

## Koffiedrinken

Een tijdje geleden hadden we in het verpleeghuis een gespreksgroep met als thema koffiedrinken. We houden regelmatig gespreksgroepen in de huiskamers van de verpleegafdelingen. Bewoners geven aan dat ze het fijn vinden om eens met elkaar van gedachten te wisselen over thema's die hen bezighouden. Dit geeft betekenis aan het leven; een zinvolle bezigheid samen. Een gespreksgroep vindt plaats onder leiding van een gespreksleider (in dit geval de geestelijk verzorger, die zorgt voor uitdaging én voor veiligheid en grenzen in het gesprek) en kent verschillende werkvormen. Ook naar aanleiding van een verhaal of gedicht passend bij het thema gaan we met elkaar in gesprek. Vooral op afdelingen voor bewoners met cognitieve achteruitgang is het fijn dat mensen telkens weer bij het gesprek betrokken worden zodat ze alert kunnen blijven en kunnen meedoen; mensen ervaren dan echt contact en verbinding met elkaar. Want bij gesprekken tussen bewoners kan er sprake zijn van miscommunicatie of stopt men met spreken omdat de ander niet in staat is iets begrijpelijks terug te zeggen.

We zaten nu dus samen bij een gespreksgroep over koffiedrinken. In eerste instantie werd er een beetje vreemd tegen dit thema aan gekeken. Maar al gauw zat de sfeer er goed in. Er werd een koffiepote van vroeger getoond en er kwamen veel verhalen los: de één dronk altijd koffie met de buurvrouw, de ander altijd met zijn broer en schoonzus. Soms werd er nog een kaartje bij de koffie gelegd of dronk men er een borreltje bij. Ook kwam die ochtend het onvermijdelijke liedje van Rita Corita over koffie voorbij. U kent het vast... We spraken over koffie als 'bakkie troost'. Kortom koffiedrinken zorgt voor verbinding met elkaar. Even een momentje samen.

Gelukkig drinken we in het verpleeghuis ook zoveel mogelijk de koffie samen. Samen met medebewoners, samen met personeel in de huiskamer of samen met familie gezellig in het restaurant. Tijdens het koffiedrinken wordt er gepraat met elkaar. Dat praten gaat alleen goed wanneer we elkaar ook kunnen horen. Dat we elkaar verstaan is een wonder, het goed kunnen horen is van het grootste belang, vraag dat maar aan iemand die slechthorend is. Niets is zo vervelend als telkens maar te moeten vragen of de ander zijn uitspraken herhaalt. Daarbij komt dat bij de herhaling de toon van het gesprek verandert, of je nu wilt of niet...

En dan is er ook nog het verschil tussen horen en luisteren. Echt luisteren is een kunst op zich. Horen doe je met je oren, luisteren met je hart. En het mooie van luisteren is het horen wat er níet gezegd wordt. Luisteren naar iemand dit het moeilijk heeft vinden we soms lastig. We willen advies geven of opvrolijken maar dit kan vaak helemaal niet. Wanneer je de tijd neemt naar iemand te luisteren en kunt aanvaarden hoe iets voor iemand voelt, ben je al tot steun. Luisteren is de ander zijn eigen antwoord laten vinden. Dit kan juist heel goed met een kopje koffie erbij. Ik gun iedereen koffie met een 'luisterend oortje'.

*"Wanneer je praat herhaal je alleen wat je al weet,*

*Maar als je luistert zou je iets nieuws kunnen leren"*

(toegeschreven aan de Dalai Lama)

Sabine Pikkemaat, 20 april 2022,

Geestelijk verzorger TMZ Het Dijkhuis in Borne

