

Anders kijken naar mensen *met dementie*

De wondere wereld van Kasper Bormans

Als vrijwilliger

bij mensen met dementie en als doctoraatsonderzoeker in de Communicatiewetenschappen aan de KULeuven kwam Kasper Bormans erachter dat mensen met dementie vaak nog speels en humoristisch zijn en verrassende associaties kunnen maken. Redacteur Patrick Verhaest sprak met hem over andere manieren van communiceren in de zorg voor mensen met dementie.

Kasper Bormans (1987) is als doctoraatsonderzoeker verbonden aan de *Leuven School for Mass Communication Research*. Hij is auteur van het boek *Wat Alz?* en bedenker van het verrassende 'Spel van de Verbeelding' (zie *Denkbeeld*, 2016/6). Daarnaast ontwikkelt hij technieken om mensen met dementie in staat te stellen beter te communiceren, zoals de zogeheten 'virtuele geheugenpaleizen'. Om te beginnen vraag ik hem hoe hij als jonge onderzoeker in de communicatiewetenschappen bij een onderwerp als dementie uitkwam.

Bormans: "Tja, jonge onderzoeker..."

(lacht)... ik weet dat ik er tien jaar jonger uitzie dan ik ben! Maar misschien heeft mijn belangstelling voor ouderen te maken met de plek waar ik ben opgegroeid. Ik woonde als kind tegenover een woonzorgcentrum en deed niets liever dan samen met mijn vrienden in de struiken zitten om met een blaaspijp op oudere mensen te schieten. Het zijn immers ideale doelwitten: ze bewegen zich traag voort en ze kunnen je toch nooit vangen. Dus misschien was het stilaan tijd om uit die struiken te kruipen, en te zien wat ik voor hen kon terugdoen.'

Ben je persoonlijk betrokken bij het thema?

"Twee jaar geleden is mijn opa gestorven. Hij was mentaal helder, had geen dementie. Maar tijdens zijn laatste weken zag ik hoe hij in de ziekenhuiskamer zijn hoofd liet hangen. Vanuit mijn academische achtergrond wist ik dat lichaamstaal in twee richtingen werkt. Iemands houding weerspiegelt hoe hij zich voelt, maar door een persoon van lichaamshouding te laten veranderen, kun je omgekeerd ook zijn gevoelswereld beïnvloeden. Daarom

ben ik de mensen gaan tekenen die opa nauw aan het hart lagen, en die portretten heb ik bewust te hoog tegen de muur geplakt, net onder het plafond. Een subtiele aansporing om het hoofd niet langer te laten hangen, maar op te richten. De volgende dag begon hij voor het eerst weer grapjes te maken. Toen dacht ik: "Wat als ik nu eens een honderdtal van zulke ideeën zou verzamelen en daar een boek over zou schrijven?" Dat heb ik gedaan en dat werd *Wat Alz?*'

Wat is er zo vernieuwend aan de aanpak van dat boek?

"Ik gebruik erin een aantal technieken uit de reclamewereld om dromen te verzamelen en verloren plezieren te ontfutselen aan mensen met dementie. In de commerciële sector bestaan een heleboel communicatieve strategieën om mensen in beweging te krijgen, een vertrouwensband te creëren, weerstand te verlagen en een boodschap te verankeren in het langetermijngeheugen. Die inzichten gebruiken we voornamelijk om mensen overbodige producten aan te smeren. Maar wat als we daar ook iets zinvol mee kunnen



doen? Ik introduceer deze ideeën in de zachte sector om de dialoog tussen mensen met dementie en hun omgeving te versterken, maar deze technieken zijn ook universeler toepasbaar.'

Kun je een voorbeeld geven van zo'n reclametechniek die je toepast bij mensen met dementie?

'Eén van de leukste concepten is ongetwijfeld de "ja-kamer", ook wel de "ja-ketting" genoemd. Het idee is vrij eenvoudig: als je erin slaagt mensen al een

aantal keer "ja" te laten zeggen, liefst hardop, voordat je hun iets vraagt, is de kans groter dat zij ook "ja" zeggen op je verzoek. Dat spelen ze maar al te graag uit in de wereld van de verkoop. Wanneer je op een paar simpele vragen als "Hebt u het makkelijk kunnen vinden?" bevestigend hebt geantwoord, vergroot dat de kans dat je ook positief zult reageren op: "Wilt u hier ondertekenen?" De impact daarvan kun je bovendien nog versterken door zelf al opvallend "ja" te knikken op het

« **Kasper** Bormans: 'Positieve taal werkt, weten we uit de reclame. Het is belangrijk dat je weet welke impact je hebt met de taal die je gebruikt.'

moment dat je de vraag stelt. Natuurlijk, dit zijn geen wondermiddelen waardoor iedereen plots op magische wijze zal beginnen te doen wat je verlangt, maar het vergroot wel de kans dat iemand ingaat op je verzoek.'

We hechten er in de zorg groot belang aan dat iemand met dementie zolang mogelijk zelf de regie houdt. Staat dat niet op gespannen voet met deze manier van handelen?

'Het gaat om beïnvloeden met respect voor zelfregie. Veel van deze communicatievormen passen we nu al in onze dagelijkse omgang toe. Het is belangrijk te beseffen dat we als gewone mensen ook impact kunnen hebben op elkaars gemoedstoestand. Door in een gesprek subtiel iemands woorden te herhalen bijvoorbeeld. Iemand zal ons sympathieker vinden wanneer hij zijn woorden terughoort, want we zien ons zelf graag weerkaatst in de ander. Als iemand twee koffies bestelt, doet een ober er goed aan om te zeggen: "Twee koffies, komt er aan" in plaats van gewoon: "Komt er aan."

'Onlangs merkte ik in een bos op dat het er vol stond met wat je "toekomstbomen" zou kunnen noemen: bomen die mochten doorgroeien, hadden van de boswachter een blauwe stip gekregen. Op een zelfde manier kun je in een gesprek ideeën van mensen laten groeien door ze te benoemen, verbaal aan te stippen. Positieve taal werkt, weten we uit de reclame. Het is belangrijk dat je weet welke impact je hebt met de taal die je gebruikt. Als je je mooiste jeugdherinneringen met een pessimist deelt die op alles zuur en negatief reageert, is dat niet echt >

bevorderlijk voor je mentaal welbevinden. Psychologen die traumaslachtoffers begeleiden laten hen ook niet zomaar hun verhaal vertellen, maar stimuleren hen om momenten aan te stippen waarop ze wel enige controle hadden over de situatie. Het is belangrijk dat belemmerende herinneringen zich niet als een vast patroon in de herse-
nen installeren, maar dat de betrokkene kan blijven inzien dat hij meester is over zijn eigen handelen.'

'Dementie leidt tot een afbrokkeling van de dialoog tussen de persoon met dementie en zijn omgeving. Dit is een ingrijpend verlies, voor die persoon zelf en voor de mensen in zijn nabijheid. Vaak is juist het verlies aan contact en herkenning het moeilijkst te dragen. Waarom zouden we de wetenschappelijk gefundeerde technieken uit de commerciële wereld dan niet gebruiken om de communicatie te verbeteren? Ik zou het jammer vinden als we dergelijke technieken alleen zouden aanwenden om obers te leren meer fooi te krijgen. We zijn wat vies van manipuleren, maar manipuleren is pas slecht als de ander er slechter van wordt. Door de techniek van de jakamer kun je bijvoorbeeld de kans vergroten dat mensen zonder problemen hun medicatie innemen. Dat is alleen maar winst.'

Je hebt onderzoek gedaan naar 'virtuele geheugenpaleizen', wat zijn dat?

'Het concept is gebaseerd op de methode van de *loci*, een strategie waarbij je in gedachten een ruimte doorloopt die je goed kent en daarbij op bepaalde punten associaties maakt met dingen die je wil onthouden. In Canada zijn er een aantal pionierende onderzoekers die mensen in een voorfase van dementie trainen in het onthouden van boodschappenbriefjes en to-do-lijstjes. Ik vond dit heel hoopvol, ging zelf kijken in Montréal en vroeg mij af of we die techniek niet zouden kunnen gebruiken om een reeks betekenisvolle gezichten permanent in het

geheugen van iemand met dementie te verankeren.'

'Toen ik vervolgens in een museum een audiogids in handen kreeg die me precies voorschreef waar ik moest gaan staan en me dan vertelde wat ik zag, realiseerde ik me dat dit de technologie was die ik nodig had. Daarop ontwikkelden we een applicatie, *Memory-Home* geheten, waarmee we mensen

'Reminisceren is super, maar als het de enige manier van kijken is, ontnemen je mensen een toekomst'

met dementie in hun eigen leefomgeving een wandeling kunnen laten maken langs voorwerpen waarmee we positieve verhalen over betekenisvolle mensen kunnen associëren. De eerste stap is om met de persoon met dementie zo'n lijst van betekenisvolle anderen op te stellen, bijvoorbeeld aan de hand van een fotoboek. Daarna verzamelen we positieve verhalen over deze personen en maken daar een geluidsfragment van. Tot slot koppelen we elke betekenisvolle andere aan een object.'

'Wanneer de persoon met dementie tijdens de wandeling in de buurt van een

bepaald object komt, laat de applicatie een foto van dat object en van de dierbare persoon zien en start het geluidsfragment. Door deze wandeling regelmatig te maken, bij voorkeur samen met een hulpverlener of een familielid, kunnen de voorwerpen op termijn bij de persoon met dementie uit zichzelf positieve verhalen oproepen. Zo ondersteunen we niet alleen de herkenning van dierbaren, maar ook de gemoedstoestand.'

Dementie en een doctoraat in de communicatiewetenschappen, dat lijkt me geen gebruikelijke combinatie?

'Communicatie is heel breed. Mijn academische achtergrond in filosofie, psychologie, communicatie en marketing heb ik aangevuld met opleidingen over lichaamstaal, gebarentaal, liplezen en onbewuste beïnvloeding. Ik merk aan de reacties van hulpverleners, artsen, psychologen en mantelzorgers dat ze vooral deze frisse manier van kijken zo waarderen aan mijn boodschap. De comfortzone verlaten is vaak verrijkend. Daarom ben ik me ook als vrijwilliger gaan onderdompelen bij mensen met dementie. Om de levenskwaliteit te kunnen verhogen, moet je immers de leefwereld begrijpen.'

'Eerlijk gezegd was die eerste confrontatie allesbehalve aangenaam. De bewoners maakten me meteen duidelijk dat we alles wat we aanleren ook weer kunnen afleren: ons fatsoen, onze woordenschat, de herkenning van gezichten... alles leek te verdampen. Die breekbaarheid maakte me droevig en ik wou er het liefst van weglopen. Toch heb ik besloten terug te gaan. Ik



ben de mensen met dementie verhalen van *Toon Tellegen* gaan voorlezen. Dat zijn meestal korte, absurde vertelsels waarbij een eekhoorn en een mier gekke dingen doen zoals taarten bakken tussen de wolken. Ik had een voor gevoel dat dit wel een goed idee kon zijn. En inderdaad, het werden aangenamenamiddagen. De groep werd steeds groter en de mensen genoten er blijkbaar van.'

'Na afloop van mijn zoveelste verhaaltje wilde ik weten wat de mensen ervan begrepen hadden. Ik vroeg welke dieren er allemaal in het sprookjesbos zaten en daarop antwoordde een vrouw: "Die beer had precies wel zin in die honing!" Haar reactie frustreerde me want er kwam geen beer voor in mijn verhaal en al helemaal geen beer die zin had in honing. "Wat doe ik hier eigenlijk?" vroeg ik me af, "ik zit hier wat verhalen te lezen en die mensen snappen er niets van. Ze luisteren niet naar wat ik zeg!" Pas achteraf werd me duidelijk dat ik een vermogen had ontdekt dat we nooit zullen verliezen, hoe oud of hoe ver gevorderd in het dementieproces we ook zijn: het vermogen tot verbeelding. Dat is hoopvol.'

En zo ontwikkelde je Het Spel van de Verbeelding?

'In de verbeelding kan alles, er bestaan geen foute verhalen. In het Spel van de Verbeelding krijgt iedere speler aan de hand van heldere kaarten een dierlijk personage met een eigenschap en een voorwerp. De spelers vormen zinnen die leiden tot een ontmoeting tussen deze dieren op een bepaalde plaats. Een vrolijke olifant met een ladder ontmoet bijvoorbeeld een verlegen zebra met een zaklamp bij de bakker. Eenmaal daar aangekomen draai je een Wat Alz?-kaart om die een onverwachte wending geeft aan het verhaal. Bijvoorbeeld: "Wat alz... er plots een fanfare voorbij komt?"'

'Het spel sluit aan bij de mogelijkheden en de leefwereld van mensen met dementie. Dat mensen vaak een verras-

send rijke verbeelding kunnen inbrengen, confronteert ons met een speelse manier van communiceren die we als samenleving verloren zijn. Onze dialogen beperken zich vaak tot feiten en informatie. Dit spel opent en vergroot je verbeelding en die van anderen. Het is verbindend, zelfs over generaties heen. Wat als we voortaan een "extra dementie" aan onze gesprekken geven en elkaar vaker ontmoeten in de speeltuin van de verwondering? Dat is fijn voor iedereen. Kijk, ik wil niet zozeer een wetenschapper zijn, maar een "gewetenschapper". Ik wil iets teweegbrengen, ik wil dat mensen meteen aan de slag kunnen met wat ik doe. Onderzoek zou best ten dienste staan van de maatschappij.'

Wat valt je op in de zorg, in positieve of negatieve zin?

'Alles wat ik doe vertrekt vanuit een soort oprechte bewondering voor wat zorgverleners en mantelzorgers dagelijks doen! Maar ik wil het negatieve niet ontkennen. Verdriet en klagen hebben hun redenen. Het is niet zo dat ik beweer dat elke ontmoeting positief moet zijn, maar het is minstens even noodzakelijk om mensen te prikkelen en te vragen naar wat hun dromen zijn, naar wat wèl kan. Volgens mij doen we dat te weinig. En zo krijgen verdriet en klagen alle ruimte. Dementie zien we vooral als geheugenverlies, maar ik denk dat er ook zoiets bestaat als toekomstverlies. Als je niet aan de mensen vraagt wat er nog in het verschiet ligt, moet je niet verwachten dat ze nog in beweging komen. Toekomst ontstaat al vandaag. Al verander je alleen maar "hadden we maar..." eens af en toe in "zullen we eens...". Dan krijg je al direct een heel andere insteek. Door in de gedachten van de persoon met dementie een lijn naar de toekomst te trekken, breng je deze opnieuw in beweging.'

'Ik meen dat het essentieel is dingen op zijn tijd eens helemaal ondersteboven te draaien. Reminisceren is super, maar als het de enige manier van kijken is, ontnemen je mensen een toekomst en een

beweegreden. Natuurlijk, soms stoot je eens iemand tegen de kar door de dingen ondersteboven te zetten. Maar weerstand is een logisch bijproduct van diepgang, zolang je aan de oppervlakte blijft, ga je niet veel weerstand ondervinden. Als ik ergens binnenkom, probeer ik de positieve punten te zien en deze te verbinden. Dan stel ik een vraag waardoor nieuwe mogelijkheden kunnen ontstaan. Wat Alz?, *that is the question.*' ♦

TEKST PATRICK VERHAEST

Patrick Verhaest is redacteur van *Denkbeeld*, projectmedewerker bij het Expertisecentrum Dementie Vlaanderen en coördinator van de opleiding tot begeleider-animator aan de VSPW te Mol.



PUBLICATIES VAN KASPER BORMANS

Bormans, K. (2014). *Wat Alz? Over de kern van communicatie, de kracht van dromen en het wonder van relaties*. Leuven: Uitgeverij Van Halewyck.

Bormans, K. (2016). *Activeer je fantasie. Het spel van de verbeelding*. Leuven: Davidsfonds Uitgeverij.

Bormans, K. (2017). *Een nieuw geheugenpaleis. Geef herinneringen een plaats bij mensen met dementie*. Tiel: Uitgeverij Lannoo.

Meer informatie, inspiratie en verhalen: www.kasperbormans.be.