



Kim de Jong Wijkverpleging Team Centrum-Zuid / Nieuwstraatkwartier Almelo

Het zelfvertrouwen vergroten van een ander en jezelf, hoe mooi is dat?!

EVEN VOORSTELLEN

Mijn naam is Kim de Jong-Weerink. Ik werk inmiddels 16 jaar in de wijkverpleging Team Centrum-Zuid/ Nieuwstraatkwartier te Almelo. Op mijn 19e ben ik begonnen als Verzorgende IG en in 2013 heb ik via de BBL-leerweg mijn Verpleegkundige diploma behaald. Inmiddels ben ik tien jaar samen met mijn partner Marco en ben ik trotse moeder van onze dochters, Fleur en Sophie.

In de zomer van 2022 begon het te kriebelen... Zal ik mij verder ontwikkelen door te starten met de hbo-v? Mijn jongste dochter ging nu immers ook naar school. Dit vond ik een mooi jaar om te starten. Na contact met Erik Vuurboom en Rija-Hoving was het dan zover. Ik ging beginnen! Jaren geleden had ik nooit kunnen bedenken dat ik deze opleiding zou gaan doen. Het leek mij te hoog gegrepen en daarom niet voor mij weggelegd. Maar soms moet je jezelf motiveren! Door te doen en te kijken naar je eigen krachten. Zo'n positieve houding maakt je sterker. Dit pas ik ook toe in de praktijk. Een voorbeeld? Ik neem jullie mee in mijn verhaal over een cliënt met een verstandelijke beperking.

Empowerment inzetten bij een cliënt met een verstandelijke beperking? Nou en of! Door empowerment toe te passen wordt de zelfbewustwording bij verstandelijk gehandicapten vergroot.

"Iemand met een verstandelijke beperking is net als iedereen een uniek wezen met behoefte aan informatie en verschillende persoonlijke wensen. Ook voor hen is de

begeleiding gericht op interafhankelijkheid, zodat zij met gepaste ondersteuning zo volwaardig mogelijk kunnen deelnemen aan de samenleving." (Scheffers, 2022).

De visie en missie van Zorgaccent sluit hier mooi op aan. In de wijkverpleging krijgen we met allerlei verschillende cliënten te maken. Elke cliënt is uniek en door samen met de cliënt en diens omgeving te kijken naar welke zorg het beste aansluit bij de cliënt, kun je optimaal zorg leveren.

EIGEN PRAKTIJKERVARING

16 jaar geleden kwam ik voor het eerst bij (R.) een man van Turkse afkomst van inmiddels 35 jaar die geboren is met Spina Bifida (open ruggetje). De cliënt heeft een ontwikkelingsleeftijd van vier jaar. Door zijn ziektebeeld is de cliënt vanaf zijn middel verlamd. Hij kampt hierdoor met urineretentie waardoor er dagelijks wordt gekatheteriseerd. Hij

*Jij maakt
onze zorg
bijzonder*



'Empowerment' is een mooie manier om positieve verandering teweeg te brengen. In je werk, richting jezelf, je eigen opleiding en ontwikkeling.



Ik vertel...

krijgt hulp krijgt bij het wassen en verschonen. De overige zorg doet zijn vader (78 jaar), waar hij bij in huis woont.

GELIJKWAARDIGE RELATIE EN DE JUISTE BEJEGENING

Gedurende de jaren merkte ik op dat mijn cliënt snel van slag kon raken door kleine veranderingen, zo ook die ene dag: Daar stond ik in de woonkamer, klaar om mijn cliënt te helpen met verschonen. De vader van de cliënt wil mij wat vragen. Op het moment dat hij naar mij toeloopt, verstart hij zich waardoor hij bijna valt. Vanuit mijn ooghoek kijk ik naar mijn cliënt, die helemaal verstijft op de bank zit met de angst in zijn ogen. Ik loop direct naar hem toe en ga op ooghoogte naast hem zitten.

Al opgemerkt dat de situatie met de vader stabiel is, vertel ik tegen R. dat het goed gaat met zijn vader. Vervolgens leg ik mijn hand op zijn knie en kijk hem recht in zijn ogen met een ontspannen en vriendelijke blik. Ik houd deze blik een paar seconden vast, tot het moment dat ik in de ogen van R. meer rust zie ontstaan. Aan zijn lichaamshouding zie ik de ontspanning ook toenemen. Vervolgens vraagt R. nog eens, "Gaaf het wel goed met mijn vader" waarbij de angst in zijn stem al wat is afgenomen maar nog steeds iets aanwezig is. Ik antwoord: "Ja R. alles is goed met je vader." Ik blijf in een ontspannen houding dicht bij R. en kijk hem met een gerustgestelde blik aan. Vervolgens zeg ik: "Hij had een stap verkeerd gezet maar alles is oké. Kom maar, dan ga je in de rolstoel en gaan we samen even naar je vader toe."

Op deze manier bevestig ik dat het fysiek goed gaat met vader. Daarbij helpen de geruststellende opmerkingen vanuit mijn kant. Hij rijdt in de rolstoel naar zijn vader en geeft hem een kus op zijn hand. "Alles is goed he?". Vraagt hij nogmaals en kijkt mij vragend aan. "Ja, alles is goed", bevestig ik.

Vervolgens zie ik dat de ontspanning weer op het normale niveau is als voor het verstarten van vader.

Hierna schakel ik direct over naar een andere situatie zodat R. zijn gedachten op wat anders kan richten. "Zullen we vader even lekker op de bank laten zitten? Dan help ik je met verschonen en kun je mij ondertussen alles vertellen van je werkdag, waar ik heel benieuwd naar ben." Lachend en al meer ontspannen rijdt hij naar de slaapkamer wat voor mij de definitieve bevestiging is dat R. over de, in zijn ogen, vervelende situatie heen is.

EMPOWERMENT

Doordeweeks gaat de cliënt R. naar dagbesteding wat hij ziet als zijn werk en wat hij geweldig vindt. In de weekenden zit hij thuis bij zijn vader op de bank en kijken ze de gehele dag naar de Turkse televisie. Hierdoor ontstaan geen prikkels waardoor hij in het weekend somber gestemd is. Door gesprekken aan te gaan over "zijn werk" bloeit hij op. Door te vragen wat hij deze week heeft gedaan op zijn werk en hem complimenten te geven dat hij dit zo goed kan, merk je een omslag in zijn gedrag! Hij krijgt een lach op zijn gezicht en vertelt wat hij heeft gedaan en hoe goed hij dat wel niet kan. Hierdoor kun je met kleine zogenaamd 'empowerment' (dat betekent dus dat je iemand in zijn of haar kracht zet) een groot verschil maken in mentaal welbevinden.

Door tijdens de zorgmomenten empowerment in te zetten, is de cliënt ook veel zelfredzamer geworden. Niet handelen en ondersteunen vanuit wat de cliënt mankeert of niet kan. Maar juist kijken en benoemen wat hij of zij wel kan! Je voert de zorg uit op basis van gelijkwaardigheid en staat dus naast de cliënt. Door de cliënt te vragen om zelf zijn kleding uit te trekken en aan te geven dat hij dit zo goed kan, krijgt hij een glimlach op zijn gezicht en geeft aan: "Ja, dat kan ik heel goed he!". Hierdoor zien we dat



Ik vertel...

de cliënt gemotiveerd raakt en er een gevoel van zelfredzaamheid ontstaat.

Cliënten zijn vaak minder machteloos dan ze op het eerste gezicht lijken. De ervaring leert dat bij veel cliënten de eigen kracht en mogelijkheden door vele en langdurige problemen volledig zijn ondergesneeuwd. Cliënten zijn dan zo uitgeput door een uitzichtloze situatie, dat zij zich machteloos voelen en in een vicieuze cirkel terechtkomen: door dat gevoel van machteloosheid raken zij overspoeld door alles wat op hen afkomt en ervaren zij nog minder grip op hun situatie. Dat geldt ook voor mensen met een beperking die vaak jarenlang zijn verzorgd. Ze kunnen vaak meer dan professionals hadden ingeschat (Scheffers, 2022).

ETHISCHE DILEMMA'S

De vader van de cliënt heeft jaren voor zijn zoon gezorgd. Door zijn eigen fysieke achteruitgang wordt het steeds moeilijker om voor hem te zorgen. Er is vastgelegd dat wanneer de vader van de cliënt komt te overlijden, R. overgaat naar begeleid wonen. Tot die tijd wil de vader de zorg dragen. Als Wijkverpleging zien wij dat vader achteruitgaat. Vader wou in eerste instantie geen uitbreiding van zorg. Tijdens een multidisciplinair overleg (MDO) waar de Wijkverpleging, vader, Ambulant Begeleider en Begeleiders Dagbesteding aanwezig waren, zijn de zorgen geuit. Een tolk was eveneens aanwezig. Dit heeft uiteindelijk geresulteerd in het in samenspraak uitbreiden van de zorg, ... met goedkeuring van vader. R. wordt nu door ons twee keer in de week gedoucht en wij leggen de kleren klaar en zorgen voor het opmaken van het bed. Tevens is er een sleutelkastje geplaatst en kunnen wij in geval van nood naar binnen. Door inventiviteit, de juiste communicatie en bejegening kan er uiteindelijk veel worden bereikt.

DOE ER JE VOORDEEL MEE!

'Empowerment' is een mooie manier om positieve verandering teweeg te brengen. In je werk, richting jezelf, je eigen opleiding en ontwikkeling. En, ... zoals hierboven beschreven richting je cliënten. Kijken naar de wensen en doelen van de cliënt en daarin ondersteuning te bieden. Wat zijn de krachten van de cliënt? Hoe kun je deze op een positieve manier bevestigen? Hierdoor ziet een cliënt ook in wat hij of zij wel kan in plaats van de belemmeringen en onmogelijkheden. Voor beide kanten een mooie ontwikkeling.

Ik put hier kracht en voldoening uit en wil deze kennis en ervaring op de 'Dag van werkplezier in de zorg' daarom met iedereen van ZorgAccent delen.