

Meer sprookjes in relatie tot de zorg in:

Geelen R (2017) Lessen voorzorgverleners. Garant: Antwerpen/Apeldoorn.

Pinokkio over toerekeningsvatbaarheid en liegen**Voor zijn lessen mogen we onze neus niet ophalen!**

Wie kent Pinokkio niet? De houten marionet die uitgroeit tot jongen; het kind dat door schade en schande opgroeit tot volwassenheid. Verdient hij (telkens) een tweede kans? Ja beslist in de ons bekende Disney versie, maar daarover later meer. Zijn nalatenschap in ons taalgebruik is de ‘lange neus van het liegen’.

In hoe verre moet je werkelijk ‘eerlijk’ zijn; hier bijvoorbeeld naar mensen met dementie of een verstandelijke beperking? Als zij slecht nieuws niet meer kunnen onthouden of plaatsen, moet je dan toch de mokerslag van het nare bericht toedienen? Volg de lessen van Pinokkio.

Gepetto’s pop heeft kinderziektes

De eenzame schoenlapper Gepetto maakt een pop van een stuk hout. Zijn hartenwens komt uit als de fee leven in de pop leven blaast; van marionettenpop moet hij met goede daden tot een ‘echte jongen’ uitgroeien. De pop heeft een eigen wil, rukt al meteen de pruik van het hoofd van de arme man, en trapt hem pardoos tegen de schenen. Gepetto blijft ondanks ook andere uitdagingen warmhartig naar Pinokkio.

Al de eerste dag onderweg naar school laat Pinokkio zich afleiden, verkoopt zijn leesboek om een marionettenvoorstelling te kunnen zien. Waar hij wordt gevangen en opgesloten door de eigenaar - en weer gered door de fee (een heilige Maria of moederfiguur?). Japie Krekel is Pinokkio zijn geweten, maar blijkt machteloos tegenover die onstuimige grotere pop.

Pinokkio gaat op uiteenlopende manieren in de fout; door naïviteit, hang naar avontuur en plezier. Maar steeds is er weer de redding door -vaak- de fee. Zij wijst hem erop de waarheid te spreken, en heeft om dat vast te stellen de ultieme detector: met elke leugen krijgt zijn neus een groeispuur.

Voorste hersengebieden, (zelf)reflectie

Het beeld van het aanvankelijk externe minieme geweten in krekel Japie, dat langzamerhand door Pinokkio wordt verinnerlijkt, is mooi getroffen. Als het verhaal vordert zien we Pinokkio meer en meer zelf de regie nemen en zijn missers herstellen. Uiteindelijk gaat hij op reddingstocht naar zijn vader zodra hij hoort dat die, zoekende naar hem, is beland in de buik van een enorme vis. Gelukkig raakt Pinokkio niet verlamd door schuldgevoel, piekergedachten, zelfbeklag of anderszins. Geen woorden maar daden, en hij redt zijn vader op een creatieve én effectieve manier.

Volgens Einstein ben je een idioot als je steeds hetzelfde doet, en toch een beter resultaat verwacht. Maar laten we Pinokkio ondanks zijn herhaalde ontsporingen geen idioot noemen; al doende leert hij van zijn missers. In het begin nauwelijks zichtbaar en geleidelijk aan, dat wel en zo gaat dat vaak. Bovendien is hij nog een klein kind! Het voorste deel van zijn hersenen, de zetel van zijn identiteit, persoonlijkheid, oordeelsvermogen en remmingen van impulsen. kan niet zijn volgroeid want dat blijft zich ontwikkelen tot tussen de twintig en

dertig jaar. Het is nog zo klein als een krekkel, in het begin een uitwendig iets (de stem van de ouderfiguur?) dat niet alleen moet rijpen maar ook innerlijk zal worden. We weten dat kinderen ook te onpas de waarheid kunnen vertellen. Pas later komt het besef wat je met wie deelt (en wat niet met wie in welke omstandigheden). Dat noemen we socialisatie, of het vormen van de persoonlijkheid. Zoals een kind dat een onwaarheid vertelt niet (altijd) weloverwogen liegt, zo maakt iemand met dementie wel eens een eigen waarheid met de nog beschikbare informatiestukken. Kortom laten we het kind niet de maat nemen van de gezonde volwassene. En de persoon met dementie niet veroordelen als we het onderliggend proces van onwaarheid nog niet kennen.

Daarnaast is de frontaalkwab belangrijk om je te verplaatsen in een ander (empathie), én om over jezelf te reflecteren. Feitelijk zijn dit twee kanten van één cognitieve medaille. Ze vormen de hoogste en meest kwetsbare hersenfunctie die niet alleen het laatst tot ontwikkeling komt (denk aan het egocentrische van jongere pubers), maar ook het eerst verloren gaat bij hersenproblemen. Het is een halve waarheid, eigenlijk een hele leugen, als we bij mensen met dementie zeggen dat ze zo egocentrisch zijn geworden, terwijl zij - tegelijkertijd- ook het vermogen verliezen om inzichtelijk na te denken over henzelf. Zij kunnen zichzelf al niet goed meer beoordelen over simpele zaken als lichamelijk welbevinden en pijnklachten. Kortom: het is een mentale handicap, géén bewuste keuze van die persoon.

Wellicht is voor het opgroeiend kind fouten maken nodig om te leren. Daar worden we niet perse blijer van, maar wel bedachtzamer en beter in het onderscheiden van hoofd en bijzaken. Engelsen zeggen hier ‘sadder but wiser.’ Anders gezegd: Pinokkio is in het begin verminderd toerekeningsvatbaar, de regiekamer in zijn brein is nog niet voltooid. Gelovigen zullen Pinokkio vergelijken met de verloren zoon (hfst 15 van evangelie van Lucas) en het lied van de Parel. In beide verlaat de zoon bewust de vader, om na veel bittere tegenslag heimwee te krijgen en wijzer terug te keren naar de ouder... die hem liefdevol ontvangt.

Pinokkio in hardcore versie

In het oorspronkelijke verhaal maakt Pinokkio sarcastische opmerkingen en is hij meer pop dan mens. Pinokkio wordt uiteindelijk voor zijn ‘wandaden’ opgehangen. Is dat zijn verdiende loon, een geval van wie niet horen wil moet maar voelen? Zijn we nu beschaafder omdat we Pinokkio de kans geven ondanks zijn misslagen tot een goed mens uit te groeien? Het kan ook anders liggen. Schrijver Carlo Collodi, vrijmetselaar, wilde met die wrange afloop mogelijk juist zijn benauwende, inflexibele klassenmaatschappij aan de kaak stellen. Een marionettenpop ophangen in je verhaal is dan een bizarre maar spraakmakende aanklacht. Net zo beklagenswaardig als we mensen die door stemmingsproblemen, psychiatrische- en cognitieve problemen aansprakelijk stellen voor- en veroordelen voor hun wangedragingen.

In latere versies wordt het verhaal dus softer en overleeft Pinokkio zijn dwalingen, in de Disney versie redt hij zelfs zijn vader uit de buik van een enorme vis en helpt hem daarna op het droge. Ofwel: Pinokkio gaat weliswaar geregeld de fout in, maar krijgt- en neemt!- de kans om het weer goed te maken. Om uiteindelijk van marionettenpop te worden omgetoverd naar een knappe blauwogige jongen. Je kan zeggen (of hopen?) dat de verandering in afloop laat zien dat de mensheid door de eeuwen heen vergeeflijker is geworden. Of oppervlakkiger, omdat mensen de dubbele bodem van het ophangen blijkbaar onvoldoende herkennen zodat het verhaal eenvoudiger wordt. Hoe dan ook: het verhaal is zoals andere gewijzigd in de tijd.

Laten we er voor nu van uitgaan dat Pinokkio genoeg wordt gestraft met de gevolgen van zijn acties, en daarna gelukkig wordt geholpen door de fee en de liefde van zijn vader. Lijfstraffen (de ‘pedagogische tik’) zijn volgens moderne inzichten niet helpend en gelden als mishandeling. Ook zo in het geval in de omgang met cliënten natuurlijk. Straf werkt averechts als iemand de relatie tussen zijn actie en de gevolgen ervan niet ziet.

Lange neus maken naar de waarheid?

In het verhaal hebben ‘de waarheid en liegen’ een sleutelrol. Wij komen doorgaans goed weg met een leugentje om eigen of andermans bestwil, maar bij Pinokkio groeit de neus opvallend bij elke leugen, zoals wanneer hij de fee vertelt door de eigenaar van de marionetten voorstelling te zijn ontvoerd, terwijl hij voor eigen sensatie ernaar toe was gegaan. En zijn dure lesboek had verpatst voor een toegangsbewijs. Al is de leugen nog zo snel, de waarheid achterhaalt hem wel. Ook zijn er verschillende lagen. Misschien gelooft Pinokkio zijn eigen versie wel, en is de les dat we met zelfbedrog niet ver komen. Eerdere minder nobele motieven en acties onder ogen zien is de eerste stap tot berouw en herstel van je fouten.

Het gaat daarbij ook om de *bedoeling*: Pinokkio’s leugentjes voor eigen plezier en gewin liggen nu eenmaal anders dan een halve waarheid om iemand te sparen. De volledige en feitelijke waarheid is niet altijd helpend. Zo kan bij mensen die wachten op een zware operatie, gedetailleerde informatie vooraf averechts uitwerken op later herstel. De Wet op de Geneeskundige Behandelingsovereenkomst (WGBO) meldt terecht dat patiënten wel recht hebben op informatie, maar niet de plicht om alles te horen of te weten. De behandelaar moet taxeren wat zij willen en kunnen weten, en daarop intunen. Deze opvattingen zijn niet in steen gebeiteld. In de zeventiger jaren werd de ziekenhuispatiënt met luttele maanden in het vooruitzicht daarover niet zelf geïnformeerd, maar diens familie wél. Zo zou de patiënt nog een kalme laatste periode zijn gegund. Dit heet ‘Pria Fraus’, vroom bedrog of de geheiligde misleiding. Je zou mensen nooit de hoop op herstel mogen ontnemen, ook als die hoop er niet is. Nu denken we hier anders over en worden mensen wel ingelicht over hun aandoening. Niet ieder hoeft *alles* te weten, maar mensen krijgen de diagnose wel te horen in begrijpelijke woorden. Afhankelijk van hun wens volgt dan verdere informatie. Los van de vraag of je iemand slecht nieuws over diens ernstige ziekte *mag* onthouden, heeft informeren ook goede

kanten. De patiënt is verlost van diens knagende onzekerheid en twijfel, de omgeving kan de zieke bijstaan en steunen, de resterende tijd kan worden benut om zaken af te ronden en afscheid te nemen. Informeren over slecht nieuws is altijd menselijk maatwerk.

Maar hoe zit het nu met mentaal kwetsbare mensen? Mag je hen absoluut niet voor het lapje houden? In elk geval is liegen alsof het gedrukt staat niet de weg. Je kunt zo'n loopje met de waarheid nemen dat de ander het aan zijn water voelt dat wat je zegt niet klopt. Dan zijn we onwaarachtig, niet helpend bezig. Ook een kwetsbaar persoon plompverloren met alle negatieve feiten confronteren kan beschadigend uitwerken. Wat wil iemand weten en als iemand dat niet kan aangeven: wat dient deze persoon? Dan komen kwesties als cognitief vermogen en draagkracht om de hoek kijken. En iemands gesteldheid van dat moment. Zo kan iemand in een bepaalde periode, gediend zijn met gedeeltelijke informatie, maar onder andere omstandigheden open staan voor méér. De moeder met dementie waarvan de dochter een ernstige ziekte heeft, kan bijvoorbeeld eerst horen dat dochter Mia 'erg ziek' is en dat ze waarschijnlijk 'niet beter' wordt, waarna verdere informatie afhangt van wat zij – op dat moment- weten wil of waarschijnlijk aankan. Iemand met vorderende dementie die na psychologisch onderzoek goedgehumtst vraagt hoe zij het eraf heeft gebracht, kan in eerste instantie genoeg hebben aan de melding dat haar geheugen niet goed is. Afhankelijk van haar reactie kan dan verdere informatie volgen, naar háár wens en mogelijkheden tot begrijpen. Soms is zwijgen of het deels vertellen van de waarheid gewenst als iemands zelfinzicht sterk is afgenomen en de omgeving uit ervaring weet dat bepaalde informatie iemand alleen maar onrustig maakt en die informatie niet wordt begrepen of geen plek kan krijgen door falende hersenvermogens. Inschatten en aanvoelen blijft hier nodig, hoe moeilijk dat ook kan zijn. We mogen het informeren bij ernstige ziektes en lotgevallen niet alleen opvatten als een *contract*, iets wat je aan elkaar verplicht bent. Er is meer. Minstens zo belangrijk is het *contact*₂ ofwel:

helpt de benadering je cliënt om het nieuws op te nemen en een plek te geven? En helpt wat je zegt deze persoon ook verder?

[in kader]

Alles wat je zegt moet waar zijn, maar niet alles wat waar is moet op elk moment worden gezegd.

[einde kader]

[In kader]

Realiteit & dementie: enkele punten

Klare lichaamstaal

Hoe je iets zegt, werkt vaak minstens zo door dan *wat* je precies zegt. Maak oogcontact en vermijd onnodige bewegingen of gefriemel, praat kalm en duidelijk.

Consequente uitleg

Iemand met dementie kan meer in de war en wantrouwig raken als op diens herhalende vraag telkens andere uitleg komt. Spreek af hoe wordt gereageerd op vragen die steeds terugkomen. Let erop dat familie óók op een lijn komt in wat zij vertelt. Herhaald vragen kan erop wijzen dat het antwoord niet gerust stelt, dat een andere mondelinge of niet verbale actie gewenst is.

Dosereren

Slecht nieuws kan meestal het best direct en kort, zonder omweg worden gebracht. Iemand kan door uiteenlopende omstandigheden minder opnemen: zoals door begripsproblemen, niet helder kunnen denken, verminderd taalbegrip, maar ook stemmingsproblemen zoals

somberheid, achterdocht, angst of psychotische belevingen. Die omstandigheden vragen óók om aandacht én afstemming bij het informeren. Bij stemmingsproblemen is de kwetsbaarheid groot en dus ook de gevoeligheid van de ander voor de juiste toon. Een gemeenschappelijke bejegening luistert hier extra nauw.

Onder omstandigheden is het beter nieuws ‘deels’ te brengen. Bijvoorbeeld bij de dolende meneer Jaris, die het écht niet accepteert als hem wordt gezegd dat hij terug moet naar afdeling Varenhof. ‘Maar dáár woon ik niet, ik moet naar de dorpsstraat!’ klinkt het dan verontwaardigd, hoewel hij daar al 20 jaar geleden vertrokken is. De naakte volledige feiten stoten af, maar een beperking in wat je zegt kan hem misschien wel over de streep trekken: ‘O ik weet ook niet waar de dorpsstraat is, maar wél waar ze u hier kennen: en nu ga ik dáár met u naartoe!’ Eenmaal op de afdeling herkent hij enkele aanwezigen vaag, laat zich de warme aandacht van een teamlid welgevallen en vindt daar zijn rust (tijdelijk natuurlijk).

Op een kalm moment, bij optimale contact mogelijkheden, kan bij iemand met milde dementie worden besproken hoe ermee zal worden omgegaan als deze met vragen komt waarop een feitelijk antwoord meer ontreddeering geeft. Zo handel je in moeilijke momenten met instemming van dezelfde persoon in betere tijden.

Lagen van waarheid

De realiteit kent verschillende waarheden en diverse lagen. Een voorbeeld. Stel dat een opgenomen 90 jarige man zegt naar huis te willen, of naar zijn werk te moeten. Daar kunnen verschillende achtergronden spelen.

-De meest voor de hand liggende wellicht is de waarheid van kale feiten: het al lang gepensioneerd zijn, het opgenomen zijn, en zo verder.

-Een andere laag is die van behoeften en bedoelingen: niets om handen hebben, iets willen betekenen, naar houvast en vertrouwdheid zoeken.

-Een achtergrond kan het ontbreken van basale behoeften zijn: het ontbreken van contact met een vertrouwd iemand zijn, of de behoefte effectief te zijn, iets voor te stellen. Of ergens bij willen horen.

-Of de laag van gemoedstoestanden: speelt er angst, spanning, bedruktheid en zinloosheid? Overprikkeling ('Het is hier te druk, ik verlies het overzicht'), of juist gebrek aan duidelijkheid en prikkeling.

-Of het gedrag komt voort uit de wens om een onaangename lichamelijke sensatie te lijf te gaan (letterlijk geen zitvlees, pijn of ander fysiek ongemak, een blaasontsteking die niet anders verwoord kan worden, of oververmoeidheid?).

Elke achtergrond verlangt weer een andere insteek van je.

Wat wordt eigenlijk *precies* gevraagd?

Een verwante met dementie vroeg mij nadat zij herhaaldelijk niet op een feit kon komen: 'Wanneer gaat dit over?' Ik dacht even dat ze een directe vraag over het verloop van haar progressieve geheugenstoornis stelde, maar ze had net gezien dat het regende, en wilde weten wanneer ze buiten de benen kon strekken. Voor te gaan informeren, is het goed de feitelijke bedoeling te checken.

Uit de kast komen

Twintig jaar terug belandde een ver familielid na enkele beroertes in het verpleeghuis. Slechtziend, eenzijdig verlamd, niet meer in staat tot communiceren, gedeprimeerd gekluisterd aan een rolstoel. Op een gegeven moment wilde ze nauwelijks meer eten, weigerde dit vaker. Vriendelijke aanmoedelingen maar ook nadrukkelijke aansporingen

brachten geen verandering. Bezoek stelde na binnenkomst verbaasd vast dat oma niet in de groep en niet op haar kamer was, zagen begeleiders onrustig en gespannen zwijgen. En kwamen erachter dat oma in een donkere kleine ruimte was gezet, alleen en angstig –omdat ze niet wilde eten.

Begrippen en spelregels rondom straf

In de oerversie wordt Pinokkio zoals gezegd opgehangen voor zijn missers. Dat heeft nadelen: Pinokkio kan zijn dwalingen dan niet meer goedmaken (zoals met een taakstraf). Ook worden andere kinderen niet afgeschrikt door zijn terechtstelling, omdat juist ook bij hen de regiefunctie nog gering is. Dit weten we trouwens ook uit Amerika: executies van gevangenen werken niet preventief op toekomstige vergrijpen van anderen.

Wat te zeggen over het geval van voedsel weigeren? Allereerst is voor mevrouw de relatie tussen het separeren en haar onvoldoende eten onduidelijk. Ze voelt zich (misschien) ongelukkig, en wordt dan óók nog onverwacht alleen in een donkere ruimte gezet! Dit heet **beboetende straf**; het verband tussen straf en aanleiding ontbreekt. De belangrijkste vraag is of dit gedrag verwijtbaar is en de reactie erop rechtvaardigt. Bij mensen in moeilijke omstandigheden, bij stemmingsproblemen en afhankelijkheid is voedselweigeren een van de weinige mogelijkheden om zelf een daad te stellen. De actie van personeel vergroot haar ellende en haar ‘probleemgedrag’ verder. Hier is dus geen sprake van **pedagogische straf** maar van ouderenmishandeling. Dé vuistregel is daarmee: als je iets doet waarover je vooraf geen rekenschap wil of durft te geven, zit je waarschijnlijk fout. Het is verkeerd om **impulsief te straffen**, vanuit frustratie. Wissel in teamverband geregeld ervaringen uit, bespreek omgangsalternatieven en zet een duidelijke lijn voor omgang en bezigheid uit.

Een ‘**evenredige straf**’ kán werken als voor de ander de relatie tussen gedrag en gevolg duidelijk én gelijkwaardig is. ‘Ik ben boos dat u me uitscheldt, en kom daarom nu niet bij u zitten. ‘U gooit dit bord kapot, daarom wil ik dat u meehelpt met opruimen.’

Contact en navragen bij de persoon in kwestie mag niet achterwege blijven. In plaats van over de cliënt, wordt vooral met hem of haar gesproken. Wat zegt hijzelf over diens gedrag en de beweegredenen ertoe? Kun je hem ergens in tegemoetkomen? Hamvraag is of iemand diens gedrag onder controle had en de gevolgen ervan kon overzien, dit heeft immers invloed op de gevolgen die je aan het gedrag kan verbinden. Een man met gevorderde dementie kun je niet vanwege diens afweren van zorg uit het verpleeghuis ontslaan.

In zorgorganisaties is er vooral contact met de cliënt als deze hulp nodig heeft. En wanneer hij probleemgedrag vertoont; hier krijgt dus alleen een piepend wiel olie. Bij onmachtgevoelens ontstaat daarbij een vernauwing van het blikveld, waarin vooral het knelpunt en daarop ‘passende’ machtsmiddelen worden gezien. Andere wegen geven meer kans op succes. Het is beter vooral gewoon tussendoor aandacht te geven, nauwkeurig te observeren welk positief en kalm gedrag er ook is en dat te versterken. Het is verder belangrijk inconsequente en wisselend reacties op het moeilijke gedrag te voorkomen, dit kan de spanning en onzekerheid vergroten en zo het gedrag juist versterken. Leg niet op alle slakken zout, selecteer en reageer op wat belangrijk is. Voorkom dat je samen in negatieve spiraal komt. Investeer in het contact. Het tijdelijk onthouden van positieve aandacht bij probleemgedrag werkt alleen als die aandacht eerder wél werd gegeven. Het kan dan al invloed hebben als de ander merkt dat je door diens gedrag teleurgesteld bent.

Bij ontoelaatbaar gedrag tussen bewoners denken we vlug in termen van dader/slachtoffer, en nemen het vervolgens voor de schijnbaar zwakkere partij op. Maar de vraag wie ‘schuld’ heeft is minder van belang voor de omgang hier en nu. Het gaat erom hoe je verdere escalatie voorkomt en veiligheid brengt. Na het sussen van gemoederen kun je alsnog (desgewenst)

mensen aanspreken op hun gedrag. Het begrip ‘veelzijdige partijdigheid’ is hier bruikbaar; dit houdt in dat bij een conflict ieder eigen en goede redenen voor het eigen aandeel. Dit kun je naar iedere betrokkene acceptabel verwoorden en daarvoor acceptatie laten merken. De dame die luidkeels anderen commandeert ‘Vindt dit blijkbaar heel belangrijk en heeft haar redenen daarvoor, anders zou ze dit niet zo doen.’ Na zo’n insteek is zij ook makkelijker apart te nemen voor een kalmerend gesprek op kantoor, zonder gezichtsverlies. Haar tafelgenoot kan tegelijkertijd worden gerustgesteld. ‘Vervelend dat dit net gebeurde. Ik zie dat u geschrokken bent, zo zou ik me ook voelen. Een collega praat nu met haar en we houden een oogje in het zeil als ze zo terugkomt. Kan ik iets voor ú doen?’ Een extra reden om de hardste roeper hier niet al te hard aan te pakken is dat straf vaak selectief werkt; ofwel zolang je in het zicht bent. Als je gezichtsverlies en wrok oproept, is de kans groot dat na je vertrek de ene cliënt de ander weer van jetje geeft.

Slechte vader?

Terug naar het verhaal. Vader Gepetto is vader vol liefde en zorgzaamheid. Hij geeft Pinokkio óók de ruimte, met alle missers door Pinokkio van dien. Onderzoek laat zien dat kinderen juist ruimte nodig hebben om te leren omgaan met gevaar. Overbezorgde ouders die hun kind bij elke stap volgen (Helikopterouders), werken juist een negatief zelfbeeld bij het kind in de hand, en later risicovol gedrag in de tienerleeftijd. Bijvoorbeeld Binge-drinken. Het kind alle risico onthouden is dus óók kindermishandeling. Maar als advocaat van Pinokkio kun je inbrengen, dat de pop daardoor onvoldoende richting kreeg, te weinig ‘structuur’ werd geboden. Welke vader laat zijn kind nu voor de allereerste keer alleen naar school gaan? Hij had toch móeten voorzien dat dit niet goed zou gaan? Maar ook met het ophangen van Gepetto schieten we niks op, en onthouden we Pinokkio een goede afloop. Laten we van beide hun goede bedoelingen binnen menselijke grenzen én hun feilbaarheid accepteren. Wie

zonder zonde is, werpe de eerste steen. Ieder heeft niet alleen recht op een tweede kans, maar ook op zijn eigen waarheid en een warm nest. En een beetje risico in het leven.

Ongelukkige stemming, ongelukkig gedrag

Misschien ligt het nóg een slagje anders met Pinokkio en Gepetto. En zat het niet in rijping of karakter, maar de stemming van het moment. Er zijn veel sprookjes en verhalen die het belang benadrukken van het denken aan de lange termijn, en het afzien van of regelen van het onmiddellijk nastreven van genot. Daarin staat Pinokkio niet alleen. Ook eenmaal volwassen lukt dit de ene persoon beter dan de ander. Een internationale groep wetenschappers vond dat een opgewekte stemming, bedrijvigheid bevordert die gericht is op lange termijn geluk en gezondheid. Neerslachtige mensen gaan juist voor een bezigheid die hier en nu verlichting of genot geeft. Zoals die gezinszak chips naar binnen werken in plaats van een gezond maal gaan bereiden. Wie goed gemutst is heeft kan beter stil te staan bij wat later komt en daarop hier en nu al in te spelen. Vermoeidheid, een slechtere concentratie en stress maken die denkrimte juist kleiner. Dit lijkt iets waar je niet zoveel kan, maar schijn bedriegt. Laten we het bij één voorbeeld houden. Stel je wil samen werken aan een andere en betere werkwijze. Meer regels en stress leggen op de werkvloer, betekent stimuleren van korte termijn denken. Voor een kwaliteitsverbetering is ruimte en rust nodig, niet alleen meer druk. Gezonde en betere zorg c lukken alleen als wordt gelet op en gewerkt aan het welbevinden van degenen die het voor elkaar moeten boksen.

Literatuur

Boersma H (2016). Investeren in geluk. Elsevier, 34 (72), 72.

Cline F & J Fay. (2006). Parenting with love and logic: Teaching Children Responsibility. NavPress, USA.

Geelen R (2005). Eerlijk duurt het langst? Omgaan met dementerende ouderen. Maandblad Activiteitssector, 4, 10-13.