



Kitty van Ditshuizen

Alle zorgverleners van de toekomst maken tijdens hun opleiding uitgebreid kennis met complementaire zorg. Dat is de droom van TT'er Kitty van Ditshuizen. Bij ROC Rijn IJssel in Arnhem werkt ze samen met haar 'dreamteam' aan het realiseren van die droom. Zorgstudenten leren daar werken met kleuren, geuren en muziek. Aandacht speelt een belangrijke rol. TTWijzer ging in gesprek met vijf bevlogen docenten complementaire zorg.

*Marieke van Nimwegen*

## Rijn IJssel geeft lessen complementaire zorg 'Kijk, daar is die juf van de huilles'

### **Geen keuzevak**

Zelf moe(s)ten die docenten nog nascholingscursussen volgen om meer te weten te komen over complementaire interventies als massage, therapeutic touch of aromazorg. In de basisopleiding kregen ze namelijk niets over CZ te horen. Maar dat is aan het veranderen en Rijn IJssel loopt voorop, dankzij beleidsmedewerker en projectleider Complementaire Zorg Kitty van Ditshuizen. Hoe is dat zo gekomen? Kitty: 'In 2011 deed ik de opleiding CZ bij de V&VN en vanaf dat moment is het gaan kriebelen, hier wilde ik meer van op mijn eigen school. Ik ben gaan lobbyen en heb een voorstel geschreven. In 2015 konden we een pilotgroep draaien in een maatwerkklass op niveau 2, Helpende Zorg en Welzijn. Het werd een succes. De studenten waren enthousiast, maar we zagen ook dat ze meer ontspannen waren als ze in de les complementaire zorg waren geweest. Na de pilot zijn we de lessen in alle groepen gaan geven, bij de opleidingen helpende zorg en welzijn, ver-

zorgende, verpleegkunde en tandartsassistent. Niet als keuzevak, maar in het normale lesrooster, want daar hoort het thuis!'

### **Eigen ervaring van student**

Monique Adema en Femke Stronks geven lessen CZ in de opleiding Helpende Zorg & Welzijn. 'Elke les heeft een eigen thema en elk thema beginnen we vanuit hun eigen ervaring. Wat vind jij een mooie kleur, wat is voor jou fijne muziek? Op die manier krijgen we ze mee, want in eerste instantie vinden studenten het best vreemd om met geurtjes of ontspanning aan de gang te gaan,' aldus Monique. 'Bij iedere groep moet je goed aanvoelen hoe je het aanpakt. Het is belangrijk om concreet te blijven, met beide voeten op de grond, anders dan komt er weerstand. Maar uiteindelijk blijkt 80% van de klas het interessant te vinden,' vult Femke aan.

Met een eindopdracht ronden de studenten hun lessen CZ af. Zo'n opdracht luidt bijvoorbeeld



“organiseer een verwendag voor jezelf, en daarna een voor mensen met reuma”. Ook hierbij geldt de eigen ervaring dus als uitgangspunt. Ellie Meeussen, docent gezondheidskunde: ‘Je zorgt voor mensen die een heel leven achter zich hebben. Je kunt gewoon je zorg doen, maar zie je de behoefte van die ander ook echt?’ Monique vertelt over het filmpje *See me* dat ze aan het begin van een lessenreeks laten zien. ‘We willen hiermee de student bewust maken van de mens achter de zorgvrager. Wie is die knorrige, oude man? Het is gebaseerd op een gedicht

*‘Bij iedere groep moet je goed aanvoelen hoe je het aanpakt. Het is belangrijk om concreet te blijven, met beide voeten op de grond, anders dan komt er weerstand. Maar uiteindelijk blijkt 80% van de klas het interessant te vinden...’*

van een patiënt dat na zijn dood gevonden werd. Hierin liet hij weten dat hij niet echt gezien werd. Het raakt de studenten, er vloeien zelfs tranen.’ En dus hoorde ze een keer in de gang: ‘Kijk, dat is de juf van die huilles.’ Het was geen kritiek, maar een positieve opmerking.

Jacodien Alink is docent verpleegkunde, met een specialisatie in muziek. Ook zij werkt vooral vanuit het zelf ervaren. ‘We vragen wat muziek met je doet. In welke situatie luister je naar wat voor muziek? Dan kunnen ze zich beter voorstellen hoe muziek voor patiënten kan werken. De studenten maken mee hoe een muzikant werkt met bewoners. Hij vraagt bijvoorbeeld of ze kunnen weergeven hoe ze zich voelen bij bepaalde muziek. Een mevrouw ging dansen, een meneer tikte heel rustig met zijn vinger. Er gebeurde iets! Dat was waardevol voor de studenten. In hun werk brengen ze iemand naar een activiteit en gaan dan weg. Nu konden ze zien wat muziek deed. Ze zoeken sindsdien bewust muziek uit samen met een bewoner, denken na over wat voor muziek ze spelen in de huiskamer. Ze gaan het gesprek aan met de familie, waardoor iemand bijvoorbeeld weer een instrument gaat bespelen. Er zijn persoonlijke speellijsten gemaakt op Spotify.’

### Lekker-slapen-buisjes

Ellie Meeussen is behalve docent gezondheidskunde ook in opleiding tot aromatherapeut. Ook zij laat de studenten eerst zelf ervaren. ‘Ze krijgen een starterspakketje met geurende oliën en daarmee doen we kleine praktijkopdrachten. Bijvoorbeeld een handmassage, wil je dan een activerende of juist een ontspannende geur? We gaan op geuronderzoek, zoals rond het bakken van een appeltaart op de afdeling. Als je bewoners het hele proces bewust mee laat maken, alle ingrediënten van de taart benoemt, eraan ruikt en erover praat, dan genieten mensen uiteindelijk veel meer van de taart zelf.’ Alle studenten krijgen ook een proefmonster ‘rust in je hoofd’ mee. Een geurolie om te gebruiken voor het slapen gaan. ‘Een student kwam later vragen “Juf, heeft u nog van die lekker-slapen-buisjes? Ik gebruik nu slaappillen en die olie is natuurlijk veel beter.” Hij heeft er meteen een stel van me meegekregen.’ Ellie vervolgt: ‘Wat vraagt het van jou, deze vorm van zorg? Wie ben jij, en hoe kijk je naar de ander? Wat levert het je op als je wat rustiger bent voor



Femke Stronks, Jacodien Alink, Kitty van Ditshuizen, Ellie Meeussen en Monique Adema (vlnr)

je een kamer binnengaat? Als we hierover praten, zeggen de studenten vaak “Denkt u dat ik daar tijd voor heb!?” Aan het eind van de lessenreeks ervaren studenten vaak dat het juist tijd oplevert! Laatst was ik bij een examen, over een casus. De studente zei tegen me: “U was toch die mevrouw van het echte aanraken? Dat is wat ik zo graag wil en wat ik ook probeer in de praktijk!” Daar was ik blij mee.’

### Soort proeverij

Collega's keken eerst wat onwennig naar de activiteiten van Kitty's dreamteam. Er werden grapjes gemaakt. “Ben je met de fiets of met de bezem?” klonk het 's morgens bij de ingang. Kitty: ‘Eerst gingen we mee in de lacherige sfeer, maar we beseften dat we daarmee op moesten houden. We hebben toen in 2016 de Week van de Complementaire Zorg georganiseerd. Met een soort proeverij voor alle collega's en studenten. Er kwamen gastdocenten tai chi, yoga, kleurenleer, orthomoleculaire voeding en nog veel meer. Er was een wensboom waarin je je wens over complementaire zorg kon ophangen. In het ontspanningslokaal kon je een stoelmassage, voetreflexmassage of Reiki krijgen. De studenten mochten geen uren missen, maar alle docenten konden hun les inwisselen voor een les CZ. Het was al met al een heel mooie week en er kwam meer begrip. In 2017 hebben we het op kleine schaal herhaald, want onderwijs is vluchtig, je moet het onder de aandacht houden.’

‘In de lessen CZ kunnen we niet alle vormen van CZ aanbieden,’ legt Kitty uit. ‘We beperken ons daar tot vormen van complementaire zorg die erkend en bewezen zijn. Het is een eerste kennisgeving, in een ontspannen, natuurlijke sfeer, zodat studenten weten wat er zoal kan. Er mag ook gelachen worden. En ze hoeven het niet altijd zelf te gaan doen in hun werk, maar leren wel mee te denken over de mogelijkheden en eventueel door te verwijzen.’

Voor de toekomst zijn er plannen genoeg. Femke: ‘We zijn hier heel ver, maar het zou mooi zijn als het verder ging.’ ‘Ja,’ vult Kitty aan, ‘we willen bereiken dat complementaire zorg in het basiscurriculum komt van alle MBO-opleidingen Zorg & Welzijn, in het hele land. En we hopen dat er – naast de HBO-opleiding tot CZ-verpleegkundige – ook een MBO-variant komt!’ ■



Zorgrobot Zora

### Het COMZT project

Samen met zorggroep Pleyade in Arnhem en omgeving en een klankbordgroep ouderenzorg met vertegenwoordigers van de leerbedrijven ontwikkelde Rijn IJssel met subsidie van ZonMw een innovatief onderwijsprogramma om (toekomstige) zorgmedewerkers, vrijwilligers en mantelzorgers te leren werken met complementaire interventies en ondersteunende technologie. Met als doel om de kwaliteit van leven voor ouderen in de wijk met beginnende dementie zo lang mogelijk op peil te houden. Het project kreeg de naam COMZT: COMplementaire Zorg en ondersteunende Technologie en Kitty van Ditshuizen werd projectleider. Er is gekozen voor 3 complementaire interventies (ontspanning, kleuren en muziek), de inzet van zorgrobot Zora, het gebruik van Obli, een monitor die het drinkgedrag van de gebruiker stimuleert en het leren gebruiken van apps, tablets en smartphones. Daarnaast werden studenten en zorgprofessionals bekend gemaakt met de presentiebenadering. In het project zijn protocollen voor de verschillende interventies ontwikkeld, rekening houdend met persoonlijke voorkeuren van de cliënten. Deze zijn vervolgens uitgeprobeerd op school en in de wijk met als eindresultaat helder omschreven leeractiviteiten, die ook weer in de praktijk zijn getoetst. Uit alle evaluaties blijkt dat COMZT het welbevinden van cliënten vergroot.

Zo is er een leereenheid ontstaan die aansluit op het onderwijs van het Rijn IJssel en bijdraagt aan de kwaliteit van leven van mensen met beginnende dementie.