

VR-bril bevordert samen zorgen bij dementie

auteurs

Teatske van der Zijpp
lector

Persoonsgerichtheid in een ouder wordende samenleving, Fontys Mens in Gezondheid, Eindhoven

Tom Brandsma
projectleider
Zorgconnect Noord- en Midden-Limburg, eigenaar TBinnovators, Sittard

Zorgen voor iemand met dementie is niet eenvoudig. Zowel zorgprofessionals als mensen zonder zorgachtergrond kunnen het als belastend ervaren.

TREFWOORDEN

- Dementie
- Virtual reality

Inleving in het ziektebeeld verbetert en verdiept een (zorg)relatie met een persoon met dementie direct. Vanuit die overtuiging biedt de stichting Into D'mentia virtual reality (VR)-ervaringen aan. Met een VR-bril kunnen deelnemers in een digitaal nagebootste huiselijke omgeving zien en ervaren waar mensen met dementie in dagelijkse situaties tegenaan lopen en hoe de



CORRESPONDENTIE
TEATSKE VAN DER ZIJPP
T.VANDERZIJPP@
FONTYS.NL

omgeving op ze reageert (zie de foto op de volgende pagina).
 Uit onderzoek onder (in)formele zorgverleners is bekend dat deze VR-ervaringen bijdragen aan kennis van dementie, empathie, begrip en het vertrouwen om te veranderen in houding en gedrag.¹ Dit is belangrijk met het oog op persoonsgericht handelen vanuit kernwaarden als respect voor de persoon, individueel recht op zelfbeschikking en wederzijds respect en begrip.² De noodzaak groeit om ‘samenzorg’ te realiseren tussen zorgprofessionals en mantelzorgers en andere relevante betrokkenen rondom een persoon met dementie, zoals familie, vrienden, burens en winkelier. Daarom is het belangrijk de bijdrage van Into D’mentia op persoonsgericht handelen te onderzoeken onder een brede doelgroep.

DOEL EN METHODE

Het doel van dit project was om, met samenwerkende in gedachten, te onderzoeken welke bijdrage een VR-ervaring levert aan het verruimen van concrete inzichten en een persoonsgericht handelingsrepertoire bij zorgprofessional, mantelzorger, vrijwilliger, ondernemer en ontwikkelaar.

We hebben een mixed-methode toegepast om de impact in kaart te brengen en met kwalitatieve data diepgang te krijgen in de aard van de inzichten en het handelingsrepertoire. De VR-ervaring (de ‘bedreigde ik’ of ‘het verdwaalde ik’) werd opgedaan op verschillende locaties en op meerdere momenten, met daaraan toegevoegd een nagesprek. Het ging om locaties in de VVT-sector/ouderenzorg: Beek & Bos (Heythuysen), La Providence (Grubbenvorst), Vincent Depaul (Panningen), Sint Jozef Wonen en Zorg (Meijel) en De Zorggroep. Direct na het nagesprek is aan de deelnemers verzocht een enquête in te vullen. Daarin is gevraagd naar de impact van de VR-ervaring op een aantal onderdelen: het vergroten van kennis van dementie, het beter kunnen begrijpen en ondersteunen van iemand met dementie, of iemand geholpen zou zijn als de VR-ervaring eerder was opgedaan en of de deelnemer de VR-ervaring zou

TABEL 1 OVERZICHT BESCHRIJVENDE STATISTIEK PER VRAAG

Vragen	N	Gem
Het effect van de VR-ervaring is dat: ik het gevoel heb iemand met dementie beter te begrijpen	239	4,4
Het effect van de VR-ervaring is dat: ik het gevoel heb iemand met dementie beter te kunnen ondersteunen	240	4,2
Het effect van de VR-ervaring is dat: ik mijn kennis over dementie heb vergroot	238	4,1
Voor mijn contact met een persoon met dementie geldt: dat het mij geholpen had als ik de VR-ervaring eerder gezien zou hebben	217	3,7
Ik zou deze VR-ervaring iedereen aanbevelen	240	4,6

aanraden aan anderen. Ten slotte is met een open vraag in kaart gebracht wat het belangrijkste was dat de deelnemer had ervaren of geleerd. De vragen zijn gescoord op een 5-punt Likertschaal, variërend van ‘helemaal mee oneens (1)’ tot ‘helemaal mee eens (5)’.

Voor verdiepende interviews, die op een later moment werden afgenomen, hebben we tien respondenten benaderd. Zij waren zorgprofessional, mantelzorger, vrijwilliger, zorgondernemer of zorgontwikkelaar. Ze zijn willekeurig geselecteerd via contactpersonen van de deelnemende organisaties.

KWANTITATIEVE RESULTATEN

240 respondenten hebben de vragenlijst ingevuld (zie tabel 1). Zij reageerden instemmend op elke stelling over de VR-ervaring. ‘Beter begrip’ scoorde het hoogst (4,4) en het belang om de VR-ervaring eerder gezien te hebben het laagst (3,7).

KWALITATIEVE RESULTATEN

Doorleefde inzichten

De respondenten die hebben deelgenomen aan de VR-ervaring reageerden enthousiast. Het doorleven van het perspectief van een persoon met dementie activeerde niet alleen herkenning, maar bracht ook nieuwe inzichten. Zowel vrijwilligers als zeer ervaren zorgprofessionals waren geraakt door hun bewustwording dat ze soms denken voor een ander en/of uit gewoonte iets doen voor een ander. Ook werd genoemd dat ‘praten over een ander in diens nabijheid’ kan binnenkomen bij de ander. Verder vertelden respondenten dat ze zich

meer bewust werden van hun vooroordelen. Ten slotte noemden vrijwel alle respondenten hun ervaring wat het met je doet als je ‘overprikkeld’ raakt. Wel werd regelmatig opgemerkt dat de ervaring even moest bezinken, waarbij dankzij het nagesprek het kwartje was gevallen. De ontwikkelaar noemde de beleving om ‘wantrouwen te voelen tegenover anderen’; geen enkele deel-

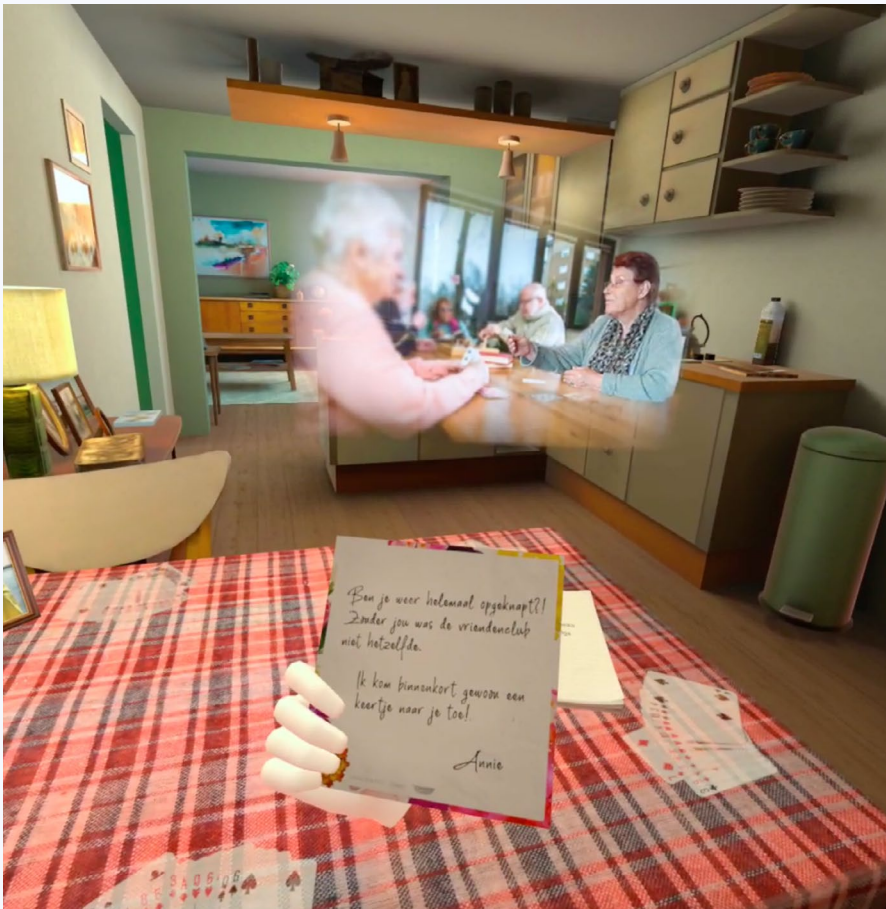
‘Respondenten werden zich meer bewust van hun vooroordelen’

nemer aan de VR-ervaring noemde dit ook.

‘Ik werk al jaren met mensen met dementie en ik “denk”, tussen aanhalingstekens, dat ik goed weet wat er gebeurt en dan zie ik dat en dan denk ik; ik weet er echt helemaal niks van. [...] Ik ben me door die VR-bril nu meer bewust van mijn gedrag wat dat doet. [...] van mijn houding, van mijn handelingen, van mijn taalgebruik. Hoe zet je dingen neer, hoe zeg ik dingen.’
 (zorgprofessional 1)

Inleven in de ander

De deelnemers associeerden de inzichten door de VR-beleving met sterke, 



warme, inlevende gevoelens die 'begrip en compassie voor de ander' oproepen. Bijvoorbeeld dat het frustratie oproept als je je kleinerend gedraagt. Ook konden respondenten gebeurtenissen rondom de persoon met dementie beter relativeren. 'Berusting' werd regelmatig genoemd.

'Ja, compassie. Misschien meer een liefdevol gevoel dat ik dan krijg. Waar je eerst misschien een beetje bozig zou reageren denk ik dat je wat liefdevoller bent als je de bril op hebt gehad.'
(ondernemer 1)

Persoonsgerichtheid in gedrag

De VR-ervaring van de respondenten had ook impact op een persoonsgerichte houding en (intentioneel) gedrag. Allereerst werd de intentie uitgesproken om waarden en opvattingen te respecteren van de persoon die zorg nodig heeft en niet de eigen waarden op een ander te projecteren.

Ook wilden respondenten, ongeacht hun rol, inzetten op het tonen van hun duurzame betrokkenheid bij de ander. Hiervoor wilden ze 'de ander leren kennen', wat voor henzelf ook iets opleverde zoals het 'herkend worden' en het 'genieten van het zien opleven van de ander'. In het verlengde daarvan werden (nieuwe) voornemens gemaakt om de betrokkenheid bij de ander te versterken, bijvoorbeeld door te 'praten met de persoon in plaats van over de persoon' en 'het aansluiten bij de belevingswereld van de ander'. Een vrijwilliger probeerde 'écht te kijken wat haar

'Praat met de persoon in plaats van over de persoon'

clubgenootje nodig had' om haar zo lang mogelijk te behouden bij hun bridgeclubje.

Een ander subthema ging over: er zijn voor de ander, in het moment. Vrijwel alle respondenten noemden het belang van vertragen, het nemen van rust. Het woord 'geduld' werd vaak genoemd, meestal in combinatie met het inzicht dat het eigen ongeduld de onrust en onzekerheid bij de ander versterkt. Een ondernemer gaf als voorbeeld dat haar gejaagdheid de ander onzekerder maakte. Een zorgprofessional noemde een opmerkelijke verandering in de cultuur van het samen eten. Sinds de VR-ervaring werd de radio uitgezet en het viel haar op dat de bewoners met dementie nu langer aan tafel bleven zitten. Gerelateerd aan dit 'rust brengen in het moment' werden ook voorbeelden genoemd over het herkennen van signalen om nabijheid te zoeken in het moment. Een ondernemer vertelde bijvoorbeeld dat ze voorheen de neiging had om maar 'door te ratelen', terwijl ze zich nu meer richtte op signalen van de ander. Een vrijwilliger gaf aan dat hij nu eerst 'alert is op de ander' voordat hij in de actie schiet. Opvallend was ook dat zowel professionals als mantelzorgers opmerkten dat ze sinds de VR-ervaring meer investeerden in één-op-één-contact, wat wederom tot wederkerigheid leidde. Ook ervaren deelnemers, door de eigen emoties te reguleren, een sterkere band met een persoon met dementie. Een mantelzorger gaf als voorbeeld dat hij voorheen boos werd op zijn moeder en de opmerking had gemaakt dat zij zich 'steenhard' gedroeg tegen anderen in zijn bijzijn. Maar sinds de VR-ervaring kijkt hij 'niet meer zo verwijtend naar haar' en ervaart een 'hechtere band'. Een vrijwilliger vertelde over zijn voornemen om sterk te blijven en zich 'niet te laten verleiden tot een vorm van emotie, zoals verdriet laten zien'. Ten slotte namen vrijwel alle respondenten zich voor het 'overvragen van de ander te voorkomen'. Een ondernemer vertelde bijvoorbeeld dat ze geen vragen meer

stelt die niet relevant zijn, omdat ze nu inziet dat die de ander letterlijk in verlegenheid brengen als die ze niet kan beantwoorden.

Het laatste thema dat naar voren kwam, was het zorgen voor gedeelde besluitvorming. Ook hier ging het inzicht vooraf aan het voornemen om het anders (te gaan) doen. Vanuit het inzicht dat het doen voor de ander en het beslissen voor de ander frustraties

'De VR-ervaring draagt bij aan een persoonsgerichte benadering'

oproept, noemden deelnemers voorbeelden van hoe er in ogenschijnlijk kleine situaties al kansen liggen om regie te geven in plaats van af te nemen. Als kanttekening werd hierbij gezegd dat eigen regie niet hetzelfde is als alles uit handen geven. Als iemand bijvoorbeeld zijn medicatie niet wil, vraagt het creativiteit om het anders aan te pakken, zowel van het individu als het zorgteam.

'En dat ik nu probeer om haar inderdaad met de post die ik dan vaak uit het postvak haal, dat ik haar zeg: wil je de post zelf openmaken of moet ik het openmaken? [...] gewoon in die kleine dingen haar meer de keuzemogelijkheden geven zodat ze zelf die beslissing kan nemen dat die niet voor haar wordt genomen.'
(mantelzorger I)

DISCUSSIE EN CONCLUSIE

Uit de resultaten blijkt dat de VR-ervaring bijdraagt aan een persoonsgerichte benadering van personen die leven met dementie. Het kwantitatieve onderzoek toont onder alle respondenten een groei aan van begrip van dementie en het beter kunnen ondersteunen. Uit de kwalitatieve data blijkt dat de VR-beleving doorleefde inzichten biedt waarmee respondenten zich beter kunnen inleven in de ander, wat het persoonsgericht handlingsrepertoire stimuleert.² Inzicht in dementie helpt 'respect voor de persoon' te borgen door ernaar te handelen via het tonen van meer compassie voor de persoon met dementie, in communicatie kort en concreet te zijn, de ander niet te overvragen en eigen regie te respecteren. Een belangrijke succesfactor voor impact is het nagesprek.

We mogen concluderen dat deze resultaten bredere inzet van de VR-beleving legitimeren om samen zorg te versterken onder meerdere doelgroepen. ●

Samenvatting

→ De stichting Into D'mentia biedt virtual reality (VR)-ervaringen aan. Met een VR-bril kunnen deelnemers in een digitaal nagebootste huiselijke omgeving zien en ervaren waar mensen met dementie in dagelijkse situaties tegenaan lopen en hoe de omgeving op ze reageert.
→ De VR-ervaring draagt bij aan een persoonsgerichte benadering van personen die leven met dementie.

→ Het kwantitatieve onderzoek toont onder alle respondenten een groei aan van begrip van dementie en het beter kunnen ondersteunen.
→ Uit de kwalitatieve data blijkt dat de VR-beleving doorleefde inzichten biedt waarmee respondenten zich beter kunnen inleven in de ander, wat het persoonsgericht handlingsrepertoire stimuleert.

REFERENTIES

1. **Huang Y, Ho KHM, Christensen M, e.a.** Virtual reality-based simulation intervention for enhancing the empathy of informal caregivers of people with dementia: A mixed-methods systematic review. *Int J Ment Health Nurs*. 2024;33(2):241-258.
2. **McCormack B, McCance T, Bulley C, e.a.** Fundamentals of person-centred health-care practice. John Wiley & Sons, 2021.