als je mensen vraagt naar hun dromen, zie je mensen denken: 'wat vraagt hij nu?' Maar het is net die weerstand waar je doorheen moet."

### Kerven in de schors van een boom

Kasper: "In mijn boek heb ik het over geheugensporen. Canadese onderzoekers leerden me om iemand in gedachten door een vertrouwde omgeving te laten lopen en dingen die hij wil onthouden te verankeren. Daarmee roep je nieuwe sporen in je geheugen op: die van je verbeelding. Door een gedachte te herhalen, verdiep je het geheugenspoor. Zoals je de naam van iemand die je belangrijk vindt in de schors van een boom kerft, doe je dat in je brein. Bij mijn opa hing ik tekeningen tegen de muur. Die gaven hem weer levensenergie. Herinneringen waar een gevoel aan kleefte of waarbij routine doorbroken wordt, blijven hangen."

### Geluk even groot

Cathy: "Als je met iemand wandelt, kan je ervoor of erachter lopen. Maar je kan er ook naast wandelen. De kunst is mensen te zien. Hun mogelijkheden, hoe beperkt ook. Natuurlijk is er verdriet. Maar als je gaat wandelen, komt het weer ter sprake. En van het weer kom je op de huwelijksdag. Die roept meestal fijne herinneringen op. En zo kan je verder praten. Dat is beter dan je als mantelzorger te zeer te verliezen in de hoop om te herstellen wat niet meer kan."

### Mondhoeken naar boven

Kasper: "Welk beeld had ik van mensen van dementie? Eerst tekende ik hun gezicht met hun mondhoeken naar beneden. Maar wat als ik het andersom deed? Het deed me deze mensen waarderen en pas vanuit die waardering kan ik naar hun dromen peilen. Veel mantelzorgers zijn depressief. Dat is vreemd, omdat zorgen voor iemand, zin kan geven aan je leven. Maar we communiceren op de verkeerde manier. Doe je de moeite om te peilen naar wat er in de ander zit, dan kan je een brug slaan. Mijn opa had helemaal geen zin om te praten maar toen ik hem een vogelgids meebracht - hij heeft vroeger altijd vogels gevangen - veerde hij op en legde me alles uit over die vogels. Peilen naar dromen, zet mensen in beweging. Vaak komt droefheid naar boven. De vraag is: zie je het leven als een opeenstapeling van problemen? Of zie je het als een trap waarop je verder kan geraken? Verdriet kan een motiverende kracht zijn. Je kan maar geraakt worden als je je kwetsbaar opstelt. Dat mijn opa gestorven is, vind ik niet prettig. Maar ik heb een boek kunnen maken, als eerbetoon aan hem. Ik heb de treurnis omgedraaid."



Kasper Bormans, *Wat Alz?*, Van Halewyck, Leuven, 2014, 240 blz., 19,95 euro.

Tekst Dominique Coopman  
Foto Jürgen Doom

## De Week van OKRA-ZORG, van 18 tot 25 april Rusthuisbewoners horen erbij

OKRA heeft een zorgwerking die zich toespitst op de meest kwetsbare ouderen.

In de week van OKRA-ZORG van 18 tot 25 april plaatst OKRA de zorgwerking op de voorgrond. Zowel de leden die minder mobiel zijn en thuis wonen als bewoners van woonzorgcentra worden tijdens de week extra verwend.

Iedereen is welkom op OKRA-activiteiten die in het woonzorgcentrum zelf plaatsvinden of in een locatie in de omgeving. Door de bewoners regelmatig te bezoeken wordt de band met de buurt behouden en eenzaamheid tegengegaan.