



Geluk is jezelf verbonden voelen

Hij zou niet misstaan op een tegeltje, de titel van dit stuk. Jessy Dijcks, projectleider en senior groepsleider in Maasniel, schudt 'm zo uit haar mouw. Geen wonder, want het onderwerp houdt haar bezig. Jessy is een vrouw met een missie. "Het geluk van cliënten moet voorop staan", is haar overtuiging. "Meedoen in de samenleving kan daar een wezenlijke bijdrage aan leveren. Maar het gaat erom dat je je verbonden voelt. Dat is essentieel voor geluk."

→ Jessy Dijcks (links), Marlies en Judith Simons

Jessy constateert dat cliënten in de regel weinig bezoek krijgen en meestal binnenshuis vertoeven. Dat vriendschappen op de groepen sterk wisselen. Daardoor voelen cliënten zich vaak eenzaam. "Op zoek naar cijfers die mijn onderbuikgevoel konden onderbouwen, ontdekte ik dat 37 procent van de mensen met

een beperking zich eenzaam voelt", vertelt Jessy. "En dat dit een daling van wel tien IQ-punten kan veroorzaken. Ik besloot om bij de directie aandacht voor dit thema te vragen. Resultaat was dat ik er in de regio Parkstad, samen met twee collega's, actief mee aan de slag mocht."

Eenzaamheid kom je overal tegen

"Dit is iets voor mij", wist Judith Simons toen de oproep voorbij kwam. Want eenzaamheid kom je overal tegen. Of het nu gaat om ouderen met een ernstige beperking, zoals in haar vorige functie, of om de kwetsbare tienermoeders die ze begeleidt in haar huidige

functie bij Street-wise. Inmiddels werkt ze, samen met Jessy en begeleider Renate Visser, aan het bewust maken van collega's. "Eenzaamheid is moeilijk te herkennen; er zijn nogal wat misvattingen. Dat een cliënt in een groep niet eenzaam kan zijn bijvoorbeeld. Of dat het vooral speelt bij ouderen. Misvattingen, veroorzaakt door een gebrek aan kennis. Niet verwonderlijk, want literatuurstudie over eenzaamheid bij onze doelgroepen is er nauwelijks. Dus moeten we zelf op onderzoek uit." Je inleven in de cliënt is de crux. Daarover zijn Jessy en Judith het roerend eens. Werken aan eenzaamheid begint met het stellen van een goede diagnose. En met het nauwkeurig afstemmen van instrumenten en interventies op de cliënt."

Standaardoplossingen werken niet

"Omdenken is essentieel", beweert Judith. "Niet lijdzaam afwachten dus totdat familie belt, maar zelf het initiatief nemen. Gebruikmaken van beeldbellen (zie foto rechts), om een gesprek meer diepgang te geven. Elke week een kaartje sturen naar een bekende. Die dan prompt een kaartje terugstuurt. Het valt of staat allemaal met aanvoelen wat iemand precies nodig heeft. Want standaardoplossingen werken niet."

Tijdens een recente workshop bij Op de Bies voor begeleiders, groepsleiders en

gedragswetenschappers van Koraal, waarschuwde eenzaamheidsexpert Josja Biessen voor het te snel labelen van gedrag en het meteen aandragen van oplossingen. "Af en toe door een dal gaan, hoort bij het leven", stelt zij. "Pas als eenzaamheid een langdurige last wordt, is het een probleem." Haar tip: Begin met het zoeken naar iets dat eenzaamheid kan verzachten. En kijk hoe je eenzaamheid kunt voorkomen.

Kennis van collega's nodig

"We willen onze collega's vragen nóg alerter te zijn en ons te vertellen wat opvalt als het gaat om de gevoelswereld van cliënten. Daarnaast willen we het onderwerp op beleidsniveau verankeren. Door het te koppelen aan participatie en het op te nemen in zorgplannen en behandelbeoordelingen. Ook gaan we onderzoeken wat cliënten, medewerkers en vrijwilligers precies nodig hebben om eenzaamheid effectief aan te kunnen pakken. Hoe we van opvoeden en overnemen kunnen komen tot verbinden en ondersteunen."

Bij het tegengaan van eenzaamheid werkt Koraal samen met de gemeente Landgraaf en andere organisaties in de regio. Omdat oplossingen op maat om een gezamenlijke aanpak vragen. En omdat in verbondenheid met elkaar nu eenmaal de mooiste dingen ontstaan. Ook op werkgebied. ■



Meer informatie

Heb je vragen of wil je reageren op dit artikel? Stuur dan een e-mailbericht naar Jessy Dijcks via japdijcks@koraal.nl