

Dementie

Over het gebruik van metaforen in de spreekkamer

In het spreken gebruiken we **metaforen** om elkaar iets uit te leggen. We gebruiken ook beeldspraak als we over onze gezondheid praten. Voorbeelden zijn: 'Ik voel me zo slap als een vaatdoek' of 'Mijn keel voelt als schuurpapier'.

In de gesprekken die u als zorgprofessional met personen met dementie (**PMD**) of hun naasten voert, kunt u metaforen bewust inzetten. De metaforen kunnen helpen om over dementie te praten. In deze flyer geven we u enkele suggesties. Daarnaast wijzen we u erop dat het belangrijk is om te luisteren naar de metaforen die PMD en diens naasten gebruiken. Door deze op te pikken en mee te nemen in het gesprek, krijgen zij eerder het gevoel dat u hen begrijpt. Ook hiervan geven we enkele voorbeelden.

Gebruik de metafoor om (aspecten van) de ziekte uit te leggen

Vergeetachtigheid, het kwijtraken van spullen, vergissingen in taal... Veel van de meest voorkomende symptomen van dementie hebben te maken met het minder goed functioneren van het geheugen.

Gebruik de metafoor van de rimpels De hersenen en het geheugen

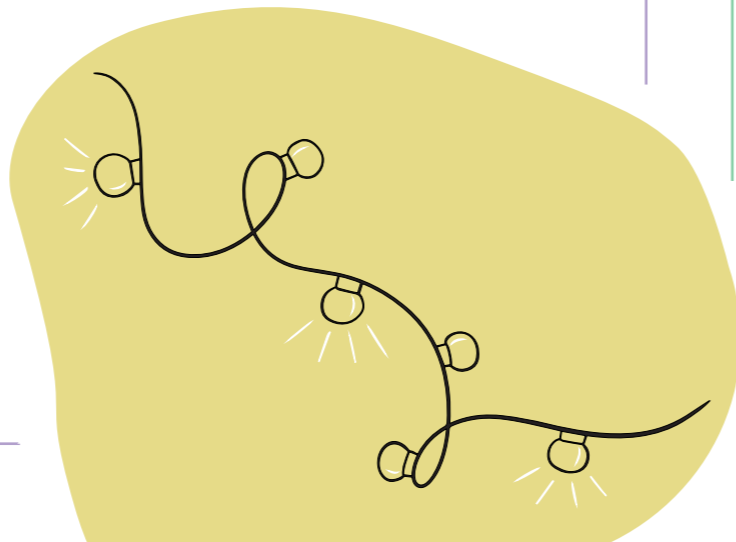
De PMD die zichzelf in de spiegel bekijkt, ziet de veroudering van de huid; het hele gezicht telt rimpels. Wat aan de buitenkant van het lichaam zichtbaar is, speelt zich ook aan de binnenkant – in de hersenen – af. Alleen is dat onzichtbaar. Het effect is echter hetzelfde. Het geheugen staat bij oude mensen minder strak, heeft in feite ook last van rimpels en functioneert daardoor minder goed.

Gebruik de metafoor van de emmer Het geheugen

Een PMD vervloekt zijn geheugen regelmatig. Wat behulpzaam kan zijn in het leren begrijpen van dat veranderende geheugen, is door dat geheugen voor te stellen als een emmer. Mensen slaan al hun herinneringen op in een emmer. Alleen is het geen dichte emmer. Er zitten gaatjes in, en daar vallen de herinneringen doorheen. Hoe verder de ziekte vordert, hoe groter de gaatjes in die emmer.

Gebruik de metafoor van de kerstverlichting in een kerstboom Herinneringen

Bij een PMD vallen er gaten in het geheugen. Hoe dat in praktijk uitpakt, kunt u duidelijk maken door het geheugen van de PMD te vergelijken met de kerstverlichting in een kerstboom. Bij dementie is de draad tussen de lampjes niet meer zo goed. Af en toe valt er een lampje uit. Dat is dan een herinnering die de patiënt niet meer behouden heeft. Naarmate de dementie vordert, vallen er steeds meer lampjes steeds langduriger uit.



Gebruik de metafoor in gesprekken met de naaste

De partner of de kinderen van de PMD merken vaak als eerste dat er 'iets' niet klopt aan de PMD. Ook zijn zij vaak bij de zorg voor de PMD betrokken. In gesprekken met hen kunt u als zorgverlener gebruikmaken van metaforen. Zodoende krijgt u inzicht in hoe zij het leven met de PMD ervaren. U kunt gerichte vragen stellen als...

- Voelt het alsof uw (man/vrouw/vader/moeder) een andere persoon is geworden?
- Voelt het alsof uw (man/vrouw/vader/moeder) 'weg' is?
- Lijkt het alsof uw (man/vrouw/vader/moeder) in een eigen wereld leeft?
- Denkt u wel eens: 'Ik heb opeens een kind in huis'?
- Beschouwt u uw (man/vrouw/vader/moeder) als een lege huls?



Gebruik de metafoor om aansluiting te vinden bij de PMD

Om uit te leggen hoe de PMD zich voelt of wat hij ervaart, kan hij gebruik maken van metaforen. Het kan zinvol zijn om daar in het gesprek bij aan te sluiten. Wanneer een PMD zegt dat de diagnose 'een echte klap' was, kun je als zorgprofessional vragen wat er zo hard aankwam en wat het meeste pijn deed.

U kunt als zorgprofessional ook metaforen aanreiken aan de PMD om samen over zijn ervaring te praten. U kunt vragen stellen als...

- U voelt dat er iets verandert in uw hoofd. Kunt u daar iets meer over zeggen? Voelt het alsof u watten in uw hoofd heeft? (Of: Voelt het als een waas? Een mist? Alsof u zichzelf kwijt bent? Alsof u niet meer aan het stuur zit?)
- Heeft u het gevoel in twee werelden te leven? Enerzijds een duidelijke, bekende wereld. Anderzijds een vage, onbekende wereld?
- Voelt het alsof uw hersenen kapot zijn? Alsof uw geheugen gewist is?
- Denkt u wel eens: "Mijn hersenen zijn als een oude computer; hij doet het wel, maar alles gaat traag."

Ga mee in de metafoor van de PMD

Hoe een PMD over dementie praat, laat zien hoe hij naar de ziekte kijkt en welke invloed de ziekte op hemzelf en zijn omgeving heeft. Door als zorgprofessional in het gesprek hierin mee te gaan, krijgen zij eerder het gevoel dat u hen begrijpt. Uit onderzoek blijkt dat PMD verschillende accenten van dementie kunnen benadrukken. Wees alert op de volgende beschrijvingen.

Dementie is...

- Een proces – Het gaat langzaam naar beneden. Ik rol langzamerhand de put in.
- Een chaos – Mijn dag voelt als een knot wol vol knopen.
- Vol vervreemding – Ik word anders. Een ander mens. Een mens dat niet bij mij past.
- Vol verval – Ik raak mezelf steeds meer kwijt.
- Vol leegte – Ik ben mijn leven kwijt.
- Vol schaamte – Ik moet mezelf blootgeven. Ik moet zeggen dat ik iets niet meer kan.

- Een toneelstuk – Ik probeerde het te verbergen. Ik verdoezelde dat ik iemand niet herkende.
- Een gevecht – Ik vecht tegen Alzheimer, ook al geef ik mezelf geen schijn van kans.
- Onontkoombaar – Het overkomt je, en je kunt er niets tegen doen.
- Een last – Ik ben een last voor mezelf en voor mijn naasten. Een zware last.
- Een persoon – Meneer Alzheimer is een lastige, plagende en vernederende man.

