
Als bewoners zo op je gesteld raken dat ze met je willen trouwen of in tranen uitbarsten als je weggaat kun je dat als een compliment beschouwen of als teken dat je verkeerd bezig bent geweest. Leerling-verzorgende Cobi Berg vond dat laatste. Door haar scriptie 'Zuster, houdt u van mij?' heeft zij echter alles van zich afgeschreven en ontdekt dat gehechtheid helemaal geen probleem hoeft te zijn als je er op de juiste manier mee omgaat. Hier een bewerking van haar indrukwekkende relaas waarmee zij de TvV Scriptieprijs won.

Gehechtheid is voorwaarde voor een goede verzorging

Zuster, houdt u van mij?'

Cobi Berg

Mijn eerste stage begon ik op een A-B-afdeling in een verpleeghuis. Hier wonen mensen die zich met begeleiding zelf kunnen verzorgen. Ik was erg bewonersgericht, zoals dat zo mooi heet. Altijd bezig met contacten leggen, praten, lachen, zangspelletjes en knuffelen. Er waren natuurlijk ook mensen die wat afstandelijker waren, maar die het wel prettig vonden om aandacht te krijgen in de vorm van een gesprekje of een spelletje.

Verliefd

Op deze afdeling woonde ook een licht dementerende man die mij erg graag mocht. Hij zat in een rolstoel en regelmatig ging ik met hem wat wandelen.

Toen hij jarig was kwam er niemand op bezoek. Zijn enige dochter zou pas het weekend komen. Die avond zag ik hem er wat verloren bij zitten. Op tv klonk walsmuziek en ik vroeg impulsief aan een passerende bewoner: 'Wilt u met mij dansen? Meneer Jansen is jarig vandaag en we gaan een feestje bouwen.' Deze meneer bleek perfect te kunnen walsen. Er waren nog meer mensen die wilden dansen. En ook met meneer Jansen in zijn rolstoel heb ik gedanst. Het was reuze gezellig. Na drie kwartier werd het bedtijd. Op verzoek van de jarige kwam ik nog even zijn kleren ophangen. Toen ik hem vervolgens wilde toedekken pakte hij mij plotseling stevig beet, trok mij voorover en kustte mij vol op de mond. Ik schrok, maakte mij los en zei zacht, om de andere bewoners niets te laten merken: 'Maar dat mag

niet, hoor!' Hij fluisterde: 'We zeggen het tegen niemand!'

De volgende dagen reed hij mij steeds klem met zijn rolstoel en wilde mij dan aanraken. Na twee dagen vroeg ik hem tijdens een wandelingetje wat zijn bedoeling was. Hij zei erg verliefd te zijn op mij en te willen trouwen. Ik heb hem vriendelijk doch zeer duidelijk uitgelegd dat hij van mijn kant niets mocht verwachten. Ik heb mijn excuses aangeboden voor het feit dat ik hem waarschijnlijk op verkeerde gedachten had gebracht tijdens de gezellige avond. Hij begon te huilen. Ik heb hem laten begaan en daarna samen met hem een oplossing gezocht. Na dit gesprek vertelde ik mijn teamleider erover. Deze vroeg waarom ik niet direct naar hem toe gekomen was. Ik zei dat ik de fout bij mijzelf zocht en me eigenlijk schaamde dat het zo ver





Foto: Studio André Ruijgrok

Mensen vinden het prettig om aandacht te krijgen in de vorm van een gesprekje of een spelletje.

had kunnen komen. Ik had, toen meneer Jansen mij beetpakte, veel bozer moeten reageren. Ik was echter zo overdonderd dat ik het gewoon liet gebeuren.

Mijn teamleider adviseerde om meer afstand te nemen ten opzichte van de bewoners, omdat die heel goed in de gaten hebben wie zij kunnen manipuleren.

Verkeerde beroepshouding?

Na een half jaar ging ik naar een somatische afdeling, met het voornemen om wat afstandelijker te zijn. In het begin ging dat wel, maar toen de bewoners en ik elkaar beter leerden kennen sloop het er toch weer in.

Een bewoonster van rond de zeventig jaar was geheel afhankelijk van hulp vanwege een ver gevorderde MS.

Geestelijk was zij volkomen gezond. Al gauw begonnen de gesprekjes, vooral tijdens de middagmaaltijd. Ik zat dan rustig naast haar bed en hielp haar met het eten, terwijl ik haar een blik gunde in mijn privé-leventje. Ik vertelde vrolijke verhalen over mijn kinderen, mijn huisdieren, mijn huis... Ze leefde intens mee; door mij beleefde ze als het ware een ander leventje erbij.

Toen kwam het moment dat ik weer werd overgeplaatst. Ik had haar bewust steeds gezegd dat ik er maar voor een half jaar zou zijn. Toch barstte ze, toen ik haar gedag kwam zeggen, in snikken uit. Ik wist niet wat ik moest doen en hield haar even vast. 'Ga nou maar', zei ze huilend.

Ik ging en voelde dat ik niet goed bezig was geweest. We waren zo aan elkaar gehecht geraakt; is deze gehechtheid

het gevolg van een verkeerde beroepshouding?

De bewoners die ik daarna verzorgde, bevonden zich in het laatste stadium van dementie. Contact maken was slechts bij een enkeling mogelijk. De meeste bewoners leefden in een cocoon; spraken en lachten niet meer, staarden voor zich uit of hadden de ogen gesloten. Ik miste het wezenlijke contact. Ik deed mijn uiterste best om tot hen door te dringen, door steeds met hen te praten. Ik vertelde altijd wat ik ging doen, maar toch schrokken zij vaak van mijn aanraking.

Ik merkte dat ik als het ware gehechtheid nodig had om mij prettig te voelen in mijn werk. Doordat ik van deze mensen vaak 'negatieve' reacties kreeg, zoals krabben of gillen, miste ik het gevoel van warmte dat ik altijd had als mijn werk werd gewaardeerd. Ik wist dat ik eraan zou moeten werken om voor deze mensen toch de sympathie op te brengen die zij verdienden.

Tegenoverdracht

Ik besloot mijn scriptie over hechting te schrijven en ging op zoek naar literatuur. Het viel niet mee om iets te vinden wat mij zou kunnen helpen met mijn problematiek. Ik vond een boekje, getiteld *Zorg om intimiteit*, van Marinus van den Berg. Hij schrijft onder meer: 'Ik heb wel eens het gevoel dat de liefde te veel onderschat wordt als kracht en waarde in het proces van beter worden' (...) 'Er wordt te veel gepraat over zogenaamde "functionele relaties", alsof in de zorgverlening gevoelens geen rol spelen. Dat is een valse tegenstelling, die feitelijk aanwezi-

'Zuster, houdt u van mij?'

*Langzaam stapte hij door de gang
zijn pet schuin op zijn kalend hoofd
hij spuwde en plaste als hij voelde dat het moest
van elk decorum beroofd.*

*Als hij langs de spiegel kwam, stond hij stil
hij bekeek zichzelf van top tot teen
herkende blijkbaar iets en groette vriendelijk
daarna liep hij door, nergens heen.*

*Als hij gestoord werd in zijn denkwereld
kon hij dreigend om zich heen slaan
dan zwaaide hij met zijn wandelstok
of liet zijn vuisten snel om zich heen gaan.*

*Soms waren er dagen, dan strekte hij zijn hand
met een aandoenlijk vragen*

'Zuster, houdt u van mij?'

*hierdoor kon ik zijn agressie verdragen
Hij gaf zich gewonnen en kwam niet meer uit bed
zijn zoon sprak met mij over een verloren band
ik streelde zijn wang en maakte hem wakker
hij draaide zijn hoofd en kuste mijn hand
Mede door hem leerde ik het gedrag begrijpen
van mensen, verdwaald in hun eigen leven,
en ik ben ontroerd, omdat hij vlak voor mij stierf,
mij die zachte handkus heeft gegeven.*

24

ge gevoelens alleen maar een taboe oplegt.'

Deze zienswijze sprak mij erg aan, ik wilde die zeker gebruiken in mijn leerproces om mijn gevoelens op een professionele manier te kunnen beleven.

Een kennis van mij maakte me attent op een te houden symposium, getiteld 'Over betrokkenheid – Een professionele houding in relatie tot patiënten'. Ik ging erheen en woonde onder andere een lezing bij van een psychiater over 'Overdracht en tegenoverdracht in de patiëntenzorg'. Deze termen komen uit de psychoanalytische praktijk, maar zijn algemeen van toepassing op interacties tussen mensen in hulpverleningssituaties. Overdracht is het psychische proces waarbij de cliënt be-

paalde gevoelens die hij in zijn jeugd koesterde voor een (belangrijke) ander, overbrengt op de hulpverlener. Bij tegenoverdracht gebeurt dit in omgekeerde richting; dus de hulpverlener projecteert jeugdgevoelens op zijn cliënt.

Tegenoverdracht kan ons iets vertellen over ons eigen gevoelsleven en dat van de patiënt. Wanneer een hulpverlener in staat is om tegenoverdrachtsgevoelens als hulpeloosheid, ergernis, overmatig medeleven of verdriet te verdragen dan kunnen deze nuttig zijn bij het beoordelen van de problematiek van de patiënt.

Maar tegenoverdrachtsgevoelens die te heftig zijn of het handelen onbewust bepalen kunnen schadelijk zijn voor de patiënt, voor de hulpverlener zelf en voor diens relatie met collega's. Het is van groot belang om tegenoverdracht te herkennen voordat het kwaad kan.

De psychiater formuleerde enkele richtlijnen die de schadelijke gevolgen van tegenoverdracht kunnen beperken.

- Probeer je bewust te zijn van je eigen emotionele reacties. Bijvoorbeeld door te lezen over tegenoverdracht of door het bijhouden van een dagboek (hoe voelde ik mij in het contact met de patiënt, hoe voelde ik mij ervoor, hoe erna?)
- Besteed bij patiëntenbesprekingen

Probeer je bewust te zijn van je eigen emotionele reacties

ook aandacht aan de emotionele gevolgen die de conditie van de patiënt met zich mee brengt; voor de patiënt zelf en voor de behandelaars.

- Werk samen met collega's die in

staat zijn om commentaar te geven op de interactie met de patiënt. Dit kan een collega uit hetzelfde team zijn, maar soms is het prettiger om assistentie te vragen van iemand met meer afstand, zoals een consultatie-laisonverpleegkundige of een ziekenhuispsychiater.

- Neem deel aan intervisiegroepen met een externe begeleider waarin gelegenheid is om terug te kijken op de interactie met de patiënt. Deze groepen kunnen met name zeer nuttig zijn voor hulpverleners die werken met patiënten met ernstige pathologie.
- Ga in psychotherapie wanneer je het idee hebt dat de eigen emotionele reacties op patiënten te heftig zijn of in belangrijke mate met eigen problemen samenhangen

Door het symposium werd mij duidelijk dat ik, om welke reden dan ook, een verlangen naar wezenlijk contact projecteer op de bewoners en daardoor bij hen ook zulke gevoelens oproep. Nu ik mij hiervan bewust ben kan ik mijn eigen verwachtingspatroon bijstellen, waardoor ik op een professionele manier met de bewoners kan omgaan.

Geen probleem

Om erachter te komen of anderen ook wel eens met hechtingsproblematiek te kampen hadden, heb ik vijf mensen hierover geïnterviewd: een pastor, een collega verzorgende, de verpleeghuispsycholoog, een kwaliteitsmedewerker en een ziekenverzorgende. Ik vroeg hen onder meer of ze wel eens erg gehecht waren geraakt aan een bewoner, en andersom, en hoe ze daarmee om waren gegaan.

Wat opviel was dat de meesten het prettig vonden om eens over de eigen gevoelens te praten, hier wordt blijkbaar erg weinig naar gevraagd. Uit de

gesprekken werd duidelijk dat gehechtheid tussen bewoners en verzorgenden heel menselijk en gewoon is. Het deed mij goed te horen dat anderen dezelfde emoties kunnen hebben als ik. Ik weet nu dat deze emoties juist het werken met mensen zo mooi en boeiend maken.

Al met al heb ik ontdekt dat waar ik mijn scriptie over heb geschreven, gehechtheid, niet het probleem was, maar het verlangen naar bevestiging van mijn persoon. Mede dankzij het symposium, waarin de lezing over overdracht en tegenoverdracht mij veel inzicht verschafte in mijn eigen gedrag, heb ik geleerd op de juiste manier hiermee om te gaan.

Dat mensen zich aan mij hechten is geen probleem meer. Door navraag heb ik ontdekt dat licht dementerenden mij, ondanks onze band, toch weer snel vergeten en er dus geen verdriet of schade aan overhouden. Bij de bewoners in het somatisch verpleeghuis heb ik inderdaad veel warmte en vriendschap teruggekregen. Drie maanden na mijn stage ben ik hen gaan opzoeken en zij vonden het fantastisch dat ik er was. Het was erg gezellig en van enige schade, na de tranen van afscheid, was geen sprake. Het afgelopen jaar heb ik voor diep dementerende gezorgd en geleerd hun signalen te ontvangen. Diep dementerenden kunnen wel degelijk ge-

voelens uitstralen; een zoekende oogopslag, het vasthouden van mijn hand... Maar ook als dit er niet is, weet ik mijn verlangen hiernaar te verwerken. Ik verzorg hen met alle liefde en

Emoties maken het werken met mensen juist zo mooi en boeiend

zorg die ik kan geven, zonder er iets voor terug te verwachten. Mijn prioriteit is nu dat de mensen zich veilig en geborgen voelen en dat zij dit ook uitstralen.

TV

Een zoekende oogopslag kan ook gevoelens uitstralen.



Foto: Petra Barneveld