

Wat doe je tijdens het gesprek als...

... de mantelzorger vragen heeft over de ziekte dementie?

Tijdens het gesprek kan je merken aan de mantelzorger dat hij of zij meer wil weten over de ziekte dementie. Probeer deze vragen zo goed mogelijk te beantwoorden. Als je zelf geen antwoord weet op vragen, zorg dan dat de mantelzorger op een andere manier deze informatie krijgt. Vraag bijvoorbeeld een collega die de vragen wel zou kunnen beantwoorden om de mantelzorger meer uitleg te geven over de ziekte dementie.

Let op! Soms schamen mensen zich dat hun vader of moeder dementie heeft. Het is fijn als jij uitlegt dat het een ziekte is van de hersenen. Door de ziekte gaan delen van de hersenen stuk, waardoor mensen zich anders kunnen gaan gedragen, dingen gaan vergeten, minder goed kunnen gaan praten en mensen en dingen niet meer herkennen.

... de mantelzorger iets zegt waar je het niet mee eens bent?

In dit gesprek gaat het er vooral om de mantelzorger en cliënt beter te leren kennen en er achter te komen wat hun ideeën en ervaringen zijn. Het kan zijn dat de mantelzorger iets zegt waar je het niet mee eens bent. Ga hier in dit gesprek niet tegenin, maar luister naar de ideeën en gevoelens van de mantelzorger. Probeer te begrijpen waarom hij of zij er op die manier over denkt. Als het een onderwerp is dat belangrijk is om nog eens te bespreken kun je er misschien op een ander moment op terugkomen en samen tot een oplossing proberen te komen.

Let op! Als iemand bijvoorbeeld vertelt dat hij/zij gelooft dat djinns of zwarte magie de ziekte veroorzaken kun je uitleggen dat je hun idee respecteert, maar dat je alleen kan doen waarvoor je bent opgeleid en waar je ervaring mee hebt. Je kan iemand dan bijvoorbeeld aanraden om ook met een geestelijk verzorger of Imam te praten.

... de mantelzorger aangeeft meer steun nodig te hebben?

Vraag aan de mantelzorger wat voor steun hij/zij nodig heeft. Kijk of het binnen jouw zorgorganisatie mogelijk is om die steun te bieden. Als dit niet mogelijk is kun je nagaan of er misschien een andere organisatie of plek is waar de mantelzorger terecht kan voor steun. Je kunt altijd de mantelzorger advies geven om naar de huisarts te gaan. Bespreek het ook met je leidinggevende.

Let op! Soms is het binnen families gewoon dat één mantelzorger alle zorg op zich neemt. Dit kan erg zwaar zijn voor de mantelzorger. Hier kunnen verschillende redenen voor zijn, bijvoorbeeld uit respect voor de cliënt. Mensen vinden misschien dat het voor de cliënt prettiger is als maar één familielid de cliënt verzorgt en bijvoorbeeld helpt met naar de wc gaan, in plaats van dat de hele familie iemand op de wc ziet zitten. Je kunt de mantelzorger die alleen de zorg geeft, helpen door mee te denken hoe het minder zwaar kan worden voor hem of haar. Bedenk dat jij misschien de enige bent die vraagt hoe het gaat met de mantelzorger; je hebt een belangrijke taak om te signaleren.

‘Zorgen doe je samen’

Gesprekslijst om in gesprek te gaan met mantelzorgers van (migranten)ouderen met dementie

Achtergrond

Deze gesprekslijst is gemaakt aan de hand van het Culturele Interview, een vragenlijst die ontwikkeld is binnen de GGZ. Het Culturele Interview is bedoeld om meer te weten te komen over de culturele achtergrond van cliënten, hoe zij over hun klachten denken en hoe cliënten (en hun omgeving) met de klachten omgaan. In verschillende werkvelden van de gezondheidszorg wordt gewerkt met het Culturele Interview, zoals de huisartsenzorg, jeugdzorg en maatschappelijke opvang. Voor ieder werkveld is er een aangepaste versie van het Culturele Interview gemaakt. De gesprekslijst die voor je ligt is aangepast voor de ouderenzorg. De vragen zijn bedoeld om in gesprek te gaan met de mantelzorger(s) van mensen met dementie. **Het gesprek met de mantelzorger helpt het meest als het wordt gehouden wanneer de oudere met dementie de vragen niet meer zelf kan beantwoorden.**

Je gebruikt de gesprekslijst om twee doelen te bereiken:

- 1) je komt meer over de cliënt met dementie te weten, waardoor je zorg meer cliëntgericht wordt, en
- 2) je leert de mantelzorger beter kennen, waardoor je beter kunt samenwerken.

Hoe beter
je elkaar kent
en begrijpt, hoe
beter de zorg
verloopt!

Wat staat er in de gesprekslijst?

In de gesprekslijst staan vooral veel vragen om de cliënt en mantelzorger beter te leren kennen. Er staan ook vragen in over cultuur en religie.

Cultuur en religie spelen een belangrijke rol bij hoe we ziekte ervaren en hoe we met ziekte en de zorg voor zieke familieleden omgaan. Soms kan het zijn dat mensen andere verklaringen hebben voor hun klachten dan de artsen. Dit kan ook zo zijn bij dementie. Er zijn bijvoorbeeld mensen die dementie zien als iets wat veroorzaakt wordt door bovennatuurlijke krachten, zoals bijvoorbeeld djinns of zwarte magie. Daarom staat in de gesprekslijst de vraag: ‘Soms vinden mensen dat dementie komt door bovennatuurlijke krachten, hoe denkt u daarover?’. Mantelzorgers horen van artsen en andere zorgverleners vaak alleen het medische verhaal over dementie. Voor sommige mensen sluit dit misschien niet aan bij hun eigen beleving van de ziekte.

Voor de mantelzorger kan het prettig zijn om te vertellen hoe hij/zij er tegenaan kijkt. Door hiernaar te vragen laat je de mantelzorger merken dat er naar hem/haar geluisterd wordt. Als de mantelzorger zich gehoord voelt kan dit er ook voor zorgen dat de samenwerking op andere vlakken beter gaat. Als verzorgende is het ook goed om het te weten als iemand ergens anders over denkt. Dit helpt verkeerde verwachtingen voorkomen.

Een voorbeeld: In de Koran komen djinn's voor. Dat zijn geesten die op mensen lijken. Veel moslims geloven hier in omdat het in de Koran staat. Sommige mensen geloven dat de djinn's bezit van je kunnen nemen waardoor iemand ziek wordt. Hij/zij is dan bezeten door de djinn's. Het kan zijn dat de mantelzorger denkt dat dit bij meneer/mevrouw het geval is. Niet iedereen met een Islamitische achtergrond gelooft in djinns. Daarom is het belangrijk om er niet meteen vanuit te gaan dat iemand hierin gelooft, maar er naar te vragen. Als iemand vertelt dat hij/zij gelooft dat djinns de ziekte veroorzaken kun je uitleggen dat je hun idee respecteert, maar dat je alleen kan doen waarvoor je bent opgeleid en waar je ervaring mee hebt. Je kan iemand dan bijvoorbeeld aanraden om ook met een geestelijk verzorger of Imam te praten.

In de gesprekslijst staan ook vragen over de mantelzorger zelf. De zorg voor een familielid is vaak zwaar en het is goed om te weten of iemand meer steun nodig heeft. Alleen de mantelzorger zelf kan dit goed aangeven. Uit zichzelf zal een mantelzorger misschien niet snel laten merken dat het te zwaar wordt. Daarom is het als verzorgende ook belangrijk om te vragen hoe het met de mantelzorger gaat (kijk bij **Wat doe je tijdens het gesprek als...** voor tips over wat je kunt doen als de mantelzorger meer steun nodig heeft). Ook wordt er gevraagd hoe de zorgtaken binnen de familie verdeeld zijn. Door hier meer over te weten kun je de zorg ook beter afstemmen op hoe de familie zorgt. Zo kan jouw zorg aan de cliënt en de zorg van de mantelzorger elkaar versterken.

Aan de slag met de gesprekslijst

Maak een afspraak met de mantelzorger en leg duidelijk uit waar het gesprek over gaat en waarom je hierover wilt spreken. (Zie ook **Hoe begin je het gesprek?**)

Overleg met de mantelzorger of de oudere zelf ook bij het gesprek aanwezig is of niet. Als iemand er niet bij mag zijn maar wel ziet dat de mantelzorger een gesprek heeft over hem/haar kan iemand achterdochtig worden, het kan angst oproepen.

Neem de tijd voor het gesprek. Als je alle vragen wilt stellen ben je al snel een uur bezig. Hoe lang het gesprek precies duurt hangt ook af van hoeveel de mantelzorger wil vertellen. Je kunt er ook voor kiezen om de vragen te verdelen over meerdere afspraken.

Links op de gesprekskaart staan de interviewvragen. Bij iedere vraag staan er rechts op de gesprekskaart tips: vragen die je kan stellen om door te vragen over het onderwerp. Afhankelijk van het antwoord van de mantelzorger kun je zelf kiezen welke 'doorvraagvragen' je stelt.

Luister goed en toon interesse. Het is belangrijker dat je een goed gesprek met elkaar hebt dan dat je letterlijk de vragen opleest.

Wat je te weten komt over de cliënt en de mantelzorger kan je helpen in de verzorging van de cliënt. Ook collega's kunnen daar wat aan hebben. Overleg met je leidinggevende hoe je wat je te weten bent gekomen met collega's kunt delen.

Hoe begin je het gesprek?

Het is belangrijk om duidelijk uit te leggen aan de mantelzorger waarom je het gesprek met hem of haar wilt houden. Dit kan op de volgende manier:

- *Mensen met dementie vergeten steeds meer. Herinneringen van vroeger blijven het langst bewaard. Het verleden en dingen die bekend zijn van vroeger zijn erg belangrijk voor mensen met dementie. Als wij als zorgverleners meer weten over het verleden van meneer/mevrouw kunnen we meneer/mevrouw beter begrijpen en dat helpt ons om de zorg beter aan te passen aan wat voor meneer/mevrouw belangrijk is. Ik zal u daarom veel vragen stellen over hoe het leven van meneer/mevrouw geweest is, wat voor gewoontes meneer/mevrouw had, en welke dingen vanuit geloof en cultuur voor meneer/mevrouw belangrijk zijn.*
- *Ook zal ik vragen stellen over hoe het voor u is om met de ziekte van meneer/mevrouw om te gaan en voor meneer/mevrouw te zorgen. Deze vragen stel ik omdat we op die manier uw situatie beter kunnen begrijpen. Dit maakt het makkelijker om samen te werken en samen met u voor meneer/mevrouw te zorgen. Zo kunnen we de zorg beter aanpassen aan wat meneer/mevrouw prettig vindt.*
- *U bent niet verplicht op alle vragen antwoord te geven. Als er vragen tussen zitten waar u liever geen antwoord op geeft, laat u dat dan even weten.*

TIP: zorg dat je het doel van het gesprek uit je hoofd kunt uitleggen en niet hoeft op te lezen