

# Kunst in het verpleeghuis: ‘Empathie zit niet in een taak of bevoegdheid’



Laura van Elst

Wanneer dementie verbale vaardigheden aantast, is het voor familie en zorgmedewerkers lastig om betekenisvol contact te onderhouden. Bij Zorggroep Amsterdam Oost (ZGAO) vloog het Genetic Choir in, een ensemble dat op een speelse manier naar bewoners luistert en via muziek verbinding maakt.



Foto: Nellie de Boer

Het Genetic Choir bestaat sinds 2007 en bestaat uit professionele improvisatoren met roots in de hele wereld. Het ensemble doet de meest uiteenlopende concerten en kunstprojecten. ‘Centraal staat voor ons hoe kunst van betekenis kan zijn voor de maatschappij’, vertelt artistiek leider Thomas Johannsen. ‘Een logische stap was om de verpleeghuizen in te gaan en te ontdekken hoe muziek de levenskwaliteit kan verbeteren.’ Zodoende belandde het ensemble in het Flevohuis van Zorggroep Amsterdam Oost, waar veel waarde wordt gehecht aan de creatieve benadering van bewoners met dementie. ‘Met alleen bingo en bloemschikken zou je veel bewoners tekortdoen’, vertelt manager zorg Liesbeth Bonis. ‘Het is belangrijk om aan te sluiten bij

de persoon, de levensbagage en wat iemand nog wil in dat laatste stukje van het leven.' Het ensemble brengt volgens haar die verrijking. 'Zij kijken vanuit een ander perspectief naar de zorg en benaderen bewoners vanuit een andere mindset.'

## Onaangeboorde hulpbron

Sinds 2020 bezoeken de stemkunstenaars van Genetic Choir elke week de bewoners met dementie en werken zij met de **Stem & Luister** methode. 'We zoeken de persoon achter de ziekte door te luisteren naar de klanken en muzikale symptomen van hun beperking', vertelt Johannsen. Persoonlijk contact en improvisatie zijn daarbij de kern. 'Vanzelf ontstaan er liedjes of geluiden.'

Daarbij kan elk geluid interessant zijn. Van het gepiep van de magnetron tot een muziekje op de radio of het gemompel van een bewoner. 'In ieder geval is de dagelijkse situatie ons uitgangspunt. Daarbij voelen we bij ieder bezoek eerst even de sfeer aan. Zo kan de sfeer onrustig of slaperig zijn. Van daaruit maken we muziek; soms eerst 1 op 1, maar uiteindelijk zoeken we de verbinding met de andere zangers en bewoners in de ruimte en wordt iedereen spelenderwijs geactiveerd om met hun eigen 'stem' mee te doen.' Dat kan zijn van het meetikken van de voeten tot een dansje.



Foto: Nellie de Boer



Foto: Nellie de Boer

Antropoloog Marjolein Gysels van de Universiteit van Amsterdam verrichtte onderzoek en evalueerde het project. Zij schreef in een artikel dat door de zangers de zintuiglijke vermogens – die de bewoners met vergevorderde dementie nog wel hebben – worden geactiveerd. 'Dat versterkt hun mogelijkheden deel te nemen aan het sociale leven en te communiceren. Dit laat zien dat muzikaliteit een hulpbron is voor de gezondheid en welzijn van mensen met dementie.' In de praktijk ziet Bonis dat de methodiek fysieke spanningen losmaakt en tot verbinding leidt met mensen die anders moeilijk bereikbaar zijn. 'Bewoners worden rustiger of juist actiever wanneer er betekenisvol contact ontstaat. Ze worden geprikkeld, vinden troost in de muziek of er ontstaat weer contact met andere bewoners.'

## Uit de hectiek

Naast de wekelijkse sessies met de bewoners van het Flevohuis, geven de kunstenaars regelmatig workshops aan vrijwilligers en familieleden van bewoners, en aan medewerkers. 'Tijdens de training leren zij op een andere manier te luisteren en waar te nemen. Om vervolgens de mogelijkheden van hun stem te leren kennen en samen te improviseren. Het doel is om hun stem en klank vaker als empathisch middel in te zetten', zegt Johannsen. Bonis vertelt dat medewerkers de workshop in eerste instantie spannend vinden. 'Maar er wordt uiteindelijk veel gelachen, het haalt medewerkers even uit de hectiek van het verpleeghuis en leidt tot persoonlijke gesprekken waarom zij in de zorg zijn gaan werken. Daardoor kunnen zij weer relativeren en beseffen waar het echt om gaat.'

De training wordt zowel op teamniveau als voor alle medewerkers gegeven; van verpleegkundige en arts tot psycholoog en fysiotherapeut. 'Dat maakt het inclusiever en laat hen gezamenlijk reflecteren op hoe hun houding effect heeft op de omgeving.' Als voorbeeld noemt Bonis krassende stoelen over de vloer of geroesemoes in de woonkamer door overlegend personeel. 'Door bewuster en empathischer in de bejegening te zijn, kan veel frustratie en medicatie voorkomen worden en ontstaat meer rust.' En dat leidt volgens de zorgmanager tot een positieve vicieuze cirkel. 'Als het lukt om op een ander niveau contact te maken, leren medewerkers de bewoner beter kennen, voelen zij zich sneller gewaardeerd en hebben ze meer plezier in hun werk.' Bonis vindt dat opleidingen te veel focussen op taken en bevoegdheden. 'Empathie zit niet in een taak of bevoegdheid, maar zit in het menszijn. Dat brengt de workshop weer naar boven.'



Workshop met zorgmedewerkers. Foto: Nellie de Boer

## Vrijwilligerscommunity

Tot de zomer van 2023 heeft het Genetic Choir financiering uit fondsen gekregen voor het project in het Flevohuis. 'De langetermijnstrategie is dat we een vrijwilligerscommunity opleiden die het daarna kan overnemen', zegt Johannsen. Daar is Genetic Choir inmiddels mee begonnen. Voor potentiële vrijwilligers en geïnteresseerden geeft Genetic Choir op 28 mei een gratis kennismakingsworkshop in het Flevohuis. In september start de volgende vrijwilligerslichting. 'Dat maakt het betaalbaar voor het verpleeghuis en leidt tot een olievlekeffect in de zorg.' Ondertussen onderzoeken de zangers hoe zij die olievlek verder kunnen verspreiden door de Stem & Luister methode in andere verpleeghuizen en de verpleegkunde opleidingen aan te bieden.