

Communicatietips:
voor een **goed contact**
met personen met
dementie

In Vught...

Mag je dwalen in de tijd die
je eens in de hand had
onzekere stappen zetten
op groene Vughtse grond
gedachten laten dansen op
de muziek die je vergat
en niets meer geven om
waar je eens voor stond

In Vught mag je zoeken
zonder dreiging in de mist
dromen doen herleven die
werkelijkheid verdrijven
het geeft niet als je vergeet
wat je gisteren nog wist
of verdwijnt in jezelf omdat
je niet weg kon blijven

In Vught zijn er wegen die
je altijd kunt begaan
mensen die je zoeken als
je jezelf bent verloren
hier kun je uitrusten om
bij jezelf stil te staan
in Vught ben je veilig als
niemand je kan horen

Harald Beerens

Tip 1

Ga uit van wat wel kan

Ga uit van wat de persoon met dementie nog kan. Vul dat zelf niet in, ga dat ontdekken.

Geef waardering voor wat goed gaat.

Blijf in gesprek hierover.

Het 'Doorleefplan' kan helpend zijn

www.jeroenboschziekenhuis.nl/doorleefplan-dementie

Tip 2

Voorkom onrust

Sluit aan bij de interesses, gewoontes en voorkeuren van vroeger. Zorg voor orde, regelmaat, structuur, een vaste dagindeling en terugkerende rituelen.

Tip 3

Aanwezigheid en luisteren

Uw aanwezigheid en rustige nabije uitstraling zijn vaak belangrijker dan woorden.

Vertel iets over uzelf.

Stilte kan zinvol zijn.

Tip 4

Praten in plaats van vragen

Stel zo min mogelijk vragen over het recente verleden.

Praat over wat er nu gaande is.

Vraag hoe het voor de ander is en als u het niet begrijpt zeg het dan en vraag of de ander het uit kan leggen.

Spreek over dingen van vroeger.

Tip 5

Voorkom falen

Vul aan wat niet meer kan.

Gebruik geheugensteuntjes.

Wees voorzichtig met woorden die bestraffend overkomen, zoals 'altijd' en 'nooit'.

Corrigeer geruisloos en zo onopvallend mogelijk. Stel geen vragen om te testen wat degene met dementie nog weet, testen = pesten.

Tip 6

Voorkom angst

Vermijd woorden en thema's die angst uitlokken.

Vermijd fluisteren.

Tip 7

Voorkom achterdocht

Antwoord zo eerlijk mogelijk op vragen. Spreek rustig, goed verstaanbaar en met een warme stem. Ga in op gevoelens.

Leid indien nodig af naar een ander onderwerp. Doe samen iets leuks.

Tip 8

Neem de tijd en ondersteun

Neem de tijd om te luisteren naar het verhaal van de persoon met dementie. Ondersteun rustig, dring niet te lang aan en vul eventueel aan. Heb aandacht voor gebaren die woorden vervangen of ondersteunen.

U kunt vragen of hij/zij het uit kan leggen als u hem/haar niet goed begrijpt. Gebruik zelf ook beeldmateriaal of gebarentaal.

Tip 9

Communiceren op maat

Herhaal sleutelwoorden om het verhaal op gang te houden.

Vertel waar jullie het over hadden om zo de draad weer op te pakken. Probeer te verwoorden wat u denkt dat de persoon met dementie wil zeggen. Maak oogcontact.

Tip 10

Stel gevoelens centraal

Discussieer niet over feiten. Neem alles niet te letterlijk en persoonlijk. Ga op zoek naar de gevoelens achter de woorden. Zeg wat u ziet gebeuren bij de ander: 'Ik zie dat u boos bent, vertel eens...'

Tip 11

Horen en aandacht - 1

Ga na of er problemen zijn met ogen of oren indien de persoon met dementie traag of vreemd reageert. Spreek niet harder dan gewoonlijk. Zorg dat de ander u ziet terwijl u spreekt.

Tip 12

Horen en aandacht - 2

Ga op gelijke hoogte staan of zitten. Zoek oogcontact.

Zorg voor een rustige omgeving.

Doe geen twee dingen tegelijk en vraag ook geen twee dingen tegelijk.

Tip 13

Begrijpen - 1

Spreek bij voorkeur in korte duidelijke zinnen. Stel geen dubbele vragen en geef enkelvoudige opdrachten. Vertel steeds wat u doet of gaat doen.

Tip 14

Begrijpen - 2

Controleer of de persoon met dementie u heeft begrepen.

Let op het gedrag en de gezichtsuitdrukking. Doe dingen voor en toon hoe het kan.

Tip 15

Begrijpen - 3

Deel uw boodschap op in verschillende stappen. Stel geen 'waarom' vragen. Stel vragen die beginnen met 'wat', 'hoe', 'wie', 'wanneer' of 'waar'.

Tip 16

Begrijpen - 4

Ondersteun uw woorden, waar mogelijk, met gebaren. Informatie verwerken vraagt bij een persoon met dementie meer tijd. Wacht daarom wat langer op een antwoord of een actie. Pas uw tempo van spreken aan. Controleer of de persoon met dementie de boodschap heeft begrepen.

Tip 17

Betrek een persoon

Spreek de persoon met dementie aan als een gelijkwaardige, zoals u dat voorheen ook deed. Laat zonder woorden blijken dat u het beste met hem/haar voor hebt.

Tip 18

Positieve benadering

Ga ervan uit dat de persoon met dementie besef heeft van de situatie. Betrek de persoon met dementie zoveel mogelijk bij keuzes en beslissingen zolang het besef en inzicht in de eigen situatie aanwezig is.

Durf te zeggen als u het moeilijk vindt, dat u ook niet goed weet hoe er nu mee om te gaan.

Bespreek het.

Tip 19

Juiste toon en houding - 1

Let op de gezichtsuitdrukking of wat u zegt goed overkomt. Spreek niet over het hoofd van de persoon heen.

Vriendelijkheid en een glimlach vormen vaak de sleutel tot goede communicatie.

Tip 20

Juiste toon en houding - 2

Blijf zelf rustig wanneer de persoon met dementie verward is. Ga mee in de leefwereld van de persoon met dementie. Vermijd discussies over feiten, maar geef een veilig gevoel.

Mocht het gedrag plots veranderen in onrust en verwardheid neem dan contact op met uw huisarts.

Mogelijk is er sprake van een blaas- of longontsteking of een andere lichamelijke oorzaak.

Nuttige websites en telefoonnummers

Wegwijs+ (gemeente Vught)
073-658075

www.dementie.nl

www.alzheimer-nederland.nl

www.mantelzorg.nl

www.samendementievriendelijk.nl

www.dementie-winkel.nl

www.netwerkdementie-bwendb.nl

Colofon

Deze geheugenwijzer voor de gemeente Vught is geïnspireerd op de dementiewijzer van de gemeente Oisterwijk en tot stand gekomen door het Dementienetwerk Vught

April 2025