Een gesprek met Frans Hoogeveen, lector psychogeriatrie

Uitdagen en enthousiasmeren

Het lectoraat Psychogeriatrie aan De Haagse Hogeschool bestaat inmiddels bijna vijf jaar. Het kreeg landelijke bekendheid door zijn jaarlijkse congressen, het Café PG en de Minor Psychogeriatrie. Eind vorig jaar werd de lector van het eerste uur – Bère Miesen – opgevolgd door Frans Hoogeveen. In april hield deze zijn intreerede. Hugo van Waarde reisde af naar de residentie om voor DENKBEELD de plannen van de nieuwe lector op te tekenen.

door Hugo van Waarde

'Er is een enorme verscheidenheid in hoe mensen het ziektebeeld dementie beleven. En dat geldt zowel voor mensen met dementie zelf als voor hun naasten. Dementie is natuurlijk een kloteziekte voor wie het betreft, maar desondanks blijken ook déze mensen zich op momenten heel gelukkig te kunnen voelen. Voor ons professionals betekent dit dat we dus alles uit de kast moeten proberen te halen om die geluksmomenten zo talrijk mogelijk te laten zijn.'

Met deze opdracht voor de werkers in de psychogeriatrie opent *Frans Hoogeveen* het gesprek. Zijn vader heeft de ziekte van Alzheimer en is de avond tevoren in het ziekenhuis opgenomen met een heupkomfractuur. 'Het is opmerkelijk wat er gebeurt als we met zijn vieren om zijn bed zitten. Wij hebben dan volle aandacht voor hem en ook al kan hij niet alles volgen, hij voelt zich dan heel geborgen. Gedurende dat half uur dat we op bezoek zijn, is hij gelukkig. Ik vraag hem dat dan ook: 'Ben je gelukkig?' Met een diepe zucht zegt hij dan: "Ja!'

De ervaringen met zijn vader gebruikt Frans om duidelijk te maken dat menselijk gedrag in belangrijke mate ook vanuit de omgeving wordt gestuurd. Daar zouden zorgverleners hun voordeel mee kunnen doen, maar vaak gebeurt dat nog niet of te weinig, zegt hij. 'Je kunt met mijn vader nog best een gesprek voeren, maar hij houdt niets vast, hij heeft geen steun aan zijn herinneringen van kort geleden. Dat element is er gewoon niet. Om situaties te begrijpen, heeft hij alleen houvast aan wat hij om zich heen ziet. In het ziekenhuis is hij onrustig en mag hij in een stoel zitten. Maar ja, dan wil hij opstaan, logisch, want een stoel nodigt nu eenmaal meer uit tot opstaan dan een bed. Opstaan mag hij echter juist niet, vanwege de fractuur. Wat je zou moeten doen hier, is niet domweg een protocol volgen, maar de vraag stellen hoe je mogelijke schade voor mijn vader zoveel mogelijk kunt beperken door die omgeving zo in te richten dat de drang tot opstaan minder wordt.'

'Wij richten ons niet op het management of op de behandelaars, maar op mensen op de werkvloer die gegrepen zijn door de psychogeriatrie'

Bij toeval in de psychogeriatrie

De belangstelling van Frans Hoogeveen voor sturing van gedrag vanuit de omgeving is ontstaan tijdens zijn studie psychologie. Een studie waar hij na de middelbare school overigens zonder duidelijke motivatie aan is begonnen. Het werd voor hem pas echt interessant toen hij voor de ontwikkelingspsychologie koos en college kreeg van *Paul Smeets*, nu emeritus hoogleraar experimentele gedragsanalyse aan de Universiteit Leiden. 'Hij was gegrepen door het gedachtegoed



Frans Hoogeveen, de nieuwe lector Psychogeriatrie aan De Haagse Hogeschool tijdens zijn intreerede: 'Dementie is natuurlijk een kloteziekte, maar desondanks blijken ook mensen met dementie zich op momenten heel gelukkig te kunnen voelen.'

van Skinner en het behaviorisme, zaken als mentalisme en eigen wil vond hij allemaal flauwekul. Zijn boodschap was dat we in belangrijke mate worden gestuurd door onze omgeving. Maar Smeets liet mij vooral zien wat de psychologie als wetenschap vermag. Dat er vanuit het vakgebied veel gedaan kan worden via de omgeving en omgevingsinterventies.' De psycholoog in spe werd gegrepen door het experimentele onderzoek met verstandelijk beperkte kinderen en werkte bij Smeets als onderzoeker. 'Het was geweldig. Die man bedacht, in de tijd van voor de computer, bijvoorbeeld allerlei technologische oplossingen om deze kinderen dingen te leren en hun kwaliteit van leven te verbeteren.' Op het moment dat de subsidies voor het onderzoek stopten, kwam er ook een eind aan Hoogeveens carrière bij de Leidse Universiteit. Een vriend bracht hem in contact met de verpleeghuiswereld van De Schildershoek in Den Haag. Het was dan ook toeval dat hem in de psychogeriatrie heeft gebracht. 'Achteraf denk ik dat ik elke doelgroep interessant zou hebben gevonden. Psychologie is nu eenmaal een boeiend vak en daarmee ook iedere doelgroep die je ermee kunt bereiken. Maar oude mensen vind ik toch wel heel interessant. Die interesse wordt hier door de studenten van de Hogeschool overigens niet altijd begrepen, die zijn helemaal niet geïnteresseerd in oude mensen. Daarom provoceer ik ze tijdens de colleges en zeg ik: 'Ik vind jullie wel aardig hoor, maar eigenlijk niet zo interessant. Jullie zijn nog maar begin twintig, jullie hersenen zijn nog niet eens klaar met hun ontwikkeling. Maar mensen op leeftijd, met uitontwikkelde hersenen, al een beetje verval, die veel hebben meegemaakt… die zijn pas interessant!" Het is bedoeld om te provoceren, maar ik vind het ook echt.'

'Door onderzoek willen wij een manier vinden om de lievelingsmuziek van mensen met dementie te achterhalen'

Wie de jeugd heeft..

Jonge mensen uitdagen en enthousiasmeren voor de psychogeriatrie is een belangrijke opdracht voor het lectoraat. 'Daar waar het werk moet gebeuren, moeten mensen beter worden opgeleid. Wij richten ons dus niet op het management of op de behandelaars, maar op mensen op de werkvloer die gegrepen zijn door de psychogeriatrie. Het lectoraat wil in de komende periode bereiken dat er een opleiding of bijvak komt, dat mensen in staat stelt om een soort van "HBO-coach" te zijn. Dat kan een verpleegkundige zijn, maar ook iemand uit de sociale professies met bijzondere interesse in dit vak. In

>



Wat is het lectoraat Psychogeriatrie?

Het lectoraat Psychogeriatrie is een gezamenlijk initiatief van WoonZorgcentra Haaglanden, Florence en De Haagse Hogeschool. Het lectoraat werd op 1 september 2005 gevestigd met de benoeming van Bère Miesen tot lector Psychogeriatrie. Per 1 september 2009 werd deze opgevolgd door Frans Hoogeveen.
De missie van het lectoraat Psychogeriatrie is de emancipatie van de professionals in het werkveld psychogeriatrie in de verpleeg- en verzorgingshuizen en in de thuiszorg, alsmede de totstandbrenging, bewustwording en waardering van de eigen, specifieke expertise in de zorg voor en de begeleiding van mensen met dementie en hun naasten. Het lectoraat stelt zich ten doel te bevorderen dat meer jonge mensen de psychogeriatrie tot hun vakgebied kiezen. Dat wil het doen door goede voorlichting, het tot stand brengen van een gunstig en reëel beeld van het vakgebied en door deskundigheidsbevordering binnen het middelbaar en hoger beroepsonderwijs. De activiteiten die daaruit voortvloeien, zijn gegroepeerd in vier doelstellingen: onderzoek, onderwijsontwikkeling, professionalisering en kenniscirculatie.

zowel de thuiszorg als in intramurale voorzieningen, coacht zo iemand inhoudelijk de teamleden, brengt nieuwe initiatieven in en houdt de medewerkers op de hoogte van de laatste ontwikkelingen. De coach helpt zo mensen in het team te groeien.'

In de eerste periode van het lectoraat is er gewerkt aan de ontwikkeling van de Minor Psychogeriatrie. Een keuzevak dat niet alleen openstaat voor studenten van de opleiding HBO-V en de Academie voor Sociale Professies, maar ook voor professionals uit het werkveld. Dementie, de verschillende vormen ervan en de gevolgen voor patiënt en naasten komen tijdens de minor aan bod. Maar de studenten maken zich ook vaardigheden eigen om met mensen met dementie in alle fasen van hun ziekte te kunnen omgaan. Vooral kwaliteit van leven voor mensen met dementie en hoe een 'vernieuwer' en 'aanjager' te zijn in professionele teams zijn belangrijke elementen in deze minor. De minor is door de studenten enthousiast ontvangen en inmiddels hebben de eerste twintig deze met goed gevolg afgerond. Naast deze minor, die gericht is op HBO-studenten, wil het lectoraat ook bijdragen aan de professionalisering van studenten in het MBO. Dit gebeurt onder andere door de scholing van docenten van ROC's en het ontwikkelen van lesmateriaal over psychogeriatrie.
Het accent heeft in de eerste periode van het lectoraat vooral gelegen op onderwijsontwikkeling en professionalisering, minder op onderzoek. Dat betekent echter niet dat onderzoek een ondergeschoven kindje is; er zijn verschillende initiatieven voor praktijkgericht onderzoek. Frans Hoogeveen geeft een voorbeeld: 'We zijn bijvoorbeeld geïnteresseerd in toepassingen van muziek in de psychogeriatrie. Met muziek is iets bijzonders aan de hand, die zet zich in ons brein vast en blijft heel lang in staat om emoties op te roepen. Wanneer je muziek hoort die je zo rond je twintigste levensjaar goed vond, roept dat vaak sterke en positieve gevoelens en herinneringen op uit die tijd. Dat effect heeft muziek ook bij mensen met dementie. Natuurlijk hebben mensen hun persoonlijke muziekvoorkeur, maar die kun je achterhalen. Door het henzelf of hun familie te vragen, maar ook proefondervindelijk door hun reacties te meten op bepaalde muziek. Door middel van onderzoek willen wij een manier vinden om in de praktijk de lievelingsmuziek van mensen met dementie te achterhalen, die in kaart te brengen en er toepassingsmogelijkheden voor te bedenken.'

Het kloppend hart van het lectoraat Psychogeriatrie wordt gevormd door de kenniskring. 'Het is maar een kleine vakgroep,' zegt Frans Hoogeveen, 'maar met enthousiaste mensen, ieder met eigen achtergrond en expertise. We hebben het werkplan voor 2010 samen opgesteld en uitgewerkt. Daar heb ik bewust voor gekozen. Door iedereen vanuit de doelstellingen van het lectoraat ideeën te laten aandragen, hebben we nu een werkplan als basis voor samenwerking dat door iedereen wordt gedragen.'

Oude liefde roest niet
Frans Hoogeveen promoveerde op *errorless learning* bij mensen met ernstige cognitieve beperkingen. Dat oude liefde niet roest, blijkt uit de mogelijkheden die hij voor deze methode (van leren in heel kleine stapjes) in de psychogeriatrie ziet. 'Deze methode staat haaks op die van "trial and error", waarbij

'Dat kun je zien als manipuleren, maar dat is alleen maar zo wanneer je er niet diep genoeg over nadenkt'

Inschrijving Minor Psychogeriatrie 2010

Vanaf 31 augustus 2010 start de Minor Psychogeriatrie van het lectoraat Psychogeriatrie aan De Haagse Hogeschool. De hoor- en werkcolleges op de dinsdag (10 weken) zijn toegankelijk voor medewerkers in de psychogeriatrie van niveau 5 en medewerkers van niveau 4 met twee jaar werkervaring in de zorg voor mensen met dementie. Professionals met MBO 3, die ruime ervaring hebben als EVV'er en 3 jaar werkervaring hebben met mensen met dementie, kunnen zich ook aanmelden. Voor inschrijving zie de advertentie elders in dit nummer van DENKBEELD.

je wordt verondersteld ook te leren van je fouten. Misschien dat die methode werkt voor iemand bij wie de hersenen goed functioneren, maar het is zeer de vraag of dat ook geldt voor iemand met een beschadigd brein, zoals bij dementie. Bij ''foutloos leren'' gaat het juist om leren zonder één fout te maken. Toen die methode werd toegepast bij mensen met ernstige cognitieve beperkingen, bleken die opmerkelijke dingen te kunnen leren. Kinderen met een IQ van 30 die leerden lezen bijvoorbeeld.'

Hoewel dementie het leervermogen in ernstige mate aantast, meent Hoogeveen dat er toch mogelijkheden zijn voor foutloos leren in de psychogeriatrie, 'Je zou kunnen zeggen dat het onbegonnen werk is, maar dat is volgens mij een denkfout. Het hangt van het stadium en het type van de dementie af of en in welke mate dat zo is. Dat wijst de praktijk uit wanneer je daarover bijvoorbeeld met verzorgenden gaat praten. Het is nu de vraag wat je mensen met dementie kunt leren, of – met andere woorden – welk (nieuw) gedrag je ze kunt laten vertonen. Laat ik een voorbeeld geven. In een verpleeghuis woont een Indische dame die in haar jeugd geen toilet gewend was. Nu ze door haar dementie weer terug is in dat verleden, weigert ze haar behoefte in het toilet te doen. Incontinentiemateriaal wijst ze verontwaardigd af. Stel dat we die mevrouw via de methodiek van foutloos leren ertoe zouden kunnen brengen om wel een – eventueel aan haar vroegere ervaringen en herinneringen aangepast – toilet te gebruiken, dan zou dat een grote stap vooruit zijn. Voor haarzelf en haar zelfbeeld, voor de familie en ook voor de verzorgenden.'

Goed gevoel

Natuurlijk roept dit voorbeeld de vraag op, hoe lang zo'n inspanning bij mensen met dementie effect heeft. Daarover heeft Frans Hoogeveen een uitgesproken mening. 'Dat hoort nu eenmaal bij dit vakgebied. Niet voor lang helaas en voor de ene persoon langer dan voor de andere, maar dat is toch oké? Als ik bij mijn vader op bezoek ben en zie dat hij daardoor dertig minuten gelukkig is, dan blijf ik toch op bezoek komen? Ook al is dat gelukkige gevoel er maar voor een beperkte tijd? Sterker nog, als ik hem ertoe kan brengen zich gelukkig te voelen en ik kan dat manipuleren, dan doe ik dat natuurlijk. Want het concept van foutloos leren kan ook worden toegepast op communicatie en intermenselijk gedrag. Dezelfde mevrouw uit het voorbeeld heeft een echtgenoot die regelmatig op bezoek komt. In de loop van het bezoek gaat zij hem echter verwijten maken: ''Je bedriegt me met iemand anders.'' Dat doet die man enorm veel pijn, daar lijdt hij onder. Wanneer wij nu die mevrouw ertoe zouden kunnen brengen om vaker tegen haar man te zeggen: ''Je bent een schat, ik hou van je,'' – want dat deed ze en dóet ze – zullen we dat beslist doen. Dat zou je kunnen zien als een bezwaarlijke vorm van manipuleren, maar dat is alleen maar zo wanneer je er niet diep genoeg over nadenkt. Want zo werkt het ook bij ons: we kunnen wel het idee hebben dat we zelf bepalen hoe we ons voelen, maar dat is helemaal niet zo, dat wordt door duizend-en-één dingen gestuurd. Alleen het idee dat we het bewust beïnvloeden, ligt natuurlijk gevoelig.'

'In de praktijk van de psychogeriatrie zoeken en vinden verzorgenden nu trouwens ook al praktische oplossingen voor dit soort problemen. Daarom is het goed verzorgenden te leren hoe ze zichzelf als instrument kunnen gebruiken. Hoe ze de omgeving zo kunnen ''manipuleren'' dat die man die altijd zo bang is tijdens het wassen, dat nu niet meer is. Want als professional in de psychogeriatrie hoor je te proberen mensen met dementie een goed gevoel te geven, het doet er niet toe voor hoe lang.'

Hugo van Waarde *is adjunct-hoofdredacteur van DENKBEELD en zorgondernemer.*

'In de psychogeriatrie proberen we iemand een goed gevoel te geven, het doet er niet toe voor hoe lang'