



Thuis in het Verpleeghuis

Waardigheid en trots op elke locatie

Waarom giechelig doen over intimiteit en seksualiteit in het verpleeghuis?



Intimiteit en seksualiteit zijn onderdeel van het leven van ieder mens. Dat is de kern van de visie van Alrijne op het onderwerp. In verpleeghuis Oudshoorn in Alphen aan den Rijn is het inmiddels bijna net zo vanzelfsprekend als eten en drinken. Het geheim? Maak het onderwerp bespreekbaar en leer medewerkers te denken in mogelijkheden in plaats van onmogelijkheden.

Laatste wens

‘De eerste keer dat een bewoner ons vroeg of we een dame voor hem wilden regelen, zijn we naar de directeur gestapt’, vertelt clusterleidinggevende Marianne Wijtman. ‘Om te vragen of het mocht. “Dames, gewoon je gang gaan” was zijn reactie. Het was de laatste wens van deze bewoner. “Ik wil nog 1 keer seks” zei hij letterlijk. En hij meende het. Hij was zo blij dat we het mogelijk maakten. Ook wij werden er helemaal vrolijk van. Een paar weken later overleed hij. Het heeft ons toen echt geraakt, wat seks kan doen voor een bewoner. Daar wilden we mee verder.’

Serius maken

Maar hoe pak je dat aan? Dat ging met vallen en opstaan, blik kunstzinnig therapeut Ingeborg Ytsma terug: 'Jaren geleden al zijn we gestart met een werkgroep. We dachten heel voortvarend te zijn met de sekskoffer, maar daar kwamen we snel op terug. Want als de koffer door de gang ging, begon het hele huis te giechelen.' Door nieuwbouw en verhuizing raakte het onderwerp toch weer op de achtergrond. Bewoners kwamen en gingen, maar de vraag bleef. Marianne en Ingeborg besloten het onderwerp echt in de organisatie neer te zetten. Het serieus te maken.

Ieder mens

Opnieuw richtte verpleeghuis Oudshoorn een werkgroep op, die bewust klein werd gehouden, om het concreet te houden. De leden hebben verschillende achtergronden. 'Dat vind ik heel belangrijk', zegt Marianne. 'Zo hebben we voor vragen op lhbt-gebied ook deskundigen stand-by.'

De eerste taak van de werkgroep was de missie en visie op 1 A4'tje zetten. Ingeborg: 'In de eerste versie stond "intimiteit en seksualiteit zijn een onderdeel van het leven van ieder mens, dus ook van de verpleeghuisbewoner". Totdat een medewerker heel terecht opmerkte "hoezo ook de verpleeghuisbewoner, er staat toch al ieder mens?". Toen hebben we de toevoeging weggehaald. Daarom staat er in onze visie ook niets over lhbt'ers. Met ieder mens bedoelen we ook echt ieder mens.'

'Intimiteit en seksualiteit zijn een onderdeel van het leven van ieder mens'

Verplichte scholing

Met de visie op papier boog de werkgroep zich vervolgens over scholing, voor alle medewerkers verplicht. 'Het is scholing in de vorm van discussie', zegt Ingeborg. 'We laten onze visie zien en een aantal stellingen. Vervolgens komt vanzelf een gesprek op gang.' Medewerkers reageerden heel verschillend. 'Van "wat heb ik nu aan mijn fiets hangen" tot heel open en vrij. Maar altijd respectvol naar elkaar. Er ontstonden leuke gesprekken over het verschil tussen intimiteit en seksualiteit. Waarbij we unaniem tot de conclusie kwamen dat intimiteit uiteindelijk belangrijker kan zijn dan seksualiteit. Denk aan het kusje voor het slapen gaan. Of tegen elkaar aan liggen zoals een echtpaar dat 40 jaar gewend was.'



Van werkgroep naar steungroep

Ingeborg benadrukt dat verpleeghuis Oudshoorn rekening houdt met cultuurverschillen en eventuele vervelende gebeurtenissen in het leven van medewerkers. ‘Als een medewerker een vraag krijgt over intimiteit of seksualiteit hoeven ze daar niet per se zelf iets mee te doen. Wel moeten ze de vraag dan doorspelen.’ De insteek van de werkgroep bleek de juiste. ‘De medewerkers voelden zich gehoord en betrokken. Met elkaar hebben we gekeken hoe we dit handen en voeten konden geven. Dat heeft in belangrijke mate bijgedragen aan het succes.’ Dit was ook het moment dat de werkgroep zichzelf omdoopte tot steungroep, op de achtergrond aanwezig om medewerkers te helpen het onderwerp als vanzelfsprekend mee te nemen.

Digitale enquête

Een andere belangrijke succesfactor is de manier waarop de steungroep doorpakt, oftewel aandacht blijft vragen voor het onderwerp. ‘We schrijven een jaarplan en komen maandelijks bij elkaar’, vertelt Marianne. ‘Dan bespreken we verzoeken die we binnenkrijgen, kijken we hoe ver we in het jaarplan zijn en wat de volgende actie moet zijn.’ Zo besloot de steungroep een paar maanden na de scholing via een digitale enquête het effect onder medewerkers te onderzoeken. ‘Had de scholing gebracht wat wij voor ogen hadden? We waren tevreden over de uitslag.’ Het was tijd voor de volgende stap: de bewoners, familie en contactpersonen erbij betrekken

Seks, seks, seks

De werkgroep nodigde zichzelf uit voor familiebijeenkomsten. Memorabele avonden, aldus Marianne. ‘Ik heb meegemaakt dat ik voorzichtig aankondigde een heel ander onderwerp te willen bespreken. Voordat ik het wist schalde er “seks, seks, seks” door de ruimte. En dat komt dan van de bewoners zelf. Dat maakt zo duidelijk dat het leeft!’ Misschien vindt de familie het nog wel het lastigst. Bijvoorbeeld als 2 bewoners verliefd worden. ‘De kinderen vinden dat vaak moeilijk’, vertelt Ingeborg. ‘Dan ligt de nadruk vooral op begeleiding van de omgeving. Maar wat de liefde deze 2 mensen brengt is weer zo mooi om te zien. Toen mevrouw bij ons kwam wonen at en dronk ze slecht, ze had er geen zin meer in. En nu leeft ze op vleugeltjes, heerlijk.’

Vast item

Een laatste belangrijk wapenfeit van de steungroep is het besluit van bestuurder en management dat het onderwerp intimiteit en seksualiteit binnen 3 maanden na opname besproken moet zijn met de bewoner, familie of contactpersoon. Marianne: ‘Het is een vast en verplicht item geworden, ook in het ECD, waarin de verzorgende aangeeft dat het besproken is. En natuurlijk kies je bij de ene bewoner een andere benadering dan bij de ander. Zolang maar duidelijk is dat we ervoor openstaan en dat veel mogelijk is.’ Wat er vervolgens precies wordt afgesproken komt niet in het ECD. ‘Daar hebben we wel mee geworsteld. Totdat een bewoner, die om een dienstverlener had gevraagd, zei “dit ga je toch niet in mijn dossier zetten he?”. Toen was het in 1 keer duidelijk: dit is te privé om op te schrijven.’ ‘Bovendien voegt het niets toe aan de zorg’, vult Ingeborg aan. ‘Laatst had een verzorgende het toch heel mooi verwoord. “Meneer had een ontspannen dag” stond er in het dossier. Omdat ik het geregeld had, begreep ik wat ze bedoelde, maar een ander niet.’

‘Intimiteit en seksualiteit is normaal, hoort bij het leven. De een eet vegetarisch, de ander krijgt 1 keer per maand een vriendinnetje op bezoek.’

Kijken wat mogelijk is

Met alle aandacht die de steungroep genereert is intimiteit en seksualiteit in verpleeghuis Oudshoorn steeds beter bespreekbaar geworden. Ingeborg: ‘Er is vrijheid om erover te praten en er oog voor te hebben. Er wordt niet meer zo giechelg over gedaan. Het is normaal, hoort bij het leven. De een eet vegetarisch, de ander krijgt

1 keer per maand een vriendinnetje op bezoek.’ Nieuwe medewerkers volgen verplicht de training en op intranet staat een procedure met stroomschema, voor medewerkers die de afspraken even willen nalezen. ‘We gaan normaal met intimiteit en seksualiteit om en kijken iedere keer wat mogelijk is. Dat is de winst. We zien het ook niet als probleemgedrag. Een man die graag masturbeert, blijft gewoon wat langer onder de douche zitten. Dat spreken we zo af. Zijn gedrag is namelijk niet grensoverschrijdend, maar juist heel natuurlijk. Wij geven mensen daarvoor de ruimte.’

Interview door Ingrid Brons

Meer weten

- Alrijne is deelnemer aan Waardigheid en trots – Ruimte voor verpleeghuizen. [Lees meer over de verbeterplannen van de organisatie.](#)
- [Lees meer artikelen over intimiteit en seksualiteit in het verpleeghuis](#)

tags:

[Alrijne Zorggroep](#) (12), [Intimiteit en seksualiteit](#) (43)

thema:

[Persoonsgerichte zorg en ondersteuning](#) (316)