

Altijd weer zoeken naar de waarachtigheid

Gouden contactmomenten. Dat is wat Bea Lubbers zocht en vond. In een poging de afstand tot de dementerende ouderen een klein beetje te dichten.

De vrouw had al een tijdje naar haar zitten kijken. Opeens riep ze uit: „Ik zie het wel, hoor.” Ze vroeg wat mevrouw dan zag. De vrouw antwoordde, bijna beschuldigend: „Je straalt!” Kijk, dat zijn de kleine, gouden contactmomenten waarnaar Bea Lubbers altijd op zoek is. „Het gaat om waarachtigheid. Hét uitgangspunt voor contact met een ander mens.” Ook als die ander mens verloren lijkt in de tijd. Dementerend is. „Want waarachtigheid is niet alleen zijn wie je bent, maar ook zien wie die ander is.”

Tot hoeveel moois dat kan leiden is te zien in het jubileumboekje ‘Ver weg en dichtbij’, dat Bea Lubbers maakte voor verpleeghuis Bruggerbosch in Enschede, dat haar 50-jarig bestaan viert. De Oldenzaalse kunstenares wist daarin de dementerende bewoners in al hun waarachtigheid te vangen. Op de gevoelige plaat en her en der begeleid door dito korte gedichtjes, elfjes genaamd.

De titel maakt meteen haar bedoelingen met het boekje duidelijk. „De foto’s ontroeren wel. En iedereen heeft zijn eigen verhaal bij dementie. Maar tegelijkertijd willen we er vaak liever niet aan denken. Hoe vaak zeggen we niet: ‘als het mij overkomt, geef me dan maar een spuitje’.”

Bea Lubbers, die altijd heeft gewerkt in de zorg en met dementerende ouderen, ziet dat wat anders. Op een groot congres in Australië heeft ze al eens geopperd om geriatrische patiënten, zoals de doelgroep officieel wordt genoemd, af te beelden op grote foto’s op bussen en trams. Het idee werd, zelfs Down Under, gezien als nog een beetje te wild. „Maar ik zou het prachtig vinden als dat nog eens zou lukken”, zegt de Oldenzaalse.

„Op ieder mens zitten butsen en builen. Maar wij verstoppen ze het liefst achter een masker of bedekken ze met de mantel der liefde. Ik wil ze juist laten zien. Want die butsen en builen maken je tot wie je bent.” En achter dat masker en onder die mantel, daar zit de waarachtigheid. De authentieke mens. „Er wordt in de reguliere zorg veel te veel in hokjes gedacht”, vindt Bea Lubbers. „Maar ieder mens is er één. Heeft zijn eigen achtergrond, zijn eigen verhaal. Dat moeten we eer aan doen. En dat kan door oprecht contact met de ander te maken.”

Ieder mens is mens. Ook die man die dreigde te weg te zakken in het verpleeghuis en waarmee de Oldenzaalse, zij het voorzichtig, in contact kwam. „Hij was directeur geweest van een textielschool en had een ongelooflijk artistiek oog. Niet zo maar iemand dus. Maar geleidelijk aan was hij de weg kwijt geraakt, veroorzaakte ’s nachts nogal wat onrust en werd uiteindelijk alleen nog maar gezien als een vieze, oude man.”

Dat is dus waarom ze altijd op zoek blijft naar die kleine contactmomenten. Die door haar bijna altijd wel te vinden zijn. „Het is een kwestie van aanvoelen en ruimte bieden. Als ik binnenkom, gaan automatisch mijn antennes uit. Op zoek naar energetische velden. En ik probeer ook zelf altijd positieve energie uit te stralen.” Dat deed ze niet alleen als activiteitenbegeleidster, maar ook een tijd als ‘Geria Clown’, zeg maar cliniclown voor psycho-geriatrische patiënten. Dat laatste deed ze via een eigen stichting. Tegenwoordig zet ze de clownsneus nog maar zelden op. „De rode neus is het kleinste maskertje dat er is. Ik kies er nu liever voor om alles af te leggen.”

Ze probeert ook verzorgkundigen en mantelzorgers via trainingen en workshops het belang van die kleine contactmomenten bij te brengen. Over toegenomen werkdruk en gebrek aan tijd, wil ze dan niet horen. „Attitude kost geen geld”, zegt ze. „Mensen in de zorg zijn doeners. Er heerst inderdaad een cultuur dat alles snel moet en ik kan me heel goed voorstellen dat je niet buiten de groep wilt vallen door daar tegenin te gaan. Maar je hoeft ook

niet direct hele gesprekken aan te knopen. Een amper gebaar kan al zeggen ‘fijn dat je er bent’.”

Wat voor verzorgers geldt, geldt ook voor partner, zoon, dochter of ander familielid. Hoe verleidelijk het ook kan zijn om bezoeken maar te laten gaan, omdat ‘hij of zij er toch niks van merkt’, is dichterbij uiteindelijk toch te verkiezen boven verder weg. „Ja, het is confronterend en ja het is vaak moeilijk”, zegt Bea Lubbers. „Want er zitten natuurlijk twee kanten aan. Je hebt ook te maken met je eigen pijn. De pijn om degene die zo dierbaar was te moeten missen terwijl die fysiek nog wel aanwezig is. Daarom is het ook goed om je eigen grenzen aan te geven. Als het even niet gaat, neem dan de tijd tot je zelf weer wat steviger in de schoenen staat.”

Erkenning van je eigen verdriet is een stap op weg naar toch dat kostbare contactmoment. „Je ervan wegdraaien en ontkennen, zorgt ervoor dat je maar half leeft”, vindt de Oldenzaalse. „Als je in staat kunt zijn om te genieten van wat er nog wel is, kun je elkaar misschien goed doen. Het kan zo verrijkend zijn als je, naast je eigen verdriet, toch open kunt staan voor wat er nog wel mogelijk is. Het contact dat dan ontstaat, kan soms goed maken wat eerder te pijnlijk was.” En maken dat je zelfs weer even kunt gaan stralen.



Michel Hasselerharm: Tubantia 30-09-2011