

‘Iets kleins kan al zin geven’

Ethicus Tim van Iersel is gespecialiseerd in zingeving bij dementie. De ‘dementiedominee’ wordt steeds opnieuw positief verrast door de veerkracht van mensen met dementie en hun naasten. ‘De meeste mensen vinden uiteindelijk toch wel een weg.’

TEKST: MONIQUE BRANDT

U spreekt veel mensen met dementie in verpleeghuizen. Wat betekent dat voor uzelf, als geestelijk verzorger?

‘Dementie heeft een enorme impact, op de persoon en de kring eromheen. Het is elke keer een beetje afscheid nemen, van het eigen huis, hun autonomie, een partner. Ze komen voor ingrijpende vragen te staan: wat betekent de ziekte voor mijn dagelijks leven en de mensen om me heen, die me zien veranderen? Hoe vind ik daarin een weg? Dat ik een rol in hun proces mag spelen en hen mag begeleiden geeft ook mijn eigen leven meer betekenis.’

Welke levensvragen komt u vaak tegen?

‘Doe ik er nog toe? Wat geeft nog zin aan mijn leven? Die vragen komen vrijwel altijd op een of andere manier ter tafel.

Wat is werkelijk van waarde in mijn leven? Wat is echt belangrijk?’

Heeft u antwoorden?

‘Nee, antwoorden laat ik vanuit de mensen zelf komen, door vragen te stellen. Ik vul niet in voor iemand anders. Hoe kijkt u naar de toekomst? Dat vind ik een mooie vraag. Mensen komen dan vanzelf wel met hun angsten, of met dingen die ze nog willen doen. Ik heb al lange tijd gesprekken met een relatief jonge vrouw met dementie. Ze was boos en angstig. In het begin dacht ik wel eens: hoe moet dit goedkomen? Door haar gevoelens en angsten te delen, ontstond acceptatie. Dat was een proces van jaren. Nu geniet ze weer, van kleine dingen. Inspirerend om te zien hoeveel veerkracht mensen hebben.’



‘GEOVOELENS EN ANGSTEN DELEN, KAN LEIDEN TOT ACCEPTATIE’



Hoe kunnen de naasten bijdragen aan het acceptatieproces?

‘De sleutel voor mantelzorgers en zorgprofessionals is: goed luisteren. Vaak willen we intens graag iets voor iemand doen, zoals zorgen voor dag invulling. Het is juist belangrijk om ook alle angsten, twijfels en vragen aan bod te laten komen. Niet meteen met praktische oplossingen of suggesties te komen, dan wals je over die gevoelens heen. Wat geeft deze persoon zin in het leven, en wat is moeilijk? Sta daarbij stil, met oprechte aandacht. De nare kanten van de ziekte wegstoppen, is pijnlijk. Ieder mens heeft de wezenlijke behoefte ertoe te doen voor anderen. Dat blijkt steeds weer uit onderzoek. Kleine dingen kunnen al zin geven. Het is inspirerend om te zien hoe creatief mensen soms aan de slag gaan. Schilderen, de natuur in. In het verpleeghuis gedenken we jaarlijks de overleden bewoners. Het afgelopen jaar maakten we gebruik van kleine lampionnen. Nabestaanden konden in de tuin een kaarsje aansteken, ter nagedachtenis aan hun dierbare. De lampionnen werden gemaakt door huidige bewoners, tijdens een creatieve activiteit. Het gaf hun het gevoel iets te betekenen. Ze raakten ook meteen in gesprek over herinneren en gedenken. Het was niet zomaar iets om bezig te zijn.’

Wat leert u van uw werk met mensen met dementie?

‘Dat de liefde van de mensen om je heen sterker is dan je zelf vaak denkt. En dat een mens meer is dan zijn of haar brein. Ook al verlies je cognitieve capaciteiten, in wezen blijf je dezelfde persoon. Mensen die gaan vergeten, mogen niet worden vergeten. Dat vind ik een mooi motto. Ik vraag altijd: hoe gaat het écht met u? Negen van de tien keer gaat het goed. De meeste mensen vinden wel weer een weg, weet ik inmiddels. Dat geeft moed.’

Tim van Iersel werkt als geestelijk verzorger en ethicus in verpleeghuizen van WoonZorgcentra Haaglanden (WZH). Hij zit in de landelijke Toetsingscommissie Euthanasie (RTE), is expert op dementie.nl en hoofd-docent nascholing dementie van de Theologische Universiteit Kampen. Hij werkte mee aan de totstandkoming van de Zorgstandaard Dementie, waarbij ook Alzheimer Nederland betrokken was. Van Iersel schreef de boeken *Godvergeten* en *Dilemma's bij dementie*.

Geïnspireerd?

Tips voor mantelzorgers:

- Soms is het prettig om te praten met iemand buiten het eigen kringetje. Kijk eens op de website Geestelijkeverzorging.nl. Om thuis aanspraak te maken op geestelijke verzorging, hoeft u niet kerkelijk te zijn.
- Praat eens over basisbehoeften die belangrijk zijn voor u en uw dierbare met dementie, bijvoorbeeld met de casemanager, die u via de huisarts of wijkverpleging kunt aanvragen. Het is goed daar eens echt bij stil te staan.

Heeft u een vraag voor Tim, of een andere expert? Stel deze op dementie.nl/experts