

# ZÓ DOE JE DAT!



## Communiceren met iemand met dementie

# 4

### FACTSHEET

Een groot deel van onze communicatie verloopt via gesproken of geschreven taal. Via taal delen we onze ervaringen, gevoelens, verlangens en ideeën met elkaar. Communicatie verbindt ons met anderen. Bij dementie verdwijnt geleidelijk de vaardigheid om ervaringen met anderen te delen. Van een gelijkwaardig gesprek is na verloop van tijd dan ook geen sprake meer. Communiceren met iemand die dementeert . . . Hoe doe je dat?

**In de beginfase van dementie** wordt praten over recente gebeurtenissen gaandeweg moeilijker. Iemand krijgt moeite met het vinden van de juiste woorden en gebruikt steeds vaker vage omschrijvingen zoals 'dinges' en 'men'. Soms kiezen mensen met beginnende dementie ook woorden die lijken op wat ze eigenlijk willen zeggen. In plaats van 'pen' zeggen ze bijvoorbeeld 'potlood'. In deze fase begrijpt iemand meestal nog wel goed wat hem wordt verteld.

**Als de dementie vordert** wordt het voeren van een gesprek steeds moeilijker. Het lukt mensen met gevorderde dementie niet meer om een goed opgebouwd, logisch verhaal te vertellen. Ze leiden het gesprek niet meer in, maar vallen meteen midden in het verhaal en kunnen zich niet meer verplaatsen in hun gesprekspartner. Goede zinnen construeren kost veel moeite; mensen zoeken steeds vaker hun toevlucht tot automatismen en standaardzinnen. Ze kunnen de betekenis van abstracte woorden ('kans', 'idee', 'mening') niet meer begrijpen en het verschil tussen de huidige situatie en herinneringen verdwijnt gaandeweg. De mevrouw in de winkel die lijkt op de schooljuf van vroeger, wordt 'die schooljuf'.

### Algemene tips en weetjes

- Concludeer niet te snel dat de dementerende je niet begrepen heeft. Door de dementie hebben de hersenen veel meer tijd nodig om informatie te verwerken. Bij gevorderde dementie kost dat wel vijf keer zoveel tijd als normaal!
- Voorkom achtergrondgeluiden, bijvoorbeeld van radio of televisie.
- Als je praat met iemand met dementie, zorg dan dat je zelf niet onder tijdsdruk of spanning staat.
- Vermijd fluisteren in aanwezigheid van iemand met dementie en praat in aanwezigheid van iemand met dementie niet in de derde persoon over hem. Dus niet: 'Hij was weer zo onrustig vanochtend'.



## Verbale communicatie

- Geef veelvuldig informatie over de actuele tijd, plaats en gebeurtenissen.  
*'Het is dinsdagochtend, ik kom weer op de koffie'.*
- Beperking de keuzemogelijkheden.  
**Dus niet:** *'Wil je koffie, thee, vruchtensap of priklimonade?'*. Maar: *'Wil je koffie? Of thee?'*.
- Gebruik eenvoudige taal, zonder kinderachtig te worden.
- Doe verzoeken op het moment dat iets ook daadwerkelijk gedaan moet worden.  
**Dus niet:** *'Wil je straks...?'*. Maar: *'Wil je nu...?'*
- Stel vragen in de omgeving waarover de vraag gaat. Dus een verzoek om de jas aan te doen in de hal en een verzoek om te eten in de keuken.
- Gebruik indien nodig plaatjes of voorwerpen om te laten zien wat je bedoelt.
- Vermijd discussies en maak je niet druk om dingen die er niet echt toe doen.  
Het maakt bijvoorbeeld meestal niet zoveel uit of het vandaag donderdag of vrijdag is.
- Als het nodig is om te corrigeren, doe het dan zo onopvallend en vriendelijk mogelijk.  
**Bijvoorbeeld:** *'Misschien kunt u het zo eens proberen?'*
- Breng je cliënt niet in verlegenheid door vragen te stellen waarop hij waarschijnlijk het antwoord schuldig moet blijven. Informeer bijvoorbeeld liever niet naar recente gebeurtenissen.
- Vertel ook wat je zelf hebt meegemaakt. Het is niet erg als je cliënt deze verhalen niet helemaal begrijpt. Hij zal toch genieten van alles wat non-verbaal tot hem komt (via intonatie, ogen, gezichtsuitdrukking en lichaamshouding).
- Soms weet je zeker dat iets wat je cliënt je vertelt niet helemaal klopt. Toch kan het verhaal voor je cliënt heel belangrijk zijn. Toon in zo'n geval interesse en stel (op een rustige manier) veel vragen. Hierdoor wordt de situatie duidelijker, ook voor je cliënt.
- Vraag niet naar 'het waarom' van dingen. Daarmee vraag je aan je cliënt om na te denken over zijn eigen gedrag. Dit lukt meestal niet meer zo goed, waardoor hij zich misschien terugtrekt of zelfs boos wordt.
- Herhaal geregeld wat je cliënt je vertelt. Hierdoor vertraag je het tempo. Bovendien voelt je cliënt zich begrepen en het helpt hem de lijn van zijn verhaal vast te houden.
- De meeste mensen met dementie vinden het fijn om herinneringen op te halen. Ze geven houvast in deze onzekere periode. Vraag dus vaak naar vroeger.
- Heb aandacht voor het gevoel achter een uitspraak. Als je cliënt zegt: *'Waar is mijn huis?'* kan dat ook betekenen dat hij behoefte heeft aan een thuis. Aan warmte en genegenheid.

## Non-verbale communicatie

- Praat rustig en op natuurlijke toon. Harder spreken kan door de dementerende worden geïnterpreteerd als kwaadheid.
- Zorg dat je in toon en houding gelijkwaardigheid uitstraalt.
- Zorg voor vaste patronen, bijvoorbeeld bij aankomst en bij vertrek.
- Een glimlach doet wonderen! Maak oogcontact. Daarmee stel je je open voor een echte ontmoeting.
- Benader je cliënt zoveel mogelijk van voren. Sommigen mensen raken in paniek als ze van achteren worden benaderd of toegesproken.
- Mensen die in de beginfase zitten, ervaren aanraking vaak als iets bedreigends. Bij mensen met vergevorderde dementie geeft het juist vaak geborgenheid.
- Stel emoties en beleving centraal. Gevoelens zijn tijdloos en universeel en vormen een prachtige ingang voor contact. Een voorbeeld: een vrouw met dementie zegt dat ze zwanger is. In plaats van haar te wijzen op de feiten, kun je ook reageren op haar gezichtsuitdrukking.  
*'Uw gezicht straalt helemaal, u bent vast heel blij'.* Dit is geen betutteling, maar een manier om contact te krijgen.
- Observeer emoties en benoem ze ook. Als je ziet dat iemand bang is of verdrietig, spreek dat dan uit. Vervolgens kun je proberen voor afleiding te zorgen. Erken boosheid ook, maar ga er niet te lang in mee en zorg ook hier voor afleiding.

