

Ouderen met dementie leren beeldbellen

Mensen met dementie hebben nog veel lerend vermogen. Ook mensen met ver gevorderde dementie kunnen nog dingen leren. Bijvoorbeeld het zelf bedienen van tabletcomputers. Veel gebruikte functies van ouderen met dementie - zelfs bij hen die al in verpleeghuizen wonen - zijn:

- Foto's kijken
- Eigen favoriete muziek luisteren
- Eenvoudige computerspelletjes
- Beeldbellen met familieleden
- E-mailen; Steeds meer thuiswonende mensen met dementie E-mailen, in verpleeghuizen is dit een minder gebruikte functie

Het gebruik van tabletcomputers door mensen met dementie, leidt vaak tot een verhoogde beleving van de kwaliteit van leven en tot minder isolement.

Leervorm: operant leren

Uit de dagelijkse praktijk en uit wetenschappelijk onderzoek blijkt dat er 4 leervormen zijn die goed werken voor mensen met dementie. Allemaal leervormen, waarbij het geheugen slechts een beperkte rol speelt.

Bij het aanleren van het gebruik van tabletcomputers door mensen met dementie is vooral de leervorm 'operant leren' van belang. *Operant leren* is vooral gebaseerd op het zorgen voor succeservaringen (= beloningen). Op www.opnieuwgeleerdoudgedaan.nl leggen deskundigen in korte filmpjes uit hoe het lerend vermogen bij mensen met dementie werkt. Ook staan er diverse filmpjes met voorbeelden van leerprocessen op die mensen met dementie hebben doorlopen. Voor het aanleren van tabletcomputergebruik zijn met name de filmpjes C4 en D2 van toepassing.

Waarom lukt het?

DAZ is de afgelopen jaren betrokken geweest bij het leerproces rond tabletbediening van duizenden mensen met dementie die in woonzorgcentra en verpleeghuizen wonen. En altijd met succes! Vaak ondanks scepsis van verzorgenden vooraf. Realiseer u goed hoe klein kinderen vaak nog zijn, als zij al om kunnen gaan met een tabletcomputer (of smartphone). De hersenen van kleine kinderen moeten nog fors groeien; zij hebben nog maar een beperkt aantal werkende hersencellen. Veel ouderen met (ernstige) dementie hebben veel meer nog werkende hersencellen!

Vorbereiding door zorgverleners of andere begeleiders

1. Zorg dat op het startscherm van de tabletcomputer zo min mogelijk icoontjes en programma's staan. Meestal gebruiken ouderen oude tabletcomputers van familieleden. (Klein)kinderen kunnen een zo leeg mogelijke startscherm regelen, alvorens zij de computer aan ouderen ter beschikking stellen.
2. Plan wanneer er voor het eerst gebeld wordt.
3. Zet de tabletcomputer in een standaard op tafel, zodat scherm niet per ongeluk op andere plaatsen aangeraakt wordt. Laat familie zo'n standaard meeleveren.
4. Zorg dat het volume hard genoeg staat.

Stapsgewijs

- Begin met ouderen te leren 'opnemen' als er gebeld wordt. Oftewel op welke plek men het scherm aan moet raken. Bij Skype volstaat het om op de knop te drukken die in beeld verschijnt als er vanuit de familie contact gezocht wordt. Bij Facetime moet er tegelijkertijd een schuifbeweging over het scherm gemaakt worden waarvoor pijltjes verschijnen.

- Zorg dat in het begin de gesprekjes kort blijven, zodat het aannemen van het gesprek een aantal keer achter elkaar herhaald wordt. De meeste ouderen met dementie zullen na een paar keer aannemen van het gesprek al door krijgen hoe zij dit moeten doen.
- Zorg dat de eerste dagen meermaals per dag op afgesproken tijdstippen door familie wordt ingebeld. Daardoor ontstaat de kracht van herhaling. Hou er bij de keuze van de tijdstippen rekening mee dat dit niet op drukke momenten plaatsvindt, zoals tijdens eten.

Leg zo nodig brief met korte instructies bij de computer als geheugensteuntje. Vooral niet teveel instructies in de brief!

Op het moment dat de betrokkene het aannemen van inkomende gesprekken door heeft, kan overwogen worden om diegene aan te leren zelf ook het initiatief te nemen tot een 'beeldbelgesprek'. Dit kan op de volgende wijze:

- Zorg dat het icoon van het beeldbelprogramma op het startscherm van de tabletcomputer staat.
- Zorg dat hier een beperkt aantal contactpersonen (met foto) in staan.
- Druk samen met de betrokkene op de naam en/of foto. Zorg van tevoren dat de 'te bellen' persoon klaar zit om op te nemen. Het gaat in het leerproces immers over de succeservaring/beloning van de persoon met dementie! Als niet wordt opgenomen is juist sprake van een faalervaring en heeft dus een averechts effect.
- Herhaal ook dit meermaals achter elkaar en later meermaals per dag. Ook hier zal het mogelijk zijn, dat dit al snel lukt zonder aanwezigheid van de zorgverlener/begeleider.

Uitdagen

Via beeldbellen verbinding maken tussen mensen met dementie en hun familie kan al veel fijne momenten over en weer opleveren. Het is ook van belang dat ouderen met dementie tot activiteit/bewegen worden geprikkeld. Dit helpt immers bij het functioneren van lichaam en hersenen. Dit kan op via manieren: meeklappen met een liedje, gebarenspeletjes doen, in de stoel zittend dansen, enz., enz. Er is ongetwijfeld veel creativiteit bij familie.

Aandachtspunten in de communicatie met de persoon met dementie:

- ✓ Vermijd het woord computer. Mensen met dementie hebben te maken met faalangst. Het woord computer kan leiden tot onbegrip of kan faalangst oproepen. Heb het over "we gaan praten met" Veel mensen met dementie hebben niet eens door dat zij via een beeldscherm praten. Prima toch!
- ✓ Als betrokkenen nog kunnen omgaan met een telefoon, delegeer de begeleiding dan naar familieleden via de telefoon, in plaats van dat een zorgverlener er steeds bij blijft staan.
- ✓ Blijf als begeleider/zorgverlener er niet teveel bij staan. Veel mensen met dementie voelen zich dan 'op de vingers gekeken' en zullen daardoor minder zelf gaan doen.
- ✓ Zorg dat betrokkenen vooral 'ervaren' wat hun handeling tot gevolg heeft: "ik druk op een scherm en kan dan leuk met iemand kletsen, activiteiten van dierbaren bekijken en samen dingen doen".
- ✓ Voorkom faalervaringen; Keep it simpel.

Meer weten over het lerend vermogen van mensen met dementie?

Kijk op www.opnieuwgeleerdoudgedaan.nl:

- Filmpjes
- Informatie
- Trainingen

Of lees het boek: (Op)nieuw geleerd, oud gedaan, ISBN-nummer: 978-90-368-2510-8

Veel ergotherapeuten zijn ook handig met de toepassing van het lerend vermogen van mensen met dementie, zeker de EDOMAH-gecertificeerden.

