



[naar zoekpagina](#)

## Ouderen worden gehoord dankzij handleiding voor gespreksgroepen

"Afgelopen zomer is er een mevrouw van 73 bij ons komen wonen," vertelt activiteitenbegeleidster Petra Zwaan. Petra werkt bij Zorggroep Tellens, in Friesland. "Begin dit jaar overleed haar echtgenoot na een kort ziekbed. Mevrouw had regelmatig depressies. Door het overlijden van haar echtgenoot raakte mevrouw opnieuw in een depressie en werd mevrouw opgenomen in het ziekenhuis. Na drie maanden opname bleek dat ze niet terug naar de thuissituatie kon en kwam ze bij ons wonen. Helaas kon mevrouw haar eigen meubels niet meenemen omdat deze te groot zijn. Ook andere dierbare spullen konden niet meegenomen worden. Het nieuwe appartement op de 2<sup>e</sup> etage is daarom ingericht met allemaal nieuwe spullen. Mevrouw mist haar eigen meubels, haar vertrouwde omgeving, haar huis met tuin. Ook mist mevrouw haar burens waar ze dertig jaar naast woonde. Wat bovendien erg wennen is zijn de vaste etenstijden. Mevrouw heeft door alle veranderingen het gevoel de regie over haar eigen leven kwijt te zijn. Mevrouw voelt zich te gast; ze verzucht dikwijls: *Mijn thuis is het huis waarin ik hiervoor woonde.*"



Petra Zwaan begeleidt dagelijks bewoners met geheugenproblematiek, psychische stoornissen. Vooral ouderen die net verhuisd zijn hebben vaak gevoelens van afscheid, verlieservaringen en rouwverwerking. Petra biedt voor deze bewoners allerlei activiteiten zodat de ouderen een structuur in de dag hebben.

### Begeleiding door de geestelijk verzorger

Sinds een aantal maanden gebruikt Petra de handleiding "[Elkaar beter leren kennen](#)" van Marcelle Mulder voor het opzetten van gespreksgroepen over levensthema's voor nieuwe bewoners van woon-zorgcentra.

Petra was na het lezen van de handleiding direct enthousiast om een groep te starten, en nodigde daarom [Marcelle Mulder](#) uit om haar te helpen de groep te begeleiden. Marcelle is de geestelijk verzorger bij Zorggroep Tellens, haar taak is het om zorgmedewerkers zo goed mogelijk te ondersteunen en begeleiden in het omgaan met levensvragen. "Marcelle heeft als geestelijk verzorger veel ervaring met gespreksvoering. Doordat zij de eerste keren meedraaide, kon ik zien hoe zij omgaat met emoties van bewoners. Ze weet op de juiste manier op gevoelige verhalen te reageren en door te vragen. Ik leerde ook hoe je bij het leiden van zo'n gespreksgroep de regie goed in handen kan houden, zodat alle bewoners de kans krijgen om hun verhaal te doen."

### Van handleiding tot gespreksgroep

Dankzij de handleiding van Marcelle Mulder is de bijeenkomst makkelijk te organiseren. De volgorde van de bijeenkomsten staat in de handleiding beschreven: "Ik vind het nuttig dat ik een houvast heb, het is een rode draad, een controle middel. Het helpt me om een vaste volgorde te hebben tijdens de bijeenkomsten, zo vergeet je niets."

De gespreksgroep komt eens in de drie weken bij elkaar, voor in totaal vijf bijeenkomsten. Elke keer wordt een ander thema besproken: "We hebben het een keer over 'uw naam: weet u de betekenis van uw naam?'; een keer over het thema 'handen: wat heeft u allemaal met u handen gedaan?'; en ook het thema 'wonen' komt aan bod."

### Het is net familie

De gespreksgroepen doen de ouderen goed. Tijdens de bijeenkomst is er tijd en aandacht is voor het levensverhaal. Meerdere bewoners kijken naar de bijeenkomst uit, omdat het dieper gaat dan een koffie uurtje. In het begin zijn bewoners wat afwachtend, maar al gauw ontstaat er een band onder elkaar. "De ouderen kunnen hun verhaal doen, ze voelen zich begrepen door elkaar. Ze vertellen meer over zichzelf omdat men de tijd/aandacht krijgt om zijn/haar verhaal te doen. Ouderen worden gehoord. Lief en leed wordt met elkaar gedeeld. Er ontstaan vriendschappen. Iemand zei: 'Het is net of we familie van elkaar zijn geworden, zo vertrouwd voelt het!' Ik vind het bijzonder dat tijdens de bijeenkomst dingen worden verteld die ik anders vaak pas op een begrafenis van de bewoner hoort."

Het is niet zo dat ouderen na deelname aan de gespreksgroepen zich direct helemaal thuis voelen in hun nieuwe woonomgeving. "Voor de meeste ouderen blijft thuis toch het huis waar ze voor hun verhuizing woonden. Maar men is wel enthousiast over de nieuwe contacten die men dankzij de groep aangaat: ze willen allemaal na de vijf bijeenkomsten doorgaan!" Petra is zelf ook heel enthousiast: "Met de handleiding kan ik ervan uitgaan dat het een geslaagde activiteit wordt, die veel ouderen aanspreekt. Bovendien draagt het bij aan betere zorg voor de ouderen." Ook medewerkers en gasten reageren heel positief op de activiteit. Medewerkers leren de bewoners

### menu

#### > Regionale initiatieven levensvragen

- [Platform Regionale Initiatieven Levensvragen](#)
- [Skanfonds Stimuleringsprogramma](#)
- [Nuttige documenten](#)

#### > Overzicht Regionale Initiatieven

#### > Interviews

#### > Links

beter kennen, en andersom. "Medewerkers komen nu heel anders binnen bij de bewoners, zij weten beter wie zij voor zich hebben en wat er bij de oudere leeft."

### Tips

Petra heeft inmiddels vier groepen begeleid. In februari start de 5<sup>e</sup> groep. Voor anderen die ook met de gespreksgroepenhandleiding aan de slag willen gaan, geeft Petra een aantal tips:

- Maak voor jezelf een draaiboek.
- Vraag medewerkers tijdig op mee te werken dit vanwege roosters.
- Maak goede afspraken met deze medewerkers over hun rol en hun verplichtingen naar jou toe.
- Nodig de locatiemanager een keer uit voor een bijeenkomst. Houd je locatiemanager en leidinggevende op de hoogte over het verloop.

---

Petra Zwaan is 37 jaar en werkt nu ruim twee jaar als activiteitenbegeleider op de groepsverzorging/dagbesteding in het Dr. Wumkeshûs in Friesland. Zij werkt daar 22 uren per week.

---

Laat hier uw reactie achter

Naam:

Titel:

Reactie:

---

[Stuur deze pagina door](#)



[\\_contact](#) [sitemap](#) [disclaimer](#) Datum laatste wijziging: 18-5-2011 10:56