

Wat leren we van de coronatijd? > Wat helpt tegen stress bij medewerkers? > Bij Severinus werken wonen en dagbesteding samen > Boris van der Ham over echte ontmoetingen

# Markant

tijdschrift voor de  
gehandicaptensector  
jaargang 25  
nummer 3  
augustus 2020

Alistair Niemeijer

'Je voelt je vanzelf  
een beetje ouder  
van alle kinderen  
met een beperking'





## De ogen



Alistair Niemeijer kende ze al, zegt fotograaf Aleid Denier van der Gon. Ze fotografeerde de zorg-ethicus eerder voor het boek *Niet-normaal*, over

de geschiedenis van de gehandicaptenzorg. Als ze de kans krijgt, neemt ze altijd rustig de tijd om de mensen die ze voor *Markant* fotografeert te leren kennen. Bij politici is dat wel eens lastig, maar bij onderzoekers zelden. 'Van huis uit ben ik ook antropoloog', zegt ze, 'dus ik ben erg geïnteresseerd in wat die onderzoekers doen. In hun observaties.'

Die eerste keer nam ook Niemeijer de tijd en liet haar in zijn werkkamer een fotoboek van Nan Goldin zien. Aleid: 'Ik vind dat je als portretfotograaf een connectie moet kunnen maken. Dat kost tijd, want zo iets moet

even groeien. Maar je ziet het terug op de foto, bijvoorbeeld in iemands ogen.'

In april publiceerde Niemeijer samen met collega-onderzoeker Gustaaf Bos (ook al eens door haar gefotografeerd) een kritisch artikel over de coronamaatregelen in de gehandicaptenzorg. Beiden werden door de VGN uitgenodigd om deel te nemen aan de denktank Ruimtemakers en speelden een belangrijke rol in de discussie over de bezoekersregeling. Genoeg aanleiding voor een interview in *Markant* en een nieuwe foto van Niemeijer, nu samen met zijn zoon Samuel.

Aleid: 'Dit keer was ik bij hem thuis. Het moest ietsjes sneller, in een uurtje dat hij met Samuel was. Daar kwam bij dat er een gigantische onweersbui in de lucht hing. Dus de tijd was beperkt, maar voor mij was het genoeg.'

/JdK

**Markant**, vakblad voor de gehandicaptenzorg, wordt uitgegeven onder auspiciën van de Vereniging Gehandicaptenzorg Nederland (VGN) in samenwerking met Bohn Stafleu van Loghum, onderdeel van Springer Nature.

**Redactie** Marjoleyn Vreugdenhil, hoofdredacteur, Johan de Koning, coördinator, jkoning@vgn.nl, Noortje Smit, redactie-assistent, nsmit@vgn.nl

**Redactieadres** Postbus 413, 3500 AK Utrecht, tel. 030-2739732, e-mail: jkoning@vgn.nl

**Redactiecommissie** Annamiek van Dalen, Rick Dogger, Jolanda Douma, Han van Esch, Pieter Hermsen, Marjolein Herps, Marion Kersten, Marlijn Lenselink

**Uitgever** Bohn Stafleu van Loghum, Postbus 246, 3990 GA Houten

### Aan dit nummer werkten mee

**Auteurs** Ronella Bleijenburg, Sam van den Brink, Frank Bluiminc, Riëtte Duynstee, Sanne van der Hagen, Krista Kroon, Rieke Veurink, Annette Wiesman

**Fotografen** Aleid Denier van der Gon, Angeliek de Jonge, Angela Jutte, Stijn Rademaker, Martine Sprangers

**Illustratoren** Annet Scholten, Sylvia Weve

**Vormgeving** Akimoto, Amersfoort

**Bijsluiters** Bureau van Vliet, Kyra Veenhuijsen, telefoon 023-5714745, e-mail: k.veenhuijsen@bureauvanvliet.com. De tarieven en voorwaarden zijn op aanvraag verkrijgbaar.

**Abonnementen** Markant verschijnt vier keer per jaar. Lidinstellingen van de VGN ontvangen Markant als onderdeel van hun lidmaatschap. Abonnementprijs: € 79,50. Studenten ontvangen 50% korting. Het abonnement kan elk gewenst moment ingaan en wordt automatisch verlengd tenzij twee maanden voor de vervaldatum is opgezegd via het daarvoor bestemde formulier op [www.bsl.nl/klantenservice](http://www.bsl.nl/klantenservice). Als vakblad hanteren wij de opzegregels uit het verbintenissenrecht. We gaan er vanuit dat u het abonnement uit hoofde van uw beroep hebt afgesloten. Abonnementenadministratie: Bent u lid van de Vereniging Gehandicaptenzorg Nederland (VGN), Postbus 413, 3500 AK Utrecht? Graag uw mutaties doorgeven aan de vereniging: [info@vgn.nl](mailto:info@vgn.nl) of telefonisch 030-2739300. Voor overige abonnementen: Klantenservice Bohn Stafleu van Loghum, Postbus 246, 3990 GA Houten. Telefoon: 030-6383736. Bij wijziging van de tenaamstelling en/of adres verzoeken wij u de adresdrager met de gewijzigde gegevens op te sturen naar de afdeling klantenservice of wijzigingen door te geven via het formulier op [www.bsl.nl/klantenservice](http://www.bsl.nl/klantenservice).

**Voorwaarden** Op leveringen en diensten zijn de bij de Kamer van Koophandel gedeponeerde algemene voorwaarden van Springer Media B.V. van toepassing, tevens raadpleegbaar op [www.bsl.nl](http://www.bsl.nl). De voorwaarden worden op verzoek toegezonden. Het overnemen en vermenigvuldigen van artikelen en berichten uit dit tijdschrift is slechts geoorloofd met bronvermelding en met schriftelijke toestemming van de uitgever. Het verlenen van toestemming tot publicatie in deze uitgave houdt in dat de Standaardpublicatievoorwaarden van Springer Media B.V., gedeponeerd bij de Kamer van Koophandel te Utrecht onder dossiernummer 3210/635, van toepassing zijn, tenzij schriftelijk anders is overeengekomen. De Standaardpublicatievoorwaarden voor tijdschriften zijn in te zien op [www.bsl.nl/schrijven-bij-bohnstafleuvanloghum/auteursinstructies](http://www.bsl.nl/schrijven-bij-bohnstafleuvanloghum/auteursinstructies) of kunnen bij de uitgever worden opgevraagd.

[www.bsl.nl](http://www.bsl.nl) • © 2020, Markant • ISSN 1384-6612

# Lessons learned

Zouden we het een volgende keer anders doen? Zorgethicus Alistair Niemeijer hoopt van wel. Hij roept ons op na te denken over het begrip 'risico'. Volgens hem hebben we tijdens de coronacrisis, ondanks onze goede bedoelingen, teveel alleen naar de medische risico's gekeken en te weinig naar de gevolgen voor onder andere de sociaal-emotionele ontwikkeling van mensen met een beperking. Bovendien hebben we ouders te weinig betrokken bij de besluitvorming. Nadenken en vragen stellen vind ik zelf ook belangrijk. Achteraf is dat natuurlijk makkelijker. Overal worden nu lessen getrokken met soms stevige conclusies. Met de kennis van nu, is het anders oordelen, tijdens de crisis wisten we lang niet of we het zouden redden. Maar dit zijn voor mij dan toch de drie belangrijkste *lessons learned*.

1. Wees terughoudend met het opleggen van beperkingen. Want zo soepel als het nemen van beperkende maatregelen ging, zo moeizaam verliep het terugdraaien ervan.
2. Wees specifiek. Een virusuitbraak in Brabant betekent niet per se dat je in Groningen voorzieningen moet sluiten. En mensen met beperkingen verschillen van elkaar. Sommigen lopen inderdaad een verhoogd medisch risico, maar anderen zijn niet minder gezond dan mensen zonder beperkingen.
3. Communiceer met ouders en verwanten. Leg hen uit waarom je bepaalde maatregelen treft. En ook waarom je dat op de ene plek en voor de ene persoon wel doet en op de andere plek en voor de andere persoon niet. En luister ook naar hun verhaal.

Behalve risico's bood de coronacrisis voor sommige mensen met beperkingen trouwens ook kansen. Zij bloeiden juist op. De vergaande maatregelen zorgden soms voor meer rust, minder gedoe en minder stress. Het is goed om ook hier onze lessen uit te leren, maar laten we ons daarbij realiseren dat ook deze lessen niet voor iedereen gelden en ook niet voor ieder moment.

Ook hier moeten we maatwerk leveren. En de afgelopen maanden heb ik geleerd, wat de belangrijkste voorwaarde is voor maatwerk: accepteer dat er verschillen zijn. Wat in het ene geval nodig is, is dat in het andere geval niet. En dat moet je uitleggen. ●

**FRANK BLUIMINCK** DIRECTEUR VGN  
FBLUIMINCK@VGN.NL  
TWITTER @FRANKBLUIMINCK



## Inhoud

Innovatie	4
Kort nieuws	6
Een goed gesprek met Alistair Niemeijer	8
<b>Achtergrond: omgaan met stress</b>	<b>12</b>
Boris van der Ham	15
<b>Thema: Weldadige rust</b>	<b>16</b>
<b>Werkbezoek: Severinus</b>	<b>19</b>
Leren implementeren	22
Outdoor	23
Een goed advies van Fredrike Bannink	24



TEKST EN FOTO'S ANGELIEK DE JONGE

## Bidden voor Boukje en Erik

Zondagochtend bij Vanboeijen. De bewoners van Middenweg 24 in Assen kijken samen naar de wekelijkse viering op de televisie in hun gezamenlijke woonkamer. Sinds de uitbraak van het coronavirus kunnen zij de vieringen niet meer live bijwonen in pastoraal centrum De Duif. Gelukkig worden deze opgenomen en uitgezonden via de Vanboeijen TV. Ingrid van de Peppel (links op de foto) is een van de geestelijk verzorgers, die de vieringen mede verzorgt. Ze kijkt vandaag mee.

'Ik zie dat er aandachtig wordt gekeken en dat ze ervan genieten', zegt ze. 'Sommige bewoners zingen mee met de liedjes. In De Duif worden de bewoners en cliënten altijd echt bij de viering betrokken, via de televisie is dat lastiger maar toch lukt het. We vragen bijvoorbeeld bij elke viering voor wie ze willen bidden.'

Ina roept: 'Voor Boukje en Erik!' Dat zijn haar broer en schoonzus.

Ingrid: 'Prima Ina, dat gaan we doen!'





## IASSIDD kritisch over kwetsbaarheid

Tijdens de coronacrisis werden de rechten van mensen met een beperking ingeperkt, omdat zij kwetsbaar zouden zijn, zonder dat zij hierover zelf konden beslissen. Dat constateerden verschillende onderzoekers tijdens een internationaal webinar van de IASSIDD over New Eugenics and Covid-19, waaraan onderzoekers uit twintig landen deelnamen.

Hoofdspreker was de Nederlandse hoogleraar Hans Reinders. Honderd jaar geleden werden, vanuit de gedachte dat intelligentie genetisch bepaald is, mensen met een verstandelijke beperking buiten de 'cirkel van voortplanting' geplaatst, betoogde hij. Nu werden in Nederland hun rechten ingeperkt om zelf te kiezen of zij naar de dagbesteding gaan. Verschillende sprekers wezen op de 'bijwerkingen' van de diagnose

'kwetsbaar'. In Ontario blijkt een 'kwetsbaarheidsschaal' te zijn ontwikkeld, waar alle mensen met een beperking positief op scoren. Met als gevolg dat zij tijdens de coronacrisis geen bezoek mochten ontvangen en iemand met een verstandelijke beperking alleen moest sterven.

De IASSIDD is de wereldwijde organisatie van onderzoekers naar mensen met een verstandelijke beperking. Volgend jaar houdt zij een Europees congres in Amsterdam, met Disability Studies in the Netherlands (DSiN) als gastheer. Vanaf 1 september kunnen onderzoekers hun presentatie indienen.

/JdK

> [DISABILITYSTUDIES.NL](https://disabilitystudies.nl)

## Open Blikken op Instagram

'Ik ben al meerdere keren van carrière geswitcht. Ik begon als lasser, raakte daarna in het transport en zette mijn loopbaan voort als systeembeheerder, maar nu werk ik alweer zes jaar in de gehandicaptenzorg. Ik heb het werk niet gevonden, maar het werk heeft mij gevonden. De cliënten waar ik mee werk zijn de mooiste en kleurrijkste mensen die ik ken. Ik ben bevoorrecht dat ik met hen mag werken.'

Dat vertelt John, zij-instromer, op de nieuwe Instagrampagina Open Blikken. Deze pagina staat vol met persoonlijke verhalen van mensen uit de gehandicaptenzorg. Benieuwd? Neem snel een kijkje en volg Open Blikken!

/SvdB

> [INSTAGRAM.COM/OPENBLIKKEN](https://instagram.com/openblikken)



< Hans Reinders



Gerjanne Vlasveld >

## Jaarverslag met vooruitblik

Het jaarverslag over 2019 van de VGN kwam tot stand terwijl de wereld in de greep raakte van het coronavirus.

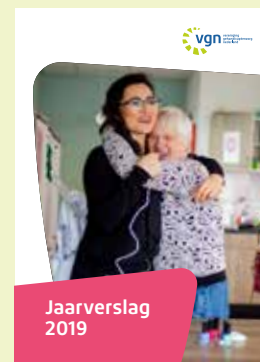
Deze pandemie plaatst de sector voor nieuwe vragen, uitdagingen en dilemma's waar we in 2019 nog geen weet van konden hebben. Daarom voelde het voor de samenstellers onwonderlijk om

terug te blikken. Toch is toen deels het fundament gelegd waarmee de sector nu de crisis te lijf ging, schrijven zij.

In het jaarverslag kijken de VGN-bestuursleden terug op 2019 aan de hand van verschillende thema's, zoals arbeidsmarkt, onderwijs en de Wet zorg en dwang. Boris van der Ham vertelt over zijn eerste jaar als voorzitter van de VGN. Maar de VGN kijkt ook naar de toekomst. Het jaarverslag is te lezen op de website.

/SvdB

> [VGN.NL](https://vgn.nl)



## Webinar VGN: 'Nooit meer een generiek verbod'

Maar liefst 250 belangstellenden namen op 3 juli deel aan het eerste webinar van de VGN. Onderwerp: bezoek en logeren in coronatijd.

Eén van de studiogasten was Gerjanne Vlasveld, die als bestuurslid van de NVAVG (Nederlandse Vereniging van Artsen voor Verstandelijk Gehandicapten) betrokken was bij het opstellen van de *Handreiking bezoek en logeren gehandicaptenzorg*. Als gezinshuisouder kreeg zij ook zelf te maken met de uitwerking van de bezoekregeling in de praktijk.

Een belangrijke les is volgens haar dat beleid op papier en in

de praktijk twee verschillende dingen zijn. 'Het nee-tenzij-beleid werd door veel organisaties gelezen als nee-beleid. Dat betekent dat we nog meer moeten praten met het veld over hoe we het beleid kunnen uitvoeren en hoe je dat uitlegt aan ouders en verwanten. Wat we met zijn allen willen is dat er nooit meer een generiek verbod komt. En alles wijst erop dat dat gelukkig ook zo zal zijn.' Het webinar is terug te zien op de website van de VGN. /JdK

> VGN.NL



**'Ik vind het altijd belangrijk dat mensen niet kijken naar wat er op papier staat, maar naar mij. Ik weet wel dat er op papier ook nuttige informatie staat, maar ik ben meer dan een papiertje.'**

**Ellis Jongerius, sinds 27 juni directeur van de LFB, op [hoiutrecht.nl](https://hoiutrecht.nl). Foto Angela Jütte**

## Familie wil meer ondersteuning



Een kwart van de naasten van mensen met een beperking heeft behoefte aan meer ondersteuning, vooral aan informatie en advies. Daarnaast wensen ze meer mogelijkheden om leuke dingen te doen in de weekenden en vakanties, voor henzelf en hun naasten, en logeeropvang. Dat blijkt uit onderzoek van Nivel en twee academische werkplaatsen (Rijksuniversiteit Groningen en Tranzo) onder ruim tweehonderd naasten. 'Het is gewoon 24 uur per dag bezig zijn en in de gaten houden', zegt één van hen in het onderzoek. 's Nachts lig ik met één oor te luisteren of hij wel blijft ademen. Overdag of hij wel genoeg te doen heeft.'

Opvallend is dat het gemiddelde rapportcijfer dat naasten hun eigen kwaliteit van leven geven niet afwijkt van andere Nederlanders: een 7,5. Zorgen voor een familielid met een beperking geeft hen ook voldoening. Volgens de onderzoekers is het belangrijk om samen met naasten te kijken naar manieren waarop zij kunnen worden ondersteund. Het kan zijn dat zij situaties als normaal zijn gaan zien, die niet of nauwelijks zijn vol te houden. In een goed gesprek hierover kan worden nagegaan hoe zij geholpen willen worden. /JdK

een goed gesprek met

# 'Fundamentele rechten zijn geschaad'

DOOR ANNETTE WIESMAN FOTO'S ALEID DENIER VAN DER GON

De gehandicaptenzorg wil cliëntgericht zijn en ouders meer zeggenschap geven. Maar de corona-maatregelen die werden genomen staan hier haaks op, vindt zorgethicus Alistair Niemeijer. 'Ik zou meer dan verontwaardigd zijn.'



**alastair niemeijer**



## een goed gesprek met

Alistair Niemeijer wil mensen laten nadenken over vanzelfsprekendheden in de zorg voor mensen met een beperking. Wat bedoelen we eigenlijk met risico? Wat is vrijheid? Hij schreef met collega-onderzoeker Gustaaf Bos een artikel over de schadelijke gevolgen van de corona-maatregelen voor mensen met een beperking, waaronder de ingeperkte bezoekersregeling. Regels zijn volgens hem strenger uitgelegd dan nodig was, vaak uit voorzichtigheid.

Niemeijer: 'Ik twijfel niet aan de goede bedoelingen van de instellingen, maar hun beslissingen waren niet altijd in het belang van de familie of de cliënt.'

### **U heeft zelf een zoon met een beperking. Hoe heeft u de corona-maatregelen beleefd?**

'Samuel is nu negen jaar. Hij heeft een meervoudige beperking en woont thuis. Hij is niet zindelijk en heeft continue zorg nodig, ook 's nachts. Ik heb hem vannacht nog verschoond. Dan wordt hij meestal niet wakker, door zijn anti-epileptische medicatie slaapt hij diep. Het is onmogelijk om hem te verzorgen zonder dichtbij te komen, hij is heel aanrakerig. Aanvankelijk hebben we onze pgb-verzorgers gevraagd om hun sociale kring zo klein mogelijk te maken. Ze gebruikten mondkapjes en zelfgemaakte beschermende kleding. Nu duidelijk is dat jonge kinderen het virus nauwelijks verspreiden, is dat probleem weggenomen.'

### **Na alle beperkingen is nu alleen de anderhalve meter afstand over. Hoe werkbaar is dat in de gehandicaptenzorg?**

'Je zult per individu moeten kijken hoeveel risico iemand loopt om psychisch beschadigd te raken, wanneer hulp, dagbesteding en oudercontact wegvallen. Hoewel dat soms moeilijk te beoordelen is, kun je wel een poging doen, ook bij mensen met een laag ontwikkelingsniveau. Dat zien we ook bij Samuel. Ik weet vaak dondersgoed waar hij behoefte aan heeft.'

### **Maar als je als instelling per cliënt andere normen aanhoudt, blijf je steeds aan ouders uitleggen waarom.**

'Maar dat moet nu ook! Zelfs wanneer je het overheidsbeleid integraal overneemt. Dat beleid bleef lang abstract, de overheid heeft zich lang geen rekenschap gegeven van de gevolgen van de corona-maatregelen voor de gehandicaptenzorg. Veel ouders zijn daar gefrustreerd over. De maatregelen staan haaks op uitgangspunten die de sector omhelsd heeft, zoals cliëntgerichte zorg en meer zeggenschap voor ouders. Een cliëntvertegenwoordiger mag nog steeds niet bij het bezoek zijn. Dat die uitgangspunten op dit soort belangrijke momenten wegvallen, is zorgelijk. Natuurlijk hebben zorgverleners het druk, en zeker in het begin was het eng om cliënten te verzorgen zonder bescherming. Dat snap ik, maar inmiddels zijn we alweer een stuk verder.'

### **Bent u hier als ouder van Samuel ook verontwaardigd over?**

'Stel dat hij in een instelling zou zitten – en dat is over een aantal jaar niet ondenkbaar – dan vind ik de gedachte dat ik Samuel niet zou kunnen of mogen zien of aanraken, eerlijk gezegd onverdraaglijk. Als daar dan ook niet eerst een goed gesprek aan vooraf is gegaan over het waarom en wat we wel en niet aanvaardbare risico's vinden, zou ik meer dan verontwaardigd zijn.'

### **U zegt: we hebben een eenzijdige opvatting van risico, waarbij vooral elk medisch risico uitgebannen moet worden. Wat zou anders moeten?**

'Het is zó belangrijk om als instelling of organisatie uit te leggen over welke risico's je het hebt: is dat het medisch risico, het risico op een breuk in iemands sociaal-emotionele ontwikkeling of het wegvallen van zijn rechtsbescherming? De term "risico" heeft tegenwoordig een negatieve waarde, maar het kan je ook veel opleveren. Voor mijn proefschrift heb ik me verdiept in de disability activist Robert Perske, die zegt: je ontnemt mensen met een beperking de mogelijkheid om te leren van onveilige situaties, als je namens hen alle risico's wilt vermijden. Hij had het vooral over vrijheidsbeperkende maatregelen, maar zo kun je de corona-maatregelen natuurlijk ook uitleggen.'

### **U vindt dat instellingen, als zij restricties opleggen, dat moeten toelichten met hun visie op risico en op gezondheid. Maar dan krijg je toch snel algemeenheden zoals: we willen een veilige omgeving waarin iedereen zich optimaal kan ontplooiën?**

'Het zal je verbazen, maar zelfs dát wordt vaak niet gezegd. Vaak is het: we hebben een bezoekverbod, punt. Of: dat zegt de overheid nu eenmaal. Terwijl de volgende vraag moet zijn: oké, dat zegt de overheid, maar zijn we het daarmee eens? Er zijn instellingen die clandestien voorzieningen georganiseerd hebben toen dat nog niet mocht, zoals een ontmoetingsruimte.'

### **Wat zijn belangrijke ethische discussies die nu in de gehandicaptenzorg spelen?**

'Hoe krijg je deze sector meer crisisproof? Straks krijgen we waarschijnlijk een economische crisis. Wat betekent dat voor deze sector, en voor de fundamentele rechten die nu ook al zijn geschaad, zoals het recht op zelfbeschikking? Een van de ethische kwesties die nu spelen, is: kunnen we de complexiteit waarmee de zorg van mensen met een beperking gepaard gaat, recht doen? Dat zeg ik ook als vader van Samuel, voor wie we met een stoet aan professionals te maken hebben, met allerlei disciplines en organisaties. Daarmee omgaan is zó complex. Dan mis ik wel eens iemand met overzicht over alle ethische problemen die kunnen spelen.'



'Als ouder voel je je vanzelf een beetje ouder van alle kinderen met een beperking'

### Hoe zou zo iemand kunnen helpen?

'Samuels medische en ontwikkelingsproblemen en zijn zorgbehoeften houden allemaal verband met elkaar. Maar in de zorg is er vaak de neiging om alles te compartimenteren, waardoor wij als ouders overvraagd dreigen te worden, omdat wij ons continu tot verschillende instanties of disciplines moeten verhouden. Het zou dan enorm helpen om iemand te hebben die net als wij alles overziet en continu bezig is met oplossingen. Iemand die meedenkt in de lijn van het gezin, onze manier van leven en opvoeden.'

### Wat voegt de ethische blik toe?

'De ethische dimensie is inherent aan de gehandicaptenzorg, want je zult altijd de vraag stellen: wat betekent het om afhankelijk te zijn en wat is dan de beste zorg? Ik denk dat je die niet

## Alistair Niemeijer

Geboren op 4 maart 1980 in Hoorn

- 2001-2005 Studie filosofie aan de Vrije Universiteit Amsterdam
- 2005-2006 Studie applied ethics aan de Universiteit Utrecht (cum laude)
- 2008-2013 Promovendus-onderzoeker aan het VUmc, kwalitatief onderzoek naar goede zorg met toezichhoudende domotica in de langdurige zorg (2015 gepromoveerd)
- 2015-2016 Post-doc onderzoeker aan het VUmc, actieonderzoek naar vrijheidsbeperkingen in de langdurige zorg(deeltijd)
- 2019-2020 Hogeschool docent aan de HU binnen de Master Innovatie in Zorg en Welzijn (deeltijd)
- 2013- heden Universitair docent Zorgethiek en Beleid aan de Universiteit voor Humanistiek

kunt beantwoorden zonder ethiek. Verschillende organisaties maken gebruik van gps-trackers. Die biedt iemand weliswaar meer bewegingsvrijheid, maar misschien mist hij of zij het gezelschap van de begeleider dan wel. Het zal je verbazen hoe vaak iets wordt geïmplementeerd, omdat gedacht wordt vanuit het paradigma van de reguliere cliënt. Neem de toezichhoudende technologie in de nachtzorg. Instellingen maken gebruik van een uitluistersysteem, camerabewaking en domotica. De begeleiders 's nachts zijn vervangen door zorgcentralisten. Zaken als privacy, nabijheid, de zorgrelatie en autonomie staan op het spel. Je kunt wel zeggen: deze technologie vervangt fixeren of opsluiting. Maar dan moet je nog steeds kijken: is dit niet óók een vorm van vrijheidsbeperking?

### Waarom zijn dit allemaal interessante vragen voor u?

'Dat heeft heel sterk met Samuel te maken. Ik deed al onderzoek in de gehandicaptenzorg en de ouderenzorg voor hij geboren werd, omdat dat allebei complexe sectoren met meerdere lagen zijn, die ons confronteren met onze eigen kwetsbaarheid. De komst van Samuel was best een verrassing. Dankzij hem heb ik een sterke affiniteit met het onderwerp ontwikkeld. Als ouder voel je je vanzelf een beetje ouder van alle kinderen met een beperking. Soms heb ik last van beroepsdeformatie, omdat privé en zakelijke door elkaar lopen, zeker nu met corona. Maar dat is ook fijn. Als ik iets vertel over de gehandicaptenzorg is dat niet alleen vanuit een wetenschappelijk idee, maar ook vanuit een geleefde ervaring. Dat resoneert sterker bij mensen dan wanneer je in abstracties blijft hangen.'

# Een luisterend oor helpt enorm

**Tijdens de coronacrisis kregen veel medewerkers te maken met stressvolle omstandigheden. Hoe ondersteun je hen zo goed mogelijk? 'Het helpt als iemand interesse en aandacht toont.'**

'De coronacrisis leverde voor medewerkers een enorm complex spanningsveld op', vertelt Sandra de Wit van beroepsvereniging V&VN. Zij is verpleegkundig specialist en onderzoeker bij De Zijlen. 'Medewerkers voelen zich verschrikkelijk verantwoordelijk voor de kwaliteit van leven en gezondheid van hun cliënten en ze maken zich ook druk om hun eigen gezondheid. Op een gegeven moment zaten alle locaties dicht, en zeiden medewerkers: wat nou als het ik het virus de locatie binnenbreng?'

Ze vervolgt: 'Daarbij komt spanning tussen medewerkers, omdat de één strenger in de leer is dan de ander. En dan is er nog het appèl van verwanten. De stress kan ineens heel hoog zijn, als bijvoorbeeld onverwacht een ouder op de stoep staat om zijn kind te zien. Wat het niet makkelijker maakte, is dat er veel te doen is geweest over beschermingsmiddelen en het voortdurende tekort eraan. En dan hebben we het nog niet eens over het grote verdriet als vier van de acht cliënten die je jarenlang kende, overlijden.'

#### **Adequate hulp**

Hoe zorg je ervoor dat medewerkers onder zo'n grote spanning ook goed voor zichzelf blijven zorgen? Dat stress en emoties bespreekbaar zijn en dat er adequate hulp voorhanden is, als dat nodig is? Daarover schreef de VGN een notitie. Strekking: ondersteuning moet laagdrempelig, zichtbaar en nabij zijn.

De VGN helpt daarbij met kennis, door het delen van best practices en bijvoorbeeld met een instructiefilm voor leidinggevenden over het praten over heftige ervaringen.

Roel de Bruijn is bestuurder van Ons Tweede Thuis en houdt zich voor de VGN bezig met dit onderwerp. 'De aanleiding is de coronacrisis. Maar we zien dat het werk in de gehandicaptensector sowieso zwaarder wordt. Bijvoorbeeld doordat de complexiteit van de zorgvraag toeneemt. Dat gaat meer stress opleveren. En het moet normaal worden om daarover te praten. Op elk niveau van de organisatie. Ik doe het als bestuurder met blogs in coronatijd. Daarin vertel ik wat mij raakt, wat ik niet weet en wat ik moeilijk vind.' Laagdrempelig, zichtbaar, dichtbij, gaat allereerst over de verantwoordelijkheid van de direct leidinggevende, volgens De Bruijn. 'Medewerkers moeten zich gesteund voelen en durven praten. En dat betekent dat de leidinggevende voelt: ik moet iets doen. En dat is meer dan zeggen: hier heb je het nummer van het supportteam. Vervolgens is het belangrijk dat leidinggevenden leren wát ze dan moeten doen. Hoe voer je zo'n gesprek met medewerkers? Daar ondersteunen we vanuit de VGN bij met een instructievideo. En ten slotte zijn er situaties waarin je als leidinggevende kunt zeggen: dit moet ik niet zelf willen, hier hebben we kundige professionals voor nodig. Dan moet je weten hoe en naar wie je kunt verwijzen.'

omgaan met stress



Wive

## 'Heel goed dat er opvangteams zijn, maar je denkt toch niet dat ik een wildvreemde ga bellen om te vertellen hoe het met me gaat?'

### Geen luxe, maar noodzaak

Psycholoog Roderik Bender van ARQ Nationaal Psychotrauma Centrum maakt de instructiefilm voor de VGN. 'De coronacrisis is anders dan de gemiddelde crisis, omdat hij er nog steeds is als je naar huis gaat. De opvang van mensen die in deze omstandigheden zwaar risicovol werk doen, is dan ook geen luxe, maar noodzaak.'

Voor de opvang gelden twee belangrijke boodschappen. Eén: stress en emoties zijn normaal in zware situaties. En twee: mensen zijn veerkrachtig. Bender: 'Wat helpt, is als iemand beroepshalve interesse en aandacht toont. Verreweg de meeste mensen die een ingrijpende gebeurtenis meemaken, komen er op die manier goed door. De leidinggevenden zouden daarin vooraan moeten staan, ook en misschien wel juist als medewerkers hun ervaring zelf bagatelliseren. Tegelijkertijd zijn leidinggevenden er vaak onzeker over: daar moet je toch eigenlijk psychiater voor zijn? Maar dat is niet zo. Een luisterend oor en een open houding helpen al enorm. Het is een kwestie van het wel serieus nemen, maar het niet te zwaar maken. Daarvoor geven we in de film een paar handreikingen. Bijvoorbeeld voor de structuur van een gesprek. Of beter: de gesprekken. Want bij voorkeur praat je meerdere keren om te kijken hoe de verwerking op gang komt.'

### De rol van collega's

Voorwaarde is wel dat medewerkers ook willen praten met hun leidinggevende. Jolanda Winters van BPSW, de beroepsvereniging van professionals in sociaal werk: 'Natuurlijk moet een leidinggevende interesse tonen, en vragen hoe het gaat. Maar als je een open gesprek wilt, zijn collega's ook belangrijk. Met hen heb je geen afhankelijkheidsrelatie, zij voeren het beoordelingsgesprek niet met je. Tegelijkertijd kennen ze je wél. Wij hebben verschillende bijeenkomsten over de coronacrisis georganiseerd en daar gaven medewerkers aan: heel goed dat er opvangteams zijn, maar je denkt toch niet dat ik een wildvreemde ga bellen om te vertellen hoe het met me gaat? Begeleiders zagen meer in collegiale opvangteams. Daarin voer je een normaal gesprek over een normale reactie op een abnormale situatie.'



Een combinatie van leidinggevenden, collega's en professionals dus. En dat hebben ze bij Daelzicht al in de praktijk gebracht met het programma Samen Sterk. Dat programma is voortgekomen uit een belteam waar medewerkers, cliënten en hun families aan het begin van de crisis, zeven dagen per week naartoe konden bellen. Ria Pipers, ambtelijk secretaris van de OR, zat in dat team. 'Van die lijn werd veel gebruik gemaakt: vijftig tot zestig telefoontjes per dag. Ik heb klachten, wat moet ik doen? Ik kan een cliënt niet in quarantaine houden, wat nu? Heel praktische zaken. Ook logisch, de regelgeving stond op het intranet, en werd dagelijks geüpdatet, alles was anders. Dan is het fijn om samen met een collega van het belteam de richtlijnen door te nemen. Dan zijn vragen met een telefoontje snel op te lossen.'

### Klaar voor de tweede golf

Pipers: 'Daelzicht zei: als deze coronacrisis langer gaat duren, of in het najaar weer opvlamt, moeten we daar iets mee. HR werkte dat uit in het programma Samen Sterk, dat bestaat uit drie stappen. Je zoekt in je team een maatje om mee te praten, dat stimuleren we vanuit de organisatie. Vervolgens is er in je team een aandachtsfunctionaris die net als je leidinggevende getraind is om signalen te herkennen en die met je praat, ook als je je niet zelf meldt. En ten slotte is er professionele hulp. Daar kan de aandachtsfunctionaris naar doorverwijzen, maar die kun je ook zelf bellen, gewoon op hetzelfde nummer als de coronalijn. Iedereen heeft er een folder over gekregen. Digitaal, en thuis op de mat, zodat ook je partner en familie weten dat ze mogen bellen. Zij hebben er immers ook mee te maken. Het is goed ingericht. We zijn nu voorbereid op een tweede golf.'



# Er waren ook voordelen

DOOR BORIS VAN DER HAM

Het voelt gek om over de 'voordelen' van de coronacrisis te spreken. Er zijn immers mensen besmet geraakt en ziek geworden, en het is een vreselijke tijd geweest voor de mensen die dierbaren verloren, en voor de mensen die veel last hadden van de beperkende maatregelen.

En toch veranderen er tijdens zo'n crisis dingen, waar we in de toekomst iets aan kunnen hebben. Laat ik bij mezelf beginnen. Doordat ik niet langer met de auto door het land hoefde te jakkeren, kon ik lekker efficiënt doorgaan. Mijn ene vergadering of crisismeeting via de webcam was nog niet klaar, of de volgende begon al weer. Heel goed voor de productiviteit. Gewoonten en conventies leken ineens minder belangrijk te zijn. Tijdens het beeldbellen zag je elkaars zolderkamertjes, soms kwamen er kinderen binnen rennen, en je hoefde niet per se je keurigste outfit aan.

Toch ontbrak er ook wel iets. Ik merkte dat, toen we elkaar als VGN-bestuur voor het eerst weer even live ontmoetten. We deden dat om afscheid te nemen van medebestuurslid Hans Waardenburg, die aftrad. Toevallig was hij de afgelopen maanden ook onze linking pin geweest naar het Outbreak Management Team. Hans bracht ons de afgelopen drie maanden steeds het goede en het slechte nieuws over de effecten van de corona-maatregelen voor de gehandicaptenzorg. En terwijl we elkaar allemaal via internet vaker hadden gesproken dan ooit, was het bij die eerste echt fysieke ontmoeting toch alsof je elkaar lange tijd niet gezien had.

Een echte ontmoeting blijkt toch onmisbaar. En zelfs die uurtjes in de auto bleek ik te missen: de tijd om te lummelen tussen vergaderingen en werkbezoeken door. De korte pauzes, het koffie halen. Die tijd blijkt de klankkast waarin

resoneert wat je zojuist hebt gedaan. Zei ik het wel goed? Waarom lukte het dan niet? Moet ik gewoon even doorzetten, of juist niet? De periode waarin je incasseert.

Wat voor mij als bestuurder geldt, gaat al helemaal op voor mensen die zorg verlenen. Ook daar is reflectie geen luxe, of inefficiënt, maar bittere noodzaak. Als VGN blijven we de politiek er dringend op wijzen dat je stressvolle situaties in de zorg niet alleen te lijf gaat met meer handen aan het bed. Het is belangrijk dat medewerkers ook de tijd hebben om aan het eind van hun dienst nog even een kop koffie met elkaar te drinken en samen op verhaal te komen. Voor de samenleving als geheel werd sowieso duidelijk wat het vitale belang is van de zachte elementen. De verhalen, tv-series en liedjes die ons bij elkaar houden zijn geen luxeartikelen. De één ging een boek herlezen, de ander zijn cd's opnieuw beluisteren en hoorde er iets anders in dan vroeger. In de gehandicaptenzorg gingen muziektherapeuten vrolijk verkleed langs bij de mensen die noodgedwongen binnen moesten blijven, om hen wat troost en plezier te brengen.

En er was nog een voordeel.

Deze crisis heeft onze gemeenschappelijkheid versterkt. We werkten goed samen. Toen er een lockdown nodig was, maakten we daar als gehandicaptenzorg zelf een plan voor. We lieten het ons niet opleggen. En nu zorgverzekeraars proberen opnieuw een stukje marktwerking in de zorg in te voeren, staan we met een afstand van anderhalve meter toch schouder aan schouder om ons daartegen te verzetten. Zie daar maar eens langs te komen. ●

*Boris van der Ham is voorzitter van de VGN*

# Een rust die weldadig was

**Minder woede-uitbarstingen en epileptische aanvallen, meer vrolijkheid en alertheid. Veel mensen met een beperking bloeiden op tijdens de corona-maatregelen. Dus? 'Blijkbaar hebben wij de behoeften van cliënten onbewust aangevuld met zaken die bij onszelf de kwaliteit van leven verhogen.'**

DOOR KRISTA KROON FOTO'S MARTINE SPRANGERS

'De rust sinds de corona-epidemie valt op', zegt Eric van Kooten. Hij is clusterleider bij een Pluryn-locatie voor 50-plussers met een lichte verstandelijke beperking (lvb). 'Er is veel minder spanningsopbouw bij cliënten en er zijn minder conflicten.'

Van Kooten was lang niet de enige die dit verschijnsel opmerkte. Volgens Simon van der Weele en Femmianne Bredewold van de Universiteit voor Humanistiek was het wegvallen van bezoek, dagbestedingscentra en therapieën voor veel cliënten zwaar. Maar niet voor iedereen. Hun blog hierover kreeg op sociale media veel bijval.

De wetenschappers doen een meerjarig onderzoek naar inclusie op instellingsterreinen. Toen de lockdown begon, belden zij met verwanten, medewerkers en bestuurders. 'Uiteraard hoorden we hoe moeilijk het was dat structuren wegvielen en naasten niet op bezoek konden komen', vertelt Van der Weele. 'Maar we hoorden ook verhalen die op

iets anders wezen, zoals mensen die opeens geen last meer hadden van epileptische aanvallen of van woede-uitbarstingen.'

## **Vrolijker en actiever**

Voor de kinderen in Gezinshuis Masido – aangesloten bij Ambiq – was de lockdown weldadig. De tienjarige tweeling met een lvb heeft 'een enorme spurt gemaakt', vertelt gezinshuisouder Simone de Waal. Voorheen durfde de oudste, die kampt met prikkelgevoeligheid en dwanghandelingen, niet zonder toezicht buiten te spelen. Nu speelt ze in de buurt met haar zusje en is ze overtollige kilo's kwijtgeraakt.

Bij 's Heeren Loo zijn de coronamaatregelen onderwerp van een onderzoek onder honderden begeleiders in de regio Den Helder. De analyse moet nog gebeuren, maar de eerste indruk van gedragswetenschapper Roos Dijkstra is dat gunstige en



**Falicia en Sharina  
Stil wonen in het  
gezinshuis Masido.  
Ze hebben 'een  
enorme spurt'  
gemaakt en durven  
nu allebei buiten  
te spelen.**





ongunstige gevolgen ongeveer fiftyfifty zijn verdeeld. 'Als positieve effecten zien begeleiders dat cliënten rustiger zijn, meer ontspannen, vrolijker, meer uitgerust, actiever, alerter.'

De inschatting binnen De Twentse Zorgcentra is zelfs nog rooskleuriger, zegt bestuurder Annamiek van Dalen: 'We hebben het idee dat er méér bewoners zijn met wie het beter gaat, dan mensen die het er moeilijk mee hebben.'

#### **Minder prikkels**

Vanwaar deze onverwacht gunstige uitwerking? Een belangrijke verklaring is dat allerlei prikkels wegvallen. De Waal: 'Normaal is er therapie, de zorgboerderij, de school waar van alles moet, feestjes waar je niet onderuit kunt. Nu was er alleen schoolwerk en kwam of ging er niemand onverwachts.' Van der Weele: 'Er gebeurt veel minder om je druk over te maken. Je hoeft niet naar je werk, waar misschien prestatiedruk is of gedoe met

collega's. Je hoeft niet met een busje te reizen, met de spanning van het wachten op vertrek en op aankomst.' Dat betekent ook een minder strak ritme, zegt Dijkstra: 'Er is geen haast, mensen kunnen langer uitslapen.' Daarnaast was er in woningen meer begeleiding. Vanwege besmettingsgevaar kwamen er weinig uitzendkrachten, maar medewerkers van de dagbesteding – en bij De Twentse Zorgcentra ook ambulante begeleiders – werkten in de woningen. Bewoners kregen zo extra aandacht, van een vast gezelschap.

#### **Blanco doek**

Wat zegt dit alles over de routines in de zorg? Die vraag houdt velen bezig. 'Blijkbaar hebben wij de behoeften van cliënten onbewust aangevuld met zaken die bij onszelf de kwaliteit van leven verhogen', concludeert Van Kooten. 'Wij denken dat het leuk is gezellig in de huiskamer te zitten. Als jij op je kamer blijft, doen we er alles aan jou in het sociale plaatje te krijgen. Nu blijkt

## achtergrond



Arno Krekel werkte in de horeca, maar sinds de coronamaatregelen houdt hij zich op de woonlocatie van de Twentse Zorgcentra met plezier bezig met het schuren en lakken van tafeltjes.

als mensen nu rustiger zijn, waardoor waren ze dan zo gespannen? Neem iemand die rustiger is nu hij niet meer naar zijn ouders gaat. Wat maakte hem daaraan zo opgewonden? Misschien leggen de ouders in het weekend druk op hem, of is er wrijving met de begeleiders. Dat uitzoeken, is maatwerk. Corona laat zien dat het misschien anders kan, maar nog niet precies hoe.'

Zo onderzoeken ze in Gezinshuis Masido of de zorgboerderij nog zinvol is. De tienjarige zelf vindt van niet, nu ze buiten durft te spelen. De Waal: 'We kijken grondig: wat geeft haar nu rust? Dat er geen mensen in en uit lopen, er geen feestjes zijn, of dat ze niet meer naar de zorgboerderij gaat?'

Dijkstra's indruk bij 's Heeren Loo is dat het corona-regime vooral ouderen en mensen met ernstige meervoudige beperkingen goed doet. 'Wij dachten al eerder dat dagbesteding aan huis prettiger is voor bepaalde ouderen. Dat kun je nu onderbouwen.' Ook De Twentse Zorgcentra overweegt een menging van wonen en activiteiten. 'Wij gaan bekijken wat past bij elke bewoner: dagbesteding zoals die was, of in de eigen woning?', zegt Van Dalen. 'In de gehandicaptenzorg hebben we jaren gevochten voor dagbesteding buitenshuis voor alle cliënten, maar ik denk dat het voor sommige toch zinvol is één leefmilieu te maken.'

### Onderling begrip

De activiteiten in de woningen brengen niet alleen iets te weeg bij cliënten. 'Begeleiders schrijven dat zij bewoners op een andere manier leren kennen en begrijpen', zegt Dijkstra. Ook onderling komen collega's nader tot elkaar, ziet Van Dalen bij De Twentse Zorgcentra. 'Ambulante medewerkers bieden nu aan dat ze 's zomers wel willen bijspringen in de woningen. Een ergotherapeut vertelde: ik kijk nu anders naar de adviezen die ik meegeef over wat een cliënt in de woning moet doen. Het kijken in elkaars keuken is zeker iets om vast te houden.'

Het dienstenpatroon uit de coronacrisis, met achtuursdiensten voor woon- en activiteitenbegeleiding, blijft overeind tot 1 oktober – en wellicht ook daarna. 'We hadden daar al over nagedacht als manier om medewerkers grotere contracten te kunnen bieden', zegt Van Dalen. 'Maar dit zijn normaal gesproken heel lange trajecten. Nu was het binnen twee dagen geregeld en ziet iedereen de voordelen.'

dat mensen opbloeien in de veiligheid van hun eigen kamer.' Hij roept professionals op alle cliënten 'als een blanco doek opnieuw te bekijken en streepje voor streepje hun werkelijke zorgvraag te achterhalen. Als iemand niets doet, is dat dan omdat hij niks weet te bedenken, of zit hij te genieten? Voor wie is het fijn om de deur uit te gaan, voor wie niet?' Pluryn denkt ook na over andere woonvormen dan de woongroep-met-huiskamer, zoals appartementencomplexen met ontmoetingsruimten. 'Dan ligt het initiatief voor ontmoeting veel meer bij de cliënt.'

### Maatwerk

Onderzoeker Van der Weele waarschuwt voor de simpele conclusie dat minder prikkels beter zijn. 'Prikkels zijn ook goed, je ontwikkelt je erdoor. Ik denk dat de eerste vraag is:

# 'We leerden ontzettend veel van elkaar'



DOOR RIËTTE DUYNSTEE FOTO'S STIJN RADEMAKER

Activiteitencoördinator Irma Verbeek en regiebegeleider Maaïke Gepkens, met bewoner Anne-Marie in hun midden.

Zorgorganisatie Severinus in Veldhoven paste compartimentering toe om de coronacrisis het hoofd te bieden. De dagbesteding verhuisde naar de woningen waar zorgmedewerkers en activiteitenbegeleiders samen met de bewoners een *extended family* vormden. 'Van de ene op de andere dag hielp ik met zaken als ogen en oren druppelen.'

De geur van versgebakken broodjes domineert op het terras van Aangelag 13 in Veldhoven, waar de schuifpui naar de woonkeuken maximaal open staat. De fotograaf en ik blijven voor de reportage over compartimentering bij Severinus op veilige afstand in de buitenlucht staan. Van daaruit slaan we een vredig tafereel gade. Bewoner Miranda (44) beschildert matroesjka-poppetjes en bewoner Niels (41) kleurt een tekening. Regiebegeleider Maaïke Gepkens begeleidt het creatieve proces aan de keukentafel. Verderop in de keuken waken bewoner Anne-Marie (51) en activiteitencoördinator Irma Verbeek over de baksels in de oven. Sinds het coronavirus de zorg teistert, vindt bij Severinus de dagbesteding in de woonhuizen plaats. Functies zijn amper nog gescheiden: activiteitenbegeleiders doen net zo goed zorgtaken, en zorgmedewerkers plakken, knippen en knutselen met bewoners. 'Ik kende Irma

## werkbezoek



Maaike helpt Christiaan met sloopwerk in de schuur: 'Een idee van Irma.'

kens: 'Voorheen waren wij als zorgmedewerkers vooral bezig met organiseren, met name bij groepen met meer zorg-intensieve bewoners. 's Morgens moest iedereen gedoucht zijn en ontbeten hebben vóórdát het busje kwam voorrijden. 's Middags waren er afspraken bij de kapper of de pedicure. We werden geregeerd door overvolle agenda's, en dat ging ten koste van de individuele aandacht. Tegenwoordig zitten wij zonder tijdsdruk soms een uur met bewoners aan tafel te knutselen. Niemand hoeft de deur uit. Iedereen wordt er relaxter van, óók veel bewoners zelf.'

Eveneens een positieve ontwikkeling vindt Severinus het dat dagbesteding deel is geworden van het zorgproces. Irma vertelt over haar vuurdoop bij aanvang van de coronacrisis: 'Alle zorgmedewerkers waren ingezet bij de burens op Aangelag 15, waar corona was uitgebroken. Ze vroegen mij om de bewoners van nummer 13 te ondersteunen, met wie ze samen

helemaal niet', zegt Maaike. 'We spraken elkaar hoogstens een of twee maal per jaar telefonisch.'

### Extended families

Pieter Hermsen is bestuurder bij Severinus. Hij vertelt over compartimentering als strategie om besmetting met het coronavirus te voorkomen. Pieter: 'Meteen na de uitbraak in Brabant hebben we, net als veel andere zorgorganisaties, de dagbestedingslocaties gesloten. De bakkerij, de winkel, de ruimtes voor creatieve activiteiten, alles ging dicht. Vervolgens hebben we van elke woongroep een compartiment gemaakt: een gesloten eenheid om overdracht van het virus zoveel mogelijk te voorkomen. Zo zijn op elke locatie zogenoemde *extended families* ontstaan, van bewoners met een vast team van zorg- én activiteitenbegeleiders. Dagbesteding is verhuisd naar de woningen. Daar wordt de verf en klei aangeleverd, en meel en gist voor brood en cake. Veilig en menselijk, dat is steeds onze drijfveer geweest.'

Bij Severinus hoort overigens ook een aantal ouders tot de *extended families*, mits zij onmisbaar zijn bij de zorg van hun kind. Pieter: 'Inmiddels mogen ouders met hun zoon of dochter in de buitenlucht wandelen. Op gezette tijden en volgens een strak schema. Wij doen daarbij steeds een beroep op hun gezond verstand. Dus wie zich niet fit voelt, blijft thuis.'

### Geen tijdsdruk meer

De uit nood geboren nieuwe werkwijze heeft onverwacht verouderde en vastgeroeste patronen blootgelegd. Maaike Gep-



Niels wil het liefst morgen weer aan het werk.



Daniëlle legt een puzzel.

een geschakelde woning vormen. Van de ene op de andere dag hielp ik met koken en met zaken als ogen en oren druppelen. Ik begeleidde geen activiteiten, maar nam de zorg voor mijn rekening.'

### Inzicht in elkaars werk

Miranda, Niels en Anne-Marie zijn jonge actieve en zelfstandige bewoners die ondanks alle onzekerheid rondom de coronamaatregelen er samen tóch wat van hebben weten te maken. Mede dankzij hun positieve instelling is Irma snel in haar nieuwe rol gegroeid. Maar niet bij alle activiteitenbegeleiders is het proces zo vlekkeloos verlopen.

Irma: 'Er zijn ook groepen met bewoners die van spanning juist boos worden, of zichzelf verwonden. Of bewoners die in bad getild moeten worden, of op de wc. De activiteitenbegeleiders die daar zijn geplaatst, zijn in een compleet andere wereld beland. Maar iedereen accepteert het en begrijpt dat het nodig is. Ik vind dat super.'

Ook Pieter Hermsen prijst de flexibiliteit van zowel zorg als dagbesteding bij Severinus. 'Omdat we het zo klein hebben gemaakt, voelt iedereen zich verantwoordelijk. Er is veel inzicht ontstaan in elkaars werk, en dat komt de samenwerking ten goede. Dat zien we op vrijwel alle locaties. We zoeken nu naar mogelijkheden om delen daarvan vast te houden voor de toekomst. Die positiviteit is voor iedereen goed.'

### Sloopwerk in de schuur

In de woning heeft Anne-Marie inmiddels de ovenwanten aangetrokken, de chocoladebroodjes komen goudbruin uit de oven. Ze maakt een rondje om uit te delen, in haar kielzog

loopt Niels met een tekening in de lucht, twee puntjes zorgvuldig tussen duim en wijsvinger geklemd. Hij neemt de complimenten in ontvangst en vertelt over zijn liefde voor auto's, hij stofzuigt ze voor automobilisten bij het tankstation. 'Maar ja, ook dat ligt stil', zegt hij met hoorbaar spijt in zijn stem. De vitale bewoners van 13 missen hun baan buiten de deur juist wél. Wat Niels betreft gaat hij morgen weer aan de slag. We lopen naar de buurgroep op nummer 15, waar de bewoners meer begeleiding nodig hebben dan op nummer 13. Even later zit Irma te puzzelen met bewoner Daniëlle (51), Maaike helpt Christian (47) bij het slopen van apparatuur in de schuur. 'Ook dit sloopwerk is tegenwoordig een dagbestedingsactiviteit', zegt Maaike. 'Een idee van Irma, omdat dit werk is wat bij Christian past. Ik zou nooit op het idee gekomen zijn. Irma wel, zij is veel creatiever. We leren ontzettend veel van elkaar.'

### Gesterkt door deskundigen

Pieter Hermsen prijst zich gelukkig dat zijn medewerkers de organisatie zo soepel door de crisis hebben geloofdst. De beslissingen die hij en zijn team steeds namen, waren altijd getoetst aan de richtlijnen van het RIVM. Ook liet hij zich adviseren door de VGN én door de regionale GGD. Zo voelde Severinus zich gesterkt om een eigen koers te varen. Pieter: 'Wij hebben méér dan andere organisaties gebruik gemaakt van de nee-tenzij-regeling voor bezoek van naaste familie. En wij hebben méér dan anderen de activiteitenbegeleiders deel laten nemen aan het zorgproces. Wij realiseerden ons dat dit grote impact had op de invulling van hun takenpakket. Dus wij hebben kleine bijeenkomsten georganiseerd voor de teams van activiteitenbegeleiders die uiteen gevallen waren, zodat ze ervaringen konden delen. Veilig op anderhalve meter afstand van elkaar.'

Volgens Pieter hebben veel collega-organisaties zich tijdens de coronacrisis laten leiden door angst. 'Zij zagen hoe het uit de hand liep in de ouderenzorg, en besloten daarom zelf óók de zaak hermetisch op slot te gooien. Daar zijn veel bewoners en hun ouders de dupe van geworden. Onnodig, want bij ons zijn niet méér dan gemiddeld veel bewoners en begeleiders ziek geweest. En ja, we proberen de anderhalve meter regeling te waarborgen, maar in de meeste woonhuizen is dat onmogelijk. Dan zijn concepten als compartimentering en extended family des te belangrijker.'

Sanne van der Hagen is implementatieadviseur bij Buro Wisselstroom. In deze rubriek vertelt zij over een leerzame mislukking tijdens het implementeren.



# Een website met alle apps voor mensen met een lvb?

DOOR SANNE VAN DER HAGEN

## Bedoeling

### Een website met alle apps voor mensen met een licht verstandelijke beperking

Binnen de gehandicaptensector worden veel apps gemaakt. Een app kan namelijk een brug zijn voor mensen met een licht verstandelijke beperking: je kan er iets mee dat je zonder de app heel moeilijk vindt. Bijvoorbeeld structuur aanbrengen in je dag. Hierdoor kunnen mensen zelfstandiger zijn.

Er was alleen geen duidelijke plek waar je deze apps allemaal kon vinden. Daarom kregen we de opdracht om deze plek te maken: een inventarisatie van alle apps op een website. De website moest toegankelijk zijn voor mensen met een licht verstandelijke beperking. Zo werden al deze apps makkelijker vindbaar. En dan zouden meer mensen deze apps gaan gebruiken.

## Benadering

### Onderzoeken hoe mensen terecht komen op de website.

Een website heeft pas nut als mensen er naartoe gaan. Dus gingen we dat onderzoeken. Het proces was volgens ons: je hebt een hulpvraag > je bedenkt een oplossing > je zoekt de oplossing op de website > je kiest een geschikte app.

Maar uit de gesprekken in de focusgroepen bleek iets anders. We kwamen erachter dat mensen niet in staat zijn om een hulpvraag te formuleren. Laat staan om daarna deze hulpvraag te vertalen naar een zoekvraag voor een app.

## Opbrengst

### Geen website, wel helder wat het probleem is.

Het probleem bleek dus niet het ontbreken van een website te zijn. Het probleem lag dieper en was complexer. Een inventarisatie had dus (nog) niet echt zin. Maar we weten nu wel dat een



verzameling van apps alleen bijdraagt aan zelfstandigheid als mensen (samen met hun omgeving):

- > Erkennen dat ze een probleem hebben
- > Een hulpvraag kunnen stellen
- > Weten dat er een website is met hulpmiddelen
- > De hulpvraag kunnen vertalen in een vraag om een oplossing
- > Zelfstandig de nodige stappen kunnen ondernemen

## Lessen

1. *Zorg dat je helder hebt welk probleem je wil oplossen.*  
Een oplossing met een onduidelijk probleem zorgt hoogstwaarschijnlijk niet voor een échte oplossing. Zorg dus dat je genoeg tijd doorbrengt met je probleem.
2. *Wees bereid om van koers te veranderen*  
Als je erachter komt dat probleem en oplossing niet bij elkaar horen, heb dan het lef om te stoppen of je planning te wijzigen.

*Meer lezen over de lessen die je kan leren van een mislukking? Lees dan de review van het instituut voor briljante mislukkingen over deze casus. Meer lezen over de casus: [burowisselstroom.nl/projecten/is-digitaal-meedoen-mogelijk](http://burowisselstroom.nl/projecten/is-digitaal-meedoen-mogelijk)*

> [BRIMIS.NL/PUBLIC/PROJECT/43](http://BRIMIS.NL/PUBLIC/PROJECT/43)



# 'We praten vaak over nabijheid'

DOOR RIËTTE DUYNSTEE



## **Jolien Bos - de Lange, geestelijk verzorger bij De Twentse Zorgcentra, maakte een wandeling met Michelle:**

'Michelle zit al klaar op een bankje onder een boom. Zodra ze mij ziet springt ze op, zegt hallo en in één adem: papa en mama komen op bezoek. Het is eind mei, en de regels rondom corona zijn vorige week versoepeld. Binnenkort mogen naasten weer op visite komen. De opluchting daarover gonst over het terrein. Ik vraag aan Michelle waar ze het meest naar verlangt. Mama knuffelen, antwoordt ze vrolijk. Mama is mijn grote knuffelbeer.

We gaan op stap, de anderhalve-meterstok tussen ons in. Het is een bamboestok, versierd met vlaggetjes, het ziet er vrolijk uit. We lopen over de paden van het uitgestrekte bosachtige terrein van De Twentse Zorgcentra. De natuur is hier prachtig, een vogel kwettert in de boom. Hoor je dat Michelle? Michelle haalt haar schouders op, vogels doen haar weinig. Zij is meer een mensenmens. Ze heeft aandacht voor iedereen die tijdens de wandeling passeert, vaak andere cliënten met hun begeleiders. Ze slaat hen belangstellend gade en groet. Verderop laden twee mannen een auto uit. Knappe kerels, vindt ze.

Sinds corona ons leven beheerst, voer ik de gesprekken altijd buiten. Niet alle cliënten willen of kunnen wandelen. Voor gesprekken bij het tuinhek neem ik onder de arm mijn klapstoeltje mee. Gisteren voerde ik zo'n gesprek met Anton, een blinde man die onlangs zijn moeder heeft verloren. Gewoonlijk snuffelt hij bij de begroeting in mijn hals om te ruiken dat ik het ben. Nu moest ik hem op afstand houden, terwijl hij zijn armen uitstreekte voor een omhelzing: Jolien, Jolien! Mijn hart brak. Ik zei steeds: ik zie je en ik hoor je, Anton.

De gesprekken met cliënten gaan vaak over nabijheid. We spreken over liefde en gemis, en over zingevingsvragen. Michelle geniet van die exclusieve aandacht. Ze is vandaag wat afgeleid, het lukt niet om de diepte in te gaan. Dat geeft niet. Ook vloeien bij haar fantasie en werkelijkheid door elkaar. Het maakt het soms lastig om haar werkelijk te peilen. Ik heb vragenkaartjes bij me, Michelle trekt er een. Wat zou je doen als alles mag? Michelle denkt na, maar er komt niets. Ik help haar: je zou bijvoorbeeld naar je vader en moeder kunnen gaan. Ze antwoordt: maar dat mag toch niet?

We zingen: *Wij zijn samen onderweg, halleluja*. Het tweede couplet luidt: *Wij gaan samen, hand in hand*. Ik pas de tekst aan: *Wij gaan samen aan de stok, halleluja*. We nemen nog even plaats bij de gedenkplek en keren dan huiswaarts. Michelle is moe, we slenteren steeds trager over het pad. Ik vraag: wat ga je doen als je thuis bent? Ze antwoordt: met limonade zitten op een bankje. Een bewoner op de fiets slingert ons tegemoet. Hij heeft de vaart erin en zingt een zegenlied: *Raak mij, raak mij aan, leg Uw hand op mij. Geef mij Uw zegen, dan zal ik leven*. Precies wat we al die tijd niet mogen. Juist nu, nu er zoveel zingevingsvragen zijn. ●

**Verricht u ook een leuke sportieve outdoor activiteit samen met mensen met een beperking? En vindt u het leuk om in deze rubriek te staan? Laat het ons weten: [jkoning@vgn.nl](mailto:jkoning@vgn.nl)**

## een goed advies



Opdat we leren van elkaar:  
in iedere *Markant* een tip van  
een deskundige

Veel zorgprofessionals ervaren sowieso al een hoge werkdruk, maar corona deed daar de afgelopen maanden een serieuze schep bovenop. Bovendien is er de angst voor een tweede golf. Dus rijst de vraag: hoe kun je het beste met die hoge werkdruk omgaan?

**Fredrike Bannink** is klinisch psycholoog, geeft trainingen en schrijft boeken over de positieve psychologie. Daar waar de reguliere psychologie focust op het verminderen van negatieve emoties en wat er mis is, focust de positieve psychologie op het versterken van positieve emoties en je sterke kanten. 'Dat verhoogt namelijk je welbevinden.' In die lijn vindt Fredrike het belangrijker om te focussen op dat wat iemand energie geeft, dan op het verminderen van de werkdruk. 'Als je balans tussen energie geven en energie krijgen verstoord is, moet je energie aangevuld worden. In het voorbeeld van de werkdruk resulteert dat uiteindelijk in een hogere productiviteit, meer werkplezier en minder verzuim.'

Hoe je dat doet is voor iedereen verschillend. Fredrike: bedenk wat jij vandaag kunt doen, waar je toekomstige zelf je dankbaar voor zal zijn. 'Maar maak het niet te groot', voegt ze toe. 'Je hoeft echt geen drie kinderen uit de gracht te redden. Het gaat om kleine dingen: een stukje wandelen, iemand helpen, of een half uurtje een boek lezen, muziek maken of sporten. Heel veel kleine stapjes zorgen samen voor iets groots.' Bovendien zijn



# 'Wat kun jij vandaag doen, waar je toekomstige zelf je dankbaar voor zal zijn?'

kleine stapjes makkelijker vol te houden en vaak leuker om te doen, geeft ze aan. Gedragsverandering is niet eens zo moeilijk, maar hoe houd je de gemaakte positieve veranderingen vast? Daarvoor moet je gemotiveerd zijn. Uiteraard begint het met de realisatie dat iets niet werkt of niet gezond voor je is. 'En je moet bereid zijn om daar iets aan te doen. Wat je vooral niet moet doen, is blijven klagen', zegt Fredrike. 'Er is geen verbod op klagen, maar zet daar dan steeds iets positiefs tegenover, bijvoorbeeld door aan iets te denken waarvoor je dankbaar bent. Dan krijg je een betere balans.' Ze besluit: 'Het klinkt als een open deur, maar als je niets doet, verandert er niks. Natuurlijk heb je niet altijd invloed of autonomie om de werkdruk te verlagen, zeker niet in tijden van corona, maar dat ontslaat je niet van je eigen verantwoordelijkheid. Dus, wat is een klein stapje dat je vandaag kunt zetten?'

/ Ronella Bleijenburg

*In Een beter leven, Hoe dan? maakt Fredrike Bannink de wetenschappelijke bevindingen van de positieve psychologie toegankelijk voor een breed publiek. Twee andere relevante titels zijn Positieve psychologie, De toepassingen en het Handboek oplossingsgericht werken met licht verstandelijke beperkte cliënten, dat zij samen met GZ-psycholoog John Roeden schreef.*