

Ervaringen de wingerd.

Maart 2020. De Lock down kondigde zich aan en het virus verspreidde zich sneller dan iedereen kon volgen. Als lector verpleegkunde werd het een aanpassing om alles van thuis uit en online te organiseren. Toch knaagde het vooruitzicht van een paasvakantie sterk. De zorg kwam in een grote onvoorspelbare situatie terecht en ik wilde graag een beetje helpen.

Het was persoonlijk ook een goed moment om als lector nog eens letterlijk 'de vinger aan de pols' te houden in de praktijk. Na één telefoontje mocht ik beginnen in woning X. Wat een vertrouwen. Ik zou een kleine twee weken ondersteunen waar ik kon.

Een woning met acht mensen met dementie. En dit tijdens zo'n aparte periode. Geen bezoek noch activiteiten en ik mocht wel komen. Ik voelde me vereerd en tegelijk ook heel verveeld t.o.v. familie, animatieteam, vrienden, kennissen,... van de bewoners.

Ik leerde acht fantastische mensen kennen die me stuk voor stuk deden nadenken over mezelf, de zorg die ik al dan niet kon bieden en het gemis, wat ze zelf niet altijd konden benoemen, probeerde op te vangen.

Oprechte betrokkenheid is datgene wat ik het meeste heb onthouden van deze dagen. Het zorgteam staat er en geeft om ieder persoon. En dit werkt besmettelijk. Niet alleen bij mij, ook bij de bewoners.

Fantastisch hoe ik iedereen mocht laten zijn. Opstaan of liefst nog niet? Eigen keuze. Hygiënische zorgen? Vaak geen evidente opgave, maar samen kwamen we er meestal. Geen medisch model in woning X. Medicatie is uiteraard belangrijk, maar is niet de top prioriteit. Het laten zijn wel. Een waardig leven faciliteren. Of toch althans dat was mijn aanvoelen.

Er was één aspect waar er vaak met alle bewoners consensus over was -daarbij had ik zeker en vast geen geduld nodig - en dat was de maaltijd. Hoe graag iedereen aan tafel zat, samen, en elkaar zichzelf lieten zijn. Ik keek vaak vol verwondering naar de dynamieken aan tafel.

De ene al wat loslippiger dan de andere, soms een ietwat gulziger type, dan weer een stille kracht die zachtjes elk potje confituur dichterbij schuift zonder dat de bewoner in kwestie daarnaar heeft gevraagd. Omdat ze de gewoontes kent en hier opmerzaam en attent voor is. Ze beseft misschien niet half hoe blij ik was dat ze altijd mee aan tafel zat. Want wat een multitasking wordt er verwacht van de zorgverlener in woning X. Op verschillende plaatsen in de zorg wordt er de dag van vandaag een –al dan niet strikte- structuur aangeboden. Deze ligt er, en de patiënten én verpleegkundigen volgen dit best. Hier is het de taak van de zorgverlener om structuur te brengen in de shift, de dag, de nacht, de week, de maand, het leven van elke bewoner.

Geen grote theorieën tijdens deze twee weken dus. Een mooie attitude, betrokken zijn naar je medemens, en vooral: de mensen laten zijn.

Hoewel : geen grote theorieën. Als ik naar de vooropgestelde visie van de wingerd kijk, dan heb ik alles ervaren op deze korte tijd.

Ik geef ter bewijs enkele voorbeelden. bron visie: (Woonzorgnet-Dijleland vzw, z.d.)

### **Opdracht**

*Een huis aan de rand van de stad, waar personen met dementie omringd zijn,  
met elkaar op weg zijn, zoekend naar vormen van levenskwaliteit  
vanuit ieders belevingswereld en levensverhaal.*

*We doen dit door:*

### **Te leven**

*Van dag tot dag*

*samen en vanuit je eigen plek*

*met behoud van familierelaties*

*met en tussen mensen*

*die zorg dragen en je bijstaan*

*met je verleden en je heden.*

Zelfs in deze vreemde tijd werd er geleefd. Meer dan ooit leefden ze met hun acht samen. Behoud van familierelaties: bijzonder moeilijk wanneer bezoek niet meer wordt toegelaten door de veiligheidsraad. Via de tablets konden familieleden gemakkelijk skypen, en ook de sjorringen van de scouts werden in een latere fase zeer sterk geapprecieerd, waardoor een 'raambezoek' ook op verdieping 1 mogelijk werd. Het verleden was iets waarbij ik zelf een grote achterstand in had. Ik kende weinig levensverhalen, levensgeschiedenis, familiestructuren, van de bewoners. Ik herinner me een bewoonster die me vaak vragen stelde: 'waar moet ik gaan zitten?', 'wat moet ik nu doen?', 'moet ik naar daar gaan?',... een hele vriendelijke dame, die steeds blij was met eender welk antwoord. Ik merkte als ik zelf vragen stelde, het voor haar moeilijk werd om haar antwoord woordelijk te benoemen. Tijdens één van de skypes met haar dochter, hoorde ik hoe ze altijd als lerares had gewerkt, en bij het afronden van de skype zei de dochter haar dat het afronden best vooruit kon gaan, dat ze niet graag treuzelde. Ik had meteen een beter contact, kon de vragen beter kaderen, en kon haar ook geruster stellen, door zelf niet te treuzelen bijvoorbeeld.

### ***Te leren***

*Steeds weer opnieuw  
met het oor naar elkaar  
met het oog op de wereld  
van bewoners en bezoekers  
zoeken welke weg  
medewerkers kunnen gaan  
om zelf overeind te blijven  
en anderen te helpen  
in betrokkenheid.*

Ongelofelijk hoe zowel zorgverleners als bewoners konden en mochten leren.

Bijvoorbeeld:

Een man met veel levensvreugde, praat heel veel en eet ook heel veel. Jammer van de diabetes. Ik had hem zijn eetplezier zonder prikjes zo toegewenst. Op een bepaald moment was ik overtuigd: dit is een 'flauwe plezante' (doet de ganse dag niets anders dan mopjes maken, een serieus gesprek zal moeilijk worden). Net die dag komt hij in de kamer van de enige andere man in de woning die een toch wat verder stadium van dementie ondergaat en vraagt met een oprechte interesse hoe het gaat. Hij bespreekt de stand van zijn rolstoel en hoe hij dit kan verbeteren. De man in kwestie had ik nog nooit horen praten tot dan. Hij gaf antwoord en ik werd stil... Niet enkel had ik me vergist in de praatgrage man, hij had ook nog eens een heel krachtig effect op de beleving van de andere man. Het ontroerde me sterk en leerde me dat je nooit een (eerste) indruk voor waar mag aannemen.

Een ander voorbeeld is de dagelijkse overdracht. Ik heb al in veel teams gewerkt als verpleegkundige, maar op geen enkele plaats voelde ik me vanaf dag één zo vrij om te spreken over mijn 'geleverde zorg'. Ik besprak mijn onzekerheden: "ik heb de ochtendzorg bij die bewoner vandaag eens op deze manier aangepakt, wat denk je hiervan? Ik had de indruk aan de reacties van de bewoner in kwestie..." en wat stimuleerde is dat er meestal een antwoord kwam: 'het is zoeken, er is niet één regel die werkt, ik heb eens succes gehad op deze manier, en een tijdje later werkte dat niet meer,... wat je ook eens kan doen, is...' "

Het gaf zoveel leermogelijkheden om deze ervaringen te horen, de manier waarop er telkens opnieuw gezocht wordt naar de beste zorg, is een kracht van woning X. De dagelijkse overdracht duurde bij mij een hele tijd, omdat ik zo graag leerde van het uitwisselen van ervaringen. Niet alleen over individuele zorgsituaties, maar ook zeker leren over het samen wonen en hoe je dit kan faciliteren. Het uitwisselen, samen nadenken, stimuleert als het ware de metacognitieve vaardigheden en geeft je vleugels om het de volgende dag opnieuw aan te pakken. Want je staat alleen in een woning, maar je voelt je niet alleen, net (onder andere) door deze overdrachten. Ik wist vooraf niet hoe ik dit model als verpleegkundige zou ervaren. Ik gebruik in deze tekst de term: 'zorgverlener', omdat er tijdens een shift één persoon verantwoordelijk is voor acht bewoners. Dit is niet steeds een verpleegkundige, het kan ook een zorgkundige zijn, een opvoeder, af en toe een ergotherapeut, ...

Hoewel alleen verantwoordelijk tijdens de shift, voelt het toch sterk interdisciplinair, elk bekijkend vanuit eigen standpunten zeer verrijkend voor elkaar.

Want hoe fantastisch is dit gezamenlijke leereffect voor de studenten die hier op stage komen. Ik hoop ten volle dat ze dit ook zo ervaren, zoals ik dit heb ervaren, en deze positieve manier meenemen naar hun latere carrière in de zorg. Want dit 'samen leren' heeft uiteindelijk één groot doel, en dat is goede (nog betere) zorg. Dat brengt me naadloos bij het laatste thema van de visie

### ***Te zorgen***

*Dat we elkaar verplichten*

*te doen wat we zeggen*

*en te zeggen wat we doen*

*steeds te kiezen voor de kwetsbare mens.*

Dit tekstje doet me aan authenticiteit denken. Geen verborgen agenda's, zeggen wat je doet, en doen wat je zegt. Dat laatste kon ik eindelijk nog eens testen. Doen wat je zegt. Als lector verpleegkunde praat je uiteraard veel over de zorg tegen studenten verpleegkunde. Er zijn lessen ouderenzorg die ik nu wel wat anders wil aanpakken. Met mijn ervaring in het verleden als verpleegkundige op een acute geriatrische afdeling in het ziekenhuis, gaf ik les over communicatie bij personen met dementie. Ik moet je niet vertellen dat ik veel aan die lessen heb gedacht, hier in woning X. Normalisatie als belangrijk uitgangspunt. Eén van de fundamenteën van het referentiekader dementie (Dely, Verschraegen, & Steyaert, 2018). De lessen zullen toch veranderen na deze twee weken. Studenten komen met krachtige en recente voorbeelden uit de praktijk, die vaak de theorie weerleggen of toch op zijn minst kritisch in vraag stellen.

Ik probeer uit te leggen dat het gaat om een bredere visie, dat het niet steeds exemplarisch te bewijzen valt, ... maar de nadruk zal nu meer liggen op het feit dat het soms ook niet lukt. Dat je probeert en niet het 'gewenste resultaat' hebt. Bijvoorbeeld één bewoonster: een stille kracht, ondoorgrondbaar voor mij, en niet altijd even vriendelijk bij de dagelijkse hygiënische zorgen. Als ik erover nadacht, vind ik dat zij normaal reageert, en de andere zeven bewoners misschien al gewoontegedrag vertonen bij de zorgen. Ze weigerde namelijk de zorg, en terecht. Ik was een vreemde voor haar. Een pokerface, zo moeilijk in te schatten. Hoe vaak ik opnieuw startte vol goede moed tijdens één shift, en daarbij op begrip kon rekenen van de collega die na me kwam. (want lange tijd daarin steken, betekende dat je iets anders misschien niet gedaan had). Diezelfde bewoonster, die zo moeilijk in te schatten viel, kon ook zo ontwapenend zijn op sommige momenten. Altijd even vriendelijk "dank u wel" zeggen bij het eten, en plots na het eten rechtstaan en me stilzwijgend helpen met de tafels afruimen, afwasmachine inladen, ... ik ben nog steeds benieuwd welke woorden zich achter haar stilte schuilhouden, ik wou zo graag langer bij haar zijn. Het kunnen inschatten van het moeilijke evenwicht afstand en nabijheid heb ik bij haar sterk gevoeld en na twee weken waren we er zeker nog niet.

En zo kies ik –naar analogie van de visie van de wingerd- graag voor de kwetsbare mens. Die toch niet zo kwetsbaar is en me vooral veel geleerd heeft. Schitterend wat een levenservaring bij elkaar in woning X.

Iemand met een uitzonderlijke standvastigheid maar vol gevatte humor. De meest ironische moppen met dubbelzinnigheden hoorde ik van haar;

Iemand met veel kennis van Leuven, ik groeide hier zelf op en hing aan haar lippen als ze over vroeger vertelde;

Iemand die altijd lachte, sfeer en gezelligheid 10/10 en me af en toe wat zaken leerde over mijn auto –waarom het dat rare geluid maakte bijvoorbeeld;

Iemand met weinig woorden maar steeds to – the- point als ze iets zegt, ze kan in haar stilte de praatgrage man aan, en wordt bij voorkeur bij hem aan tafel geplaatst;

Iemand die elke keer oprecht betrokken vraagt: 'wat gaan we nu doen?' En altijd even blij is met het antwoord. Ik denk dat ze een teamplayer is, ze keek ook altijd rond naar de andere bewoners en zorgde –misschien onbewust- voor een goede sfeer;

Iemand waarbij ik zelf altijd tot rust kwam, hij had ietwat grotere hygiënische zorgen nodig, en op een traag tempo, hij verschieft niet graag. Het is een rust wat me deugd deed, in mijn jammer genoeg gejaagde leven met twee kleine kinderen, besepte ik dat het al heel erg lang geleden was dat ik zo'n rust vond. Het deed me denken aan het project van de wingerd: de rustverleners. (Swaegers & Proost, z.d.). Het klopt, het concept, dat is duidelijk;

Iemand met veel structuur, iets waar ik zelf wat weinig van heb, en me onbewust hielp in het evenwicht tussen structuur en niets opleggen in de woning, een zegen voor de groep en voor mezelf;

Iemand die in groep steeds heel beleefd was, duidelijk grote ervaring in het samenleven in groepen, en zich moeilijk kon laten zien hoe ze was alleen.

En allemaal betrokken, naar elkaar, op hun manier. En betrokken betekent vaak ook eerlijk. Dit heb ik gezien bij de acht bewoners onderling in woning X. En dit is ook wat de ouderenzorg verdient: behandeld worden hoe ze zelf zijn, en open staan voor hun levenservaring.

Bedankt aan Nansie, om me het vertrouwen te geven ,  
Bedankt aan alle zorgverleners die ik tegenkwam en mee mocht samenwerken,  
Bedankt aan de bewoners en hun familie.

## Bibliografie

Dely, H., Verschraegen, J., & Steyaert, J. (2018). *IK, JIJ, SAMEN MENS. Een referentiekader voor kwaliteit van leven, wonen en zorg voor personen met dementie*. EPO.

Swegers, D., & Proost, A. (z.d.). *De rustverleners*. Opgehaald van <https://www.derustverleners.be/>

Woonzorgnet-Dijleland vzw. (z.d.). *De Wingerd*. Opgehaald van <https://wingerd.info/>