

PSYCHE

FORUM VOOR GEESTELIJKE GEZONDHEID

1.2024

ZORGMIDDERS Hulp willen maar geen aansluiting vinden bij de zorg

ONDERZOEK Ervaringsverhalen als bron van nieuwe kennis

HERSTELACADEMIES Als hulpverleners en ervaringsdeskundigen samenwerken

Herstelondersteunende zorg

**'Herstellen is niet genezen,
maar je eigen leven opnieuw
kwalitatief vormgeven.'**

**Je vertrouwde
magazine steekt in
een gloednieuw kleedje.
Veel leesplezier!**

08

REPORTAGE

Opfleuren in de moestuin

Hier aarden mensen met dementie



© Erfgoedcel Mechelen, © Iris Theuvsissen

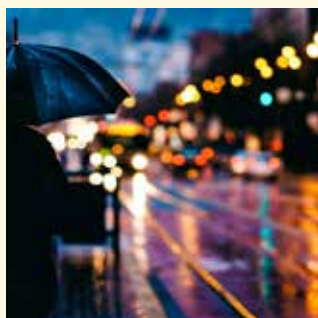


34

INTERVIEW

Mike Slade

Pionier inzake herstelonderzoek



48

INTERVIEW

Claudi Bockting

‘De een floreert in de stad, de ander loopt er vast’



54

REPORTAGE

Naasten van een suïcidaal gezinslid

Steun en hulp voor de omgeving

En verder

14

DE MOESTER Even op de pauzeknop drukken

18

WIM SIMONS EN LINDSY REYNERS
Schouder aan schouder in De Herstelacademie

24

SCHERPGESTELD
“Passen gedwongen opnames wel in een herstelvisie?”

28

EXPERTISENETWERK PERINET
Samen zorgen voor prille gezinnen

40

INTERACTIE MET DE POLITIEK
Ervaringen van de Staten-Generaal Geestelijke Gezondheid

45

CONNECTEREN MET ZORGMIDJERS
Aanklappende zorg onderzocht

59

IK VRAAG HET AAN
“Wat houdt herstel-ondersteunende zorg in?”

63

DE NOMINATIE
Wie verdient een applaus?

Colofon

Psyche vzw

Voskenslaan 95, 900 Gent
psyche@psyche.be
www.psyche.be

REDACTIE

Stefaan Plysier, Lene Cooman

EINDREDACTIE

Carine Stevens

CONCEPT, VORMGEVING EN -COÖRDINATIE

Trien Pauwels, www.trien.org

FOTOGRAFIE

Filip Claessens, Ann Van Gijsegem,
Unsplash, Shutterstock

ILLUSTRATIE

Debora Lauwers

REDACTIERAAD

Jürgen De Fruyt, Jessica De Mayer,
Philippe Delespaul, Jan Delvaux,

Alexis Dewaele, Louis Ferrant,
Toon Langerlaert, Nadia Majoub,
Bart Meeus, Rebecca Müller, Kris
Pauwels, Jan Snacken, Kris Van
den Broek, Eric Thys.

VERANTWOORDELIJKE UITGEVER

August Rector

ADVERTEREN

Neem contact op met
psyche@psyche.be

OPLAGE

2500 exemplaren

DRUK

Graphius, Gent

Goede hulpverlening is teamwork

Psyche Magazine houdt de vinger aan de pols wat geestelijke gezondheid(szorg) betreft. We zijn kritisch en benoemen wat er misgaat of mis kan gaan, maar onze belangrijkste drijfveer is toch het zoeken naar alternatieven. En laten we niet naïef zijn. Niet alles is op te lossen met vriendelijkheid. Alhoewel dat soms al een groot verschil zou maken.

Of je nu verward, verslaafd, dakloos, psychotisch of suïcidaal bent, het kan een wereld van verschil maken als er mensen rond je zijn die je niet negeren of veroordelen, maar die alle moeite doen om de zaken vanuit jouw standpunt te bekijken. Mensen die je willen begrijpen, ook als je zelf niet beseft hoe gevaarlijk je bezig bent of als je de impact van je gedrag op de omgeving niet ziet. Een authentieke, empathische aanpak kan je angst verminderen, zodat je behandeling en verzorging toelaat. Het zorgt er ook voor dat de behandeling beter werkt.

'Mensen die het zelf hebben meegemaakt, kunnen professionals de weg wijzen.'

Mensen met een psychische kwetsbaarheid begrijpen is voor professionals niet altijd eenvoudig. Daarvoor moet je bereid zijn om ook je eigen kwetsbaarheid te erkennen. En dan nog. Je helemaal inleven in de bedreigende, uitzichtloze leefwereld die geen aansluiting meer vindt bij de 'gewone' wereld is vaak niet haalbaar. Als er ook sociale problemen bijkomen, zoals armoede of dakloosheid, of taal- en cultuurverschillen, wordt het nog moeilijker om de afstand te overbruggen. Mensen die het zelf hebben meegemaakt, die de ontredde kennen en ervaring hebben met psychologische en psychiatrische behandeling, kunnen de professionals de weg wijzen. Zij kunnen formuleren wat nodig is en helpend kan zijn. De herstelvisie biedt ons hier een kader aan en woorden om erover te communiceren.



De ideeën en ervaringen samenbrengen, op hun effectiviteit toetsen en in een vorm gieten waarmee meer organisaties aan de slag kunnen, dat is een van de centrale opdrachten van Psyche vzw. In ons tijdschrift willen we dat gedachtegoed zo breed mogelijk verspreiden.

Frieda Matthys, voorzitter vzw Psyche

TEKST Tine van de Vel, freelance met een hart voor woord en beeld, betrokken bij werkplaats immaterieel erfgoed BEELD Erfgoedcel Mechelen, Sophie Nuyten



HIER WORDEN GROENTEN ÉN HERINNERINGEN GEOOGST

Opfleuren in de moestuin

Als mensen met dementie aan de slag kunnen in een moestuin, zorgt dat voor een gevoel van welzijn én voor een schat aan verhalen en informatie. In woonzorgcentrum Roosendaelveld weten ze daar alles van.

Laat mensen met dementie in een moestuin werken en er gebeurt iets. Tijdens het wieden, zaaien en planten komen haast onvermijdelijk herinneringen bovendrijven. Herinneringen aan de tijd dat ze zelf nog een moestuin hadden, of aan de moestuin van hun ouderlijk huis. Of aan vroeger verworven vaardigheden en kennis: immaterieel erfgoed gelinkt aan de moestuin. Maar er is meer: moestuin-activiteiten laten mensen ook aarden. “Een moestuin roept iets vertrouwds op. Zo hadden we een bewoner die zijn draai niet vond in ons woonzorgcentrum. Hij sleepte voortdurend met zijn meubels heen en weer zonder dat hij kon uitleggen wat er scheelde. In de moestuin zagen we hem ineens tot rust komen. Moestuinieren was duidelijk iets waar hij zich ooit goed bij had gevoeld.”



Tijdens het wieden,
zaaien en planten kunnen
herinneringen bovenkomen.

Aan het woord is An Goossens, team-coach Wonen & Leven in Roosendaelveld, een kleinschalig woonzorgcentrum net buiten het centrum van Mechelen. Hier wonen ouderen met dementie of een bijzondere psychische kwetsbaarheid. Alles is erop gericht om hen een fijne oude dag te bezorgen, onder andere door de breuk met het vroegere leven zo klein mogelijk te houden. De bewoners van Roosendaelveld bepalen zelf hoe hun dag eruitziet, wanneer ze opstaan en eten, wanneer ze tv-kijken, niksen of een hobby uitoefenen. Dit alles in de huiselijke sfeer van kleinschalige woningen met acht bewoners.

De herinneringstuin

“Genieten en bezig zijn met wat je graag doet, daar mikken we hier op”, bevestigt An Goossens. “In Roosendaelveld gaat het

er vaak levendig aan toe. Door samen te werken met de bewoners komen er verhalen los; we merken dat ze daar deugd van hebben. We onderhouden ook contacten met de buurt of halen de buitenwereld naar binnen, zoals met de ‘herinneringstuin’, ons project rond moestuinieren.”

An Goossens vertelt hoe dat project tot stand is gekomen. “Ik had al vaker de vraag gekregen van onze bewoners om iets in de tuin te mogen doen. Eerst was er het plan om een moestuin op te zetten met de hulp van vrijwillige buurtbewoners, maar dit kwam niet van de grond. De bal ging pas goed aan het rollen toen ik in contact kwam met de mensen van Erfgoedcel Mechelen. Zij startten toen net een samenwerking met Lien Vloeberghs, verantwoordelijke van het MOES-tuinproject van CAG (Centrum Agrarische Geschiedenis).”

Moestuinierfgoed

“Ons MOES-tuinproject liep al een tijdje”, haakt Lien Vloeberghs daarop in. “We brengen moestuiniers samen in proeftuinen waar zij met elkaar in gesprek gaan over hun kennis en ervaringen. Op die manier willen we het moestuinierfgoed in kaart brengen. De vraag van Erfgoedcel Mechelen en woonzorgcentrum Roosendaelveld paste perfect in dit verhaal. De bewoners behoren immers tot een generatie die opgroeide met een moestuin.

Vroeger vormde de moestuin een belangrijke schakel in de voedselproductie van de meeste gezinnen. Heel wat bewoners van Roosendaelveld werkten als kind mee op het veld of hadden op latere leeftijd een eigen moestuin. De toen verworven kennis en ervaring leeft nog altijd in hen.”

“Gewoon in de grond woelen, dat maakt soms al vanzelf verhalen en vaardigheden los”, lacht Lien Vloeberghs. “Sowieso mikken we op een context waarbij ook bewoners die niet meer zo gemakkelijk de woorden vinden toch herinneringen kunnen delen en tonen.”

Objecten en foto's

Om hun erfgoedactiviteiten af te stemmen op deze doelgroep gingen de erfgoedmedewerkers in de leer bij het Huis van Alijn, het museum van het dagelijks leven, dat veel expertise heeft rond het inzetten van erfgoed bij mensen met dementie. “We hebben enkele van hun technieken vertaald naar de moestuincontext”, aldus Lien Vloeberghs. “We gaan bijvoorbeeld in kleine groepjes aan de slag met oude moestuinobjecten, zoals gereedschap, kruiden en gewassen. We voelen eraan, ruiken en proeven en stellen er vragen over. Weet je wat het is? Wie gebruikt het? Bij de ene roept het herinneringen op, anderen vinden het gewoon mooi, lekker of intrigerend. Deze methodiek heet *object handling*.”



‘Moestuinieren helpt mensen met dementie om te aarden.’

1 Samen voelen, ruiken, proeven. 2 Het tuinieren vindt dagelijks plaats. 3 Getuigenissen worden gevat in tekeningen.



●●● “Via een andere methodiek, *visual thinking strategy*, gaan we met foto’s aan de slag. We stellen vragen die verdiepend werken bij het beeld. Wat zie je op de foto? Wat voel je? Wil je er graag bij zijn? Bij een van de bewoners riepen de beelden bijvoorbeeld herinneringen op aan de vroegmarkten in Charleroi, waar zij vroeger vaak naartoe ging.”

“Een andere keer nemen we bewoners mee in een verhaal over ‘een tripje naar de moestuin’ waarbij ze genieten van de een-op-een aandacht. Verhalen als deze zijn dan weer geïnspireerd op de methodiek van *multisensory storytelling*.”

Van tuin naar bord

“We zijn eenvoudig begonnen”, blikt Lien Vloeberghs terug op het begin van het project. “Erfgoedcel Mechelen kocht enkele moestuinbakken, ik sprokkelde her en der wat zaden en plantjes en we waren vertrokken. Tijdens de activiteiten werken we samen met de bewoners,

maar ook als er geen georganiseerde activiteiten zijn mogen ze zich de tuin toe-eigenen. We vertrouwen erop dat ze weten wat er moet gebeuren. Dat levert soms fijne momenten op, zoals die keer dat ik na een activiteit aan het opruimen was en een bewoner aan de slag wilde met een tomatenplant. Op dat moment kwam net een bezoeker uit de cafetaria, die naast de moestuin ligt. Ze keek mee naar de plant en verwoordde wat de bewoner dacht: ‘Die plant is te veel doorgeschoten hé!’. Waarop ze samen de tomatenplant begonnen te *dieven*. Het ‘doen’ verbond hen in een taal die ze beiden spraken.”

“De opbrengst van de moestuin kunnen de bewoners vrij meenemen uit ons winkeltje”, gaat An Goossens verder. “Aan het woonzorgcentrum is een winkel verbonden waar de bewoners hun inkopen kunnen doen voor ontbijt en avondmaal. We vinden het belangrijk dat zij nog een winkelervaring hebben en ook een keuze in wat zij eten. Dit jaar oogsten we in de moestuin vooral courgettes, sla en boontjes. Onze ergotherapeut deelt recepten uit die hierbij aansluiten en de medewerkers trekken samen met de bewoners de keuken in om een lekkere maaltijd te bereiden.”

“Volgend jaar willen we groenten en kruiden introduceren die de mensen zich

‘Werken in de moestuin maakt de mens achter de dementie meer zichtbaar.’



2



3

nog herinneren van vroeger en die ze lekker vinden”, vult Lien Vloeberghs aan. ‘Dat is het mooie van de moestuin: je kunt herinneringen oogsten en weer inzetten.’

Vroeger en nu

“Het was een hele uitdaging om aan de slag te gaan met mensen met dementie”, vertelt Lien Vloeberghs. “In onze andere proeftuinen organiseren we babbels waarbij moestuiniers met elkaar in debat gaan over wat moestuinergevoel voor hen betekent. Maar bij de bewoners van Roosendaelveld ligt dat anders. We praten met hen over moestuinen van vroeger, maar voor sommigen lopen verleden en heden door elkaar. Zo zag ik een vrouw snel en behendig plantjes planten. Ze had dat duidelijk vaker gedaan. Nadat zij een rijtje had aangeplant, vroeg ik haar of zij nog een rij wilde doen, waarop ze antwoordde: ‘Ik heb thuis nog twintigduizend plantjes te gaan’. Deze vrouw werd door het planten teruggebracht naar het toma-

tenbedrijf dat ze vroeger runde. Voor haar was vroeger nu. Andere bewoners kunnen wél nog helder reflecteren en goed terugkijken op vroeger.”

“Door met erfgoed te werken, kunnen we verhalen en informatie oproepen, maar noodzakelijk is dat niet”, aldus Lien Vloeberghs. “We krijgen vooral flarden te horen. Iemand herinnert zich een klassiek recept, een ander kan iets vertellen over oude perensoorten. We horen verhalen over vader die op het veld werkte en moeder die groenten inmaakte. Maar lang niet alle bewoners hebben een taal

om over hun ervaringen te vertellen.

We willen geen druk leggen op de mensen. Genieten van het moment, blij en trots zijn, dat is even waardevol. Het is de kunst om een sfeer te creëren waarin de mensen voelen dat we hun kennis waarderen en vragende partij zijn om bij te leren én om tegelijkertijd de boodschap te geven dat het ook oké is als het niet komt. Dat vergt loslaten tijdens de sessies maar ook attent blijven voor de immaterieel-erfgoedpraktijken die af en toe aan de oppervlakte komen. Het is een welzijnsactiviteit met een extra aandachtslaag.”

...

‘In de grond woelen roept verhalen, kennis en vaardigheden op.’



1 Hier wordt meer geoogst dan alleen fruit.

2 Persoonlijke verhalen worden opgetekend door een illustratrice.

'De bewoners zijn trots als naar hun moestuinkennis wordt gevraagd.'

... Een heel mensenleven

"De erfgoedwerkers slagen er zeker in om de bewoners een goed gevoel te geven", pikt An Goossens in. "Het feit dat zij speciaal langskomen om naar hun moestuinkennis te vragen, maakt hen blij en trots. Want eerlijk gezegd, niemand stelt die vragen nog."

"Het moestuinproject leert ook ons meer over de bewoners", gaat ze verder. "Omdat ze zo kwetsbaar zijn, vergeten we soms dat achter elk van hen een heel mensenleven schuilgaat, dat ze vroeger leerkracht waren, dokter of een landbouwbedrijf runden. De moestuin maakt de mens achter de dementie meer zichtbaar. Sommigen nemen het grovere tuinierswerk op zich, zoals een appelboom planten, anderen fleuren op wanneer ze buiten in de natuur zijn. Hopelijk vertellen ze hun verhalen ook aan hun (klein)kinderen. Al merken we wel dat hun beleving erg momentaan is. De persoonlijke verhalen die wij te horen krijgen, willen we alvast verwerken in kleine verslagjes, om

zo onze medewerkers en ook de bezoekers gespreksonderwerpen aan te reiken in het contact met een bewoner."

Blik vooruit

"De families van de bewoners vragen regelmatig naar tips om iets te doen met hun ouder of grootouder", besluit An Goossens. "Als een gesprek voeren almaar moeilijker of zelfs onmogelijk wordt, is het fijn om samen iets te doen. De moestuin is hierin een mooi gegeven. Iedereen kan wel een gietertje vastnemen om de planten te besproeien. En we hebben al plannen voor volgend jaar. Zo willen we van de tuin een belevingstuin maken, met een wandelpad, lage bessenstruiken, bankjes, geuren van bloemen en kruiden en natuurlijk ook de groentebakken. Samen beleven is het mooiste wat je kan doen met mensen met dementie. Daar zetten we graag op in."

Meer info

• Over moestuinieren in een zorgcontext

Wie met dit thema aan de slag wil, vindt op www.cagnet.be meer info én een inspiratiegids, gebaseerd op de ervaringen van het MOES-tuinproject.



• Over het onderzoek van Erfgoedcel Mechelen

Na het succes van het MOES-tuinproject verdiept Erfgoedcel Mechelen zich verder in het identificeren van zorgbehoeften en het zoeken naar een passend en praktijkgericht aanbod vanuit de lokale erfgoedsector. Volg het onderzoek op www.mechelen.be (zoek op 'Erfgoed, zorg en welzijn').

