

Door Rudi Westendorp, directeur Reable Nederland

Reablement; een nieuw samenspel tussen hulpvrager en hulpverlener

Reablement omarmen betekent loslaten. Het loslaten van protocollen en procedures, van werkwijzen en richtlijnen. Niet langer meer praten óver ouderen, maar praten mét ouderen. Onderkennen wat hun mogelijkheden zijn. Begrijpen wie de ander is en welke behoefte iemand heeft. De vrijheid van ouderen respecteren om het leven te leiden zoals zij dat zelf willen. Vrij waar het kan, zorg en ondersteuning waar het nodig is. Een fundamenteel andere manier van denken. Het is niet nieuw maar wel onbekend.

In toenemende mate maken we ons zorgen om de ouderenzorg. Iedere dag wordt er nieuw onheil uit de hoed getoverd. Dat de zorg onbeheersbaar en onbetaalbaar wordt. Dat raakt ons allemaal; burgers, hulpvragers én hulpverleners. Omgekeerd is er veel goed nieuws dat de media niet haalt. De levensverwachting zonder beperkingen blijft tóenemen, het aantal jaren met ernstige beperkingen blijft áfnemen (CBS, 2018). Ook het risico dat een oudere dement wordt is substantieel lager dan twintig jaar geleden (Alzheimer Nederland, 2020). Babyboomers willen en kunnen het heft langer in eigen hand houden. Al deze ontwikkelingen maken dat het bestaande zorgsysteem niet meer voorziet in de uiteenlopende behoeften van de ouderen van nu.

In het verleden hebben we baat gehad bij hoe we ons zorgsysteem hebben georganiseerd. Protocollen, procedures en richtlijnen hebben de kwaliteit

van zorg verbeterd en we mogen trots zijn op wat we er mee hebben bereikt. Maar inmiddels zijn zowel de hulpvrager als de hulpverlener ondergeschikt geworden. Het systeem werkt steeds minder voor ons. Ook is het een grote uitdaging om voldoende hulpverleners voor de zorg te behouden. Zij die om hulp vragen én zij die hulp verlenen willen de regie op hun leven terug. We hebben een fundamenteel andere werkwijze nodig waarin zij weer leidend zijn.

Eigen leven leiden

Wij kunnen ons laten inspireren door het reablement-gedachtegoed zoals dat op meerdere plaatsen al wordt toegepast. Reablement is al meer dan 20 jaar een begrip in Australië, Nieuw-Zeeland, Canada en de Scandinavische landen. Ook lijkt het in Nederland momentum te krijgen. Reablement is een manier van werken waarmee hulpverleners hulpvragenden helpen hun eigen leven te leiden. Zoals ouderen dat zelf willen!

De essentie van de reablement gedachte is dat de preferenties en besluiten van de hulpvrager leidend worden. De systemen worden daarmee ondergeschikt en niet meer leidend. Die moeten de hulpvrager ondersteunen om weer zelfstandig te worden. Vrij vertaald gaat het om:

1. Neem niet over wat mensen zelf kunnen
2. Help mensen te herwinnen wat ze niet meer kunnen
3. Zorg samen voor een oplossing voor dat wat overblijft

Andere houding van hulpverleners

Reablement vereist een andere houding van alle hulpverleners rondom de oudere: thuis, in de wijk en in het ziekenhuis. Het vraagt om heel goed te luisteren, waarbij je de vraag ziet door de ogen van de oudere. En dat je iemand 're-ablet': iemand helpt zijn eigen leven te leiden. Want hoe waardevol is het, als je na een paar weken hulp weer zelf het stuur van het leven kan opnemen? En hoe trots ben je, als je dáár als professional aan hebt bijgedragen?

Met reablement maken we de oudere weer meester. Meester van zijn eigen leven. In engere zin gaat reablement over 'zelfstandig een waardevol leven te kunnen leiden'. Maar, ieder mens bepaalt zelf wat voor hem of haar kwaliteit van leven is. En dat gaat over meer dan of je wél of niet afhankelijk bent van anderen. Er is een maar heel weinig relatie tussen ziekte zoals die door hulpverleners wordt vastgesteld en gezondheid zoals die door ouderen zelf wordt ervaren. In Denemarken neemt de ervaren kwaliteit van leven zelfs toe als men ouder wordt en ziekte en gebreken ontwikkelt. Daarom gaat het er in brede zin om dat 'ouderen hun leven kunnen leiden zoals ze dat zelf willen, ook als zij afhankelijk zijn geworden van andere'.

Hulpverleners moeten de complexiteit van het leven op hoge leeftijd doorgronden en de autonomie van hulpvragers respecteren. Ik geloof dat het veelzeggend is dat hulpverleners vaak moeite hebben om de zienswijze en de beslissingen van (oudere) hulpvragers te accepteren, vooral wanneer deze in strijd zijn met medisch dogma, professionele richtlijnen of hun eigen keuzes. De internationale literatuur wijst op een scala aan historische, culturele, financiële en wetenschappelijke feiten die bijdragen aan het voortduren van deze barrières. Daarnaast ontbreekt het ons aan handreikingen voor de dagelijkse praktijk om gericht naar ouderen te luisteren en hen te volgen en te steunen.

Voordelen

In Denemarken heb ik grote voordelen gezien van reablement. Heel concreet, de hulpvrager wordt gezien als 'de expert in zijn eigen leven' en het is de taak van de hulpverleners om manieren te vinden om hen te helpen zo goed mogelijk betekenis te geven aan hun leven. Dit betekent dat de hulpverlener moet luisteren naar de unieke verwachtingen, doelen en voorkeuren van de persoon, en uitdrukkingen zijn van hun intrinsieke motivatie. Met deze kennis moet de hulpverlener suggesties doen die aansluiten op de persoonlijke situatie waarmee de hulpvrager functies kan herwinnen en zijn eigen regie versterken. Simpel gezegd neemt de hulpvrager het heft in handen, wat hem autoriteit en controle geeft over zijn zorgtraject.

‘De effecten van het interventie programma (*i.e. reablement*) zijn positief. De methode vergroot het levensgeluk bij ouderen en is minder duur dan reguliere zorg. Ruim 60 procent van de Denen die deelneemt aan het interventieprogramma doet na maximaal drie maanden geen beroep op zorginzet. Daarnaast blijkt dat zorgmedewerkers hun werk veel interessanter vinden. Ze hebben het gevoel persoonsgericht te werken, hebben meer contact met collega’s en de medewerkerstevredenheid is gestegen. Eerder bestond onder zorgverleners de wens om zorg beter te integreren, nu geven zij aan dat dit daadwerkelijk gewaarborgd sinds de implementatie van reablement.’

Uit: Een goede dag op eigen kracht. Andersson, Elffers & Felix. Utrecht 2022. Pagina 18.

Inmiddels is ook de ‘narratieve geneeskunde’ ontwikkeld als een methode die hulpverleners traint om hun luistervaardigheid en empathie te vergroten. Zo worden creatieve schrijfoefeningen en het nauwkeurig lezen van fictie gebruikt om de “ethische zelfreflectie en betrokkenheid te vergroten, en hun focus op de zorgscène te verscherpen, inclusief de institutionele en sociale structuren waarin zij werken en leven”. Maar er is meer nodig dan een verandering van het professionele perspectief, er is een paradigmaverschuiving vereist in alle lagen van de professionele hulpverlening. In plaats van zich blind te staren op resultaten – die anderen hebben gedefinieerd – en een ‘one size fits all’-doelstelling af te dwingen, moeten hulpverleners ‘mensen helpen zichzelf te helpen’ door middel van een rommelige, ‘open systeem’-benadering die is gebaseerd op associatief denken en complexiteit.

Het werk van filosoof David P. Ellerman – werkzaam voor het Ontwikkelingsprogramma van de Verenigde Naties (UNDP) – is voor deze open systeem-benadering een belangrijke bron van inspiratie. Hij schetst een raamwerk voor ‘autonome zelfontplooiing’ van hulpvragers waarbij hulpverleners “helpen op een manier die de autonomie van de vrager respecteert, bevordert en steunt”. Wanneer ik de vijf uitgangspunten van Ellerman toepas op de zorg voor oudere hulpvragers is de strekking:

- Hulpverleners moeten uitgaan van de persoonlijk situatie van de hulpvrager – dat wil zeggen begin niet met een ‘schone lei’;
- Hulpverleners moeten de situatie analyseren door de ogen van de hulpvrager – dus niet door hun eigen ogen;
- Zorg kan niet aan de hulpvrager worden opgelegd – want dat schendt hun autonomie;
- Hulpvragers kunnen zorg niet afdwingen als een welwillende gave – want dat scheidt afhankelijkheid;
- De hulpvrager is in de regie – want dat is de basis achter autonomie.

Hoewel een strikte toepassing van deze vijf punten misschien moeilijk en ontwrichtend lijkt, het integreren van Ellermans gedachtengoed is precies wat nodig is opdat hulpverleners waarde gedreven, passende zorg kunnen leveren.

Over Reable Nederland

Reable Nederland wil in Nederland een duurzame beweging rondom het gedachtengoed van ‘reablement’ op gang brengen. Dit kost tijd en een meerjarige inspanning van organisaties. Bij deze meerjarige beweging past een stapsgewijze aanpak en een lange adem. De aanpak is bedoeld om op een gestructureerde wijze het gedachtengoed van reablement in te voeren op een wijze waardoor het gedachtengoed ‘in het DNA van de organisaties’ komt en het nieuwe samenspel tussen hulpvrager en hulpverlener wordt verankerd. Alles vanuit onze missie ‘Maak de burger meester van zijn eigen leven!’.