

‘Ik hou zoveel van die mensen’

Interview met Benaz Mahjoub

Frans Hoogeveen

Psychogeriatric, een vak om van te houden: zo luidt de titel van het boek dat : zo luidt de titel van het boek dat het lectoraat PsychoGeriatric van De Haagse Hogeschool onlangs liet verschijnen. Hoofdmoot van deze uitgave die is bedoeld als een soort ‘witboek’ om tegenwicht te bieden aan de vele negatieve publiciteit van de laatste jaren, vormen de meer dan twintig interviews met werkers uit het veld. Wat beweegt verzorgenden, leidinggevenden, activiteitenbegeleiders en andere professionals om zich met hart en ziel in te zetten in de zorg voor mensen professionals om zich met hart en ziel in te zetten in de zorg voor mensen met dementie? In dit nummer van DENKBEELD een van die interviews, met de uit Iran afkomstige activiteitenbegeleidster Benaz Mahjoub.

Benaz Mahjoub is 45 jaar oud en komt uit Iran. Ze werkt als activiteitenbegeleidster in een verpleeghuis waar in meerdere ‘huisjes’ kleinschalige zorg voor mensen met dementie wordt geboden. In Iran was zij technisch tekenaar. ‘Ze noemen me hier Benny, dat is makkelijker voor bewoners en collega’s.’

Waarom doe je dit werk terwijl je een heel andere achtergrond hebt?

‘Ik ben bij toeval in het verpleeghuis terecht gekomen. Ik was al twee jaar in Nederland en ik zocht werk. Thuis blijven is niets voor mij en ik wilde door te gaan werken de Nederlandse taal beter leren spreken. Via bemiddeling kon ik als gastvrouw in het verpleeghuis aan de slag, op

een psychogeriatric dagbehandeling. Ik voelde me meteen thuis en wist: dit is mijn werkplek! In 1998 heb ik aan mijn werkgever gevraagd of ik de opleiding tot activiteitenbegeleidster mocht gaan doen. Dat mocht en in 2000 was ik klaar. Dit werk is mijn lust en mijn leven.’

Trok het werken met oude mensen je meteen aan?

‘Als je problemen hebt met de taal, ga je tussen de oude mensen zitten. Die corrigeren je heel geduldig. Daardoor werd ik steeds opener en durfde ik alles te vragen. Ik las de mensen een stukje uit de krant voor en ze hielpen mij met de uitspraak en het verklaren van woorden. Ze hielpen mij echt! Zo ging ik me thuis voelen bij die mensen, ze hadden nooit kritiek, ze lachten me nooit uit om mijn uitspraak. Dat is heel belangrijk voor iemand die uit een ander land komt: niet uitgelachen worden. Ik heb van veel klasgenoten – die op kantoor gingen werken – gehoord dat zij wel uitgelachen werden. Op de dagbehandeling voelde ik me bijna als lid van een gezin, zo was het eigenlijk. En nog steeds. Ik voel me geaccepteerd.’

Je spreekt er enthousiast over. Wat maakt het werk zo leuk en interessant voor je?

‘Ik hou van de bewoners. Zij zijn een stukje van mijn gezin geworden, van mijn familie. Dat is misschien niet zo professioneel, maar zo voel ik dat en zo ben ik. Ik kan dat niet veranderen. Als ik een glimlach van ze zie, een tevreden gezicht, dan is mijn dag goed. Dat gevoel is steeds sterker geworden. Eerst op de dagbehandeling, maar nog sterker in het verpleeghuis. Op de dagbehandeling gaan de mensen naar huis, je krijgt dan minder makkelijk een band. Maar in het verpleeghuis woon en leef je met de mensen. Er is geen dag dat ik van de

Frans Hoogeveendoor, **Frans Hoogeveen** is gz-psycholoog. Hij is werkzaam als adviseur psychogeriatric bij Florence en lid van de kenniskring van het lectoraat PsychoGeriatric aan De Haagse Hogeschool; daarnaast is hij voorzitter van de Vereniging voor Psychogeriatric.

trappen naar beneden ga en ik niet aan ze denk. En ik denk onderweg en thuis nog steeds aan ze.'

Wat zeggen andere mensen daarvan als je ze dat vertelt?

'Ik krijg verschillende reacties. Sommigen zeggen: je bent gek, je bent niet professioneel bezig. Maar dat kan me niet schelen. Anderen zeggen: ik ben ook een beetje zo, maar ik probeer het toch los te laten als ik naar huis ga. Ik kan dat niet.'

Denk je dat daarin een uitzondering bent?

'Ik denk het niet. Als je met demente ouderen werkt, moet je een beetje gevoelig zijn. Dit is niet gewoon maar werk voor mij. Ik hou zoveel van die mensen. Ik kan met die mensen lachen en huilen.'

Neem je daarbij wel grenzen in acht?

'Jawel, maar ik laat ook wat van mijn privé zien. Ik vertrouw die mensen voor honderd procent. Als ik vertel over het gedrag van mijn zoon, krijg ik allerlei adviezen. Goede adviezen soms.'

Wat betekent het voor de bewoners dat jij ze die dingen vertelt? Wat doe jij in feite door jezelf zo op te stellen?

'Ik laat ze voelen dat ik hen vertrouw en dat ze mij ook kunnen vertrouwen. Zo bouw je samen iets op. Er komen in die gesprekken allerlei dingen naar voren, ook over het leven van die mensen vroeger. Je geeft die mensen het gevoel dat ze iemand zijn, dat ze iets betekenen. Het zijn mensen met veel levenservaring. Ik heb veel van ze geleerd, niet alleen de taal.'

Maar dat wordt toch beperkt door hun dementie?

'Ik kijk niet naar dementie. Voor mij zijn die beperkingen niet zo groot.'

Zijn er ook onderdelen van het werk die je moeilijk of onprettig vindt?

'Ik vind het vervelend dat ik ook "papierwerk" moet doen en dat ik moet deelnemen aan allerlei overleggen. Daar heb ik een hekel aan. Dat is tijd van de bewoners! Ik zeg altijd tegen iedereen: ik ben activiteitenbegeleider, ik ben hier voor de bewoners. Ik ben acht uur hier, die tijd wil ik eigenlijk helemaal aan de bewoners besteden. Dan zeggen ze: ja maar dat papierwerk hoort ook bij je werk. Aan de ene kant hebben ze gelijk, maar ik heb er wel moeite mee.'

Vind je dat papierwerk en dat overleg dan zinloos?

'Soms wel. Ik vind het vooral zonde van de tijd. Dat soort dingen kan veel minder. Al die papieren neem ik mee naar huis. Wat moet ik dan doen? Een uurtje in het kantoor gaan zitten? Dan komt er een bewoner langs en moet ik dan zeggen: ja, ik kom over een uur? Dus daarom neem ik het mee en dan doe ik het 's avonds.'

Welke waardering ervaar je van de bewoners? Wat krijg je van ze terug?

'Een glimlach. Blijheid. Tevredenheid. Voor mij is dat voldoende. De mensen hechten zich aan me. Ze kennen me. Sommigen kennen me écht, van naam en gezicht. Anderen houden me voor een bekende van vroeger, maar ook bij die mensen heb ik het gevoel dat ze me graag zien.'

Je gaat je hechten aan bewoners. Dat zou ook problemen kunnen geven, want je moet regelmatig afscheid nemen, bijvoorbeeld als mensen komen te overlijden.

'Ik heb verdriet als ze weg zijn. Dan ga ik huilen. Maar uiteindelijk laat je het los. Dat lukt me goed na een paar dagen. Afscheid nemen hoort erbij, het is onderdeel van het leven.'

Krijg je ook waardering van je collega's?

'Ja, van de meesten wel, al zijn er ook collega's die niet zien wat je doet. Als je een gezellig ontbijt voor de bewoners verzorgt, zien ze dat. Maar ben je naar het theater, dan zien ze dat niet. Gezellig, naar het theater, zeggen ze dan. Ja, dat is gezellig, maar wat daarbij komt kijken, dat zien ze niet.'

En van je leidinggevende?

'Ja. Zij ziet wat ik doe en waardeert dat.'

Er zijn allerlei theoretische modellen over hoe je zou moeten omgaan met mensen met dementie. Betekenen die modellen iets voor je?

'Je leert de theorie op school, maar je moet het ook in je hebben. Ook al bestaan er honderd regels over warme zorg, als je het niet in je hebt wordt het niets. Het is niet zonder waarde, al die theorie, maar omgaan met mensen met dementie moet ook in je zitten. Ik zie soms collega's die heel afstandelijk zijn tegen bewoners. Ze raken de mensen niet aan, ze pakken hen niet even beet. Maar mensen hebben dat wel nodig. Sommige bewoners worden zelfs nauwelijks aangeraakt door hun eigen familie. Dat vind ik heel jammer. Ik ga soms bij bewoners

op schoot zitten, dan gaan ze meteen door mijn haren wrijven.’

Dan praat je dus over intimiteit met bewoners. Waarom is dat zo belangrijk?

‘Dat is heel belangrijk, dat hoort bij mensen. Misschien komt het ook wel door de cultuur waarin ik ben opgegroeid. Daar houden ze misschien meer van aanraken. Ik heb me hier wel moeten aanpassen.’

Je sprak net over de familie van bewoners. Heb je met hen ook veel van doen?

‘Ik heb veel contact met familie van bewoners. Ik vertel wat vader of moeder heeft meegemaakt, hun reacties. Sommige familieleden begrijp ik niet. Ze komen langs, zien moeder in bed liggen en gaan na korte tijd weer weg. Ze weten niet wat ze moeten doen. Dan zeg ik: Ga maar naast je moeder zitten. Praat maar gewoon, je moeder vindt het fijn je stem te horen. Pak haar hand. Er zijn familieleden die het heel goed doen, maar er zijn er ook die bang lijken voor dementie. Ze hebben altijd een normale vader of moeder gehad, zeggen ze, maar nu praat moeder vreemd, doet ze vreemd. Daar weten ze zich geen raad mee.’

Begrijp je dat sommige families maar weinig doen?

‘Nee, dat begrijp het niet. Ik kom uit een andere cultuur. Wij hebben geen verpleeghuizen daar, je zorgt voor je familie, ook als dat heel moeilijk is. Bij ons moet je voor je ouders zorgen.’

Daar sta je ook helemaal achter?

‘Nou, niet onder alle omstandigheden, maar het is ook niet goed om je vader of moeder helemaal aan de zorg van anderen over te laten. De familie moet vaker komen, meer doen. Je moet je vader of je moeder urenlang kunnen zien, aanraken. De familie kan veel meer betekenen. Ze zijn toch het meest eigen en kunnen andere gevoelens bij de bewoner naar boven halen dan ik. De familie zou veel meer betrokken moeten worden bij de zorg, bij alles. Ze zijn familie.’

Als bewoners dementer worden, heb je dan steeds minder een gedeelde wereld met ze?

‘Misschien wel, maar daar heb ik geen moeite mee. Ik probeer in hun belevingswereld mee te gaan. Een diepdemente dame die niets meer zegt, wil misschien wel aangeraakt worden. Ik ga dan gewoon met mijn kop op haar

schoot liggen. Dan begint ze met mijn haren te spelen. Dat soort dingen. Of ik help een bewoner in het snoezelbad. Dan moet je eens zien hoe relaxt en tevreden ze is.’

Hoe kijken jouw naasten aan tegen jouw beroep?

‘Tja, familie heb ik hier niet zoveel. Mijn man ziet dat ik mijn werk met hart en ziel doe. Hij zegt soms: Je geniet wel van je werk hè, want je bent er ook thuis nog mee bezig. Ik zeg dan: Hoezo, geniet jij dan niet van je werk? Ja, zegt hij dan, maar iemand zoals jij heb ik nog nooit gezien. En de collega’s zeggen soms: Je bent gek hoor, op je vrije dag nog boodschappen doen voor je werk. Maar het werk is zo leuk... Mijn man vraagt: Is het zo leuk om met ouderen te werken? Ik zeg dan: Voor mij is dat het leukste werk van de wereld.’

Als jij op een verjaardagsfeestje praat met iemand die jou niet zo goed kent en je vertelt wat voor werk je doet. Wat voor reactie krijg je dan?

‘Ze zeggen altijd: Wat een leuke baan heb jij. Ik heb een Nederlandse vriendin die zegt: Als ik jou hoor vertellen over je werk, wil ik ook die opleiding gaan doen.’

Als je er zo enthousiast over vertelt zoals nu, kan ik me voorstellen dat mensen zo reageren. Maar als je iemand nog niet zoveel hebt verteld en je zegt alleen: Ik ben activiteitenbegeleidster bij demente mensen, wat zeggen ze dan?

‘Dan zeggen ze: Oh, je bent er voor spelletjes en dat soort dingen. Om mensen bezig te houden. Daar ga ik dan niet verder op in.’

Dat betekent dus dat ze er geen juist beeld van hebben?

‘Nee, ze weten of begrijpen het niet. Mensen die niet in de verpleeghuiswereld werken, hebben niet zo’n goed idee van wat dat werk inhoudt.’

Blijf je in deze sector werken denk je?

‘Ja. Ik wil hier niet weg.’

En heb je nog bepaalde ambities? Zou je bijvoorbeeld hoofd Activiteitenbegeleiding willen worden?

‘Nee, echt niet. Ik heb een hekel aan dat soort verantwoordelijkheden. We hebben hier trouwens geen hoofd meer, daarom hebben we er allerlei taken bij gekregen. Zo ben ik voorzitter van de themacommissie, maar dat vind ik

eigenlijk niet mijn werk. Mijn werk is in het huisje staan, bij de mensen.'

Heb jij in je persoonlijke kring, onder familie of vrienden, te maken gehad met dementie?

'Ik heb hier bijna geen familie, alleen een man en een zoon. En in Iran heb ik nog geen demente mensen gezien. Toen ik hier ging werken heb ik voor het eerst demente ouderen ontmoet.'

Bestaan er dan geen demente mensen in Iran?

'Omdat ze te midden van hun familie leven, merk je het niet. De familie doet er heel normaal over. Ze zeggen: Oh die is oud, die is vergeetachtig. De mensen daar kennen de term "dementie" niet.'

Bestaat er geen woord voor in Iran?

'Alzheimer bestaat wel als woord. Ja, de laatste jaren hoor, niet toen ik daar nog was.'

Onlangs was er verkiezingstijd. Wat vond je van wat de politici over de verpleeghuiszorg zeiden?

'Die politici praten maar, hè? Ze maken zelf niks mee. Ze staan er buiten, horen wel dingen maar weten niet wat er gebeurt. Als ze het zelf zouden meemaken met hun vader of moeder, zouden ze misschien wel in actie komen.'

Wat zou je willen van de politiek?

'Dat ze meer aandacht en geld geven aan de huizen. Dat er meer en goed opgeleid personeel bijkomt. Daar worden de bewoners gelukkiger van.'

Heb je zélf behoefte aan extra opleiding of ondersteuning?

'Nee, op het moment eigenlijk niet. Het gaat wel goed volgens mij.'

Zie je om je heen bij collega's dat die wel ondersteuning nodig hebben die ze misschien niet krijgen? Bijvoorbeeld in de omgang met mensen met dementie?

'Ja, er zijn collega's die wel het goede willen doen, maar niet weten hoe. Die hebben een verkeerde bril op. Een

voorbeeld. Ik wil een bewoner een snoezelbad geven en ik vraag een verzorgende me te helpen met uitkleden en zo, want met de tillift kan ik niet omgaan. Zegt ze: Doe die andere dame maar in het snoezelbad, want deze is al schoon. Maar ik wilde haar niet wassen of douchen, ik wilde iets anders, ik wilde haar een beetje aandacht geven. Daar gaat het om. Die verzorgende moet een andere bril opzetten.'

Gebeurt zoiets omdat mensen niet goed opgeleid zijn of omdat het niet in ze zit?

'Het een of het ander of allebei. Dat is verschillend. Voor beide problemen moet veel meer aandacht komen.'

Als je een topdrie zou mogen samenstellen van de wensen die je hebt voor je werk met dementerenden, hoe zou die er dan uitzien?

'Ik zou graag een huisje willen hebben, een klein huisje voor zes of zeven bewoners. In een mooie wijk, echt kleinschalig, met allerlei mogelijkheden om de bewoners een goed leven te geven. Soms zeg ik tegen mijn collega's: Zullen we een huisje huren voor een paar bewoners? Dan kunnen we zelf voor de mensen zorgen.'

Nog een wens?

'Kan ik een busje kopen? Om er met de mensen op uit te gaan?'

En de derde?

'Ik mis de gastvrouwen die in onze huisjes werkten in het kader van de Melkert-regeling. Zij waren zo goed voor de bewoners. Sinds ze weg moesten mis ik hun warmte, hun betrokkenheid. Het was zo fijn dat er altijd iemand op de huiskamer was om de bewoners gezelschap te bieden. Nu zitten bewoners soms langere tijd alleen als de verzorgenden druk bezig zijn. Dat gaat me aan mijn hart. Mensen met dementie hebben ons zó hard nodig!'

Psychogeriatric, een vak om van te houden is verschenen bij Bohn Stafleu van Loghum, prijs: € 29,50, 168 p. Verkrijgbaar in de 'betere boekhandel' of te bestellen via www.bsl.nl.