

Inhoud

Inleiding	11
Oud worden is een kunst	11
Opbouw van het boek	18
Woorden van dank	19
Tot wie richt het boek zich?	20
Bronnen	20
Deel 1	
Communiceren is balanceren	21
1.1 Wat is communicatie?	21
1.1.1 Definitie van communicatie	21
1.1.2 Elementen van het communicatieproces	23
1.1.3 Wisselwerking tussen de processen	25
1.2 Op weg naar een verbindende communicatie met ouderen	26
1.3 Communiceren met ouderen is toch anders	28
1.4 Communiceren met ouderen vraagt een juiste basishouding	29
1.4.1 Elementen van een goede basishouding in de communicatie en de omgang met ouderen	29
1.4.2 Gebruik van de juiste luistertechnieken	30
1.4.3 Gebruik van de juiste spreektechnieken	30
1.4.4 Let op je non-verbale communicatie	31
1.4.5 Pas de omgeving aan	31
Om te onthouden	32
Bronnen	33

Deel 2

Veroudering en communicatieve vaardigheden 35

Inleiding 35

2.1 ICF-model van het menselijk functioneren 36

2.2 Algemene structurele en functionele veranderingen bij veroudering 37

2.3 Elementen die de communicatieve vaardigheden van de oudere bepalen 39

2.3.1 Gehoorproblemen 39

2.3.2 (Spreek)ademhaling 43

2.3.3 Stem 44

2.3.4 Spreektempo 48

2.3.5 Spraak 49

2.3.6 Taal 50

2.3.7 Meertaligheid 51

Besluit 51

Om te onthouden 52

Bronnen 53

Deel 3

Hoe te communiceren met ouderen in de dagelijkse omgang 57

3.1 Uitgangspunten voor het mondeling communiceren met ouderen 57

3.2 Uitgangspunten voor het schriftelijk communiceren met ouderen 59

3.3 Activiteiten en middelen die de communicatie met ouderen bevorderen 59

3.4 Bijzondere aandachtspunten in de communicatie met ouderen 60

3.5 Tot slot: een goede communicatie verbindt mensen 60

Om te onthouden 62

Bronnen 62

Deel 4

Praktische communicatietips voor ouderen met specifieke beperkingen 63

4.1 Communiceren met ouderen met dementie 63

4.1.1 Dementie? 63

4.1.1.1 De diagnose dementie 66

4.1.1.2. Behandeling?	66
4.1.1.3 Dementie en ons brein?	70
4.1.2 Dementie en communicatie?	75
4.1.2.1 Een schema om de communicatiemoeilijkheden en -mogelijkheden in te schatten	76
4.1.2.2 Een algemeen houvast voor de omgang met een persoon met dementie	78
4.1.2.3 Een selectie handige tips en technieken om te communiceren met personen met dementie	82
4.1.2.4 Herinneringen ophalen (reminiscentie)	87
4.1.2.5 Contact via muziek	88
4.1.2.6 'Validation'	89
4.1.2.7 Als een gesprek met woorden niet meer kan?	90
4.1.2.8 Technologie voor mensen met dementie, hun mantelzorgers en zorgverleners	92
Om te onthouden	94
Bronnen	95
4.2 Communiceren met ouderen met verwardheid	97
4.2.1 Verwardheid is niet hetzelfde als dementie: wat is verwardheid?	97
4.2.2 De aanpak van verwardheid door hulpverleners	100
4.2.3 Hoe kan je als familie en naaste omgaan met verwardheid?	100
Om te onthouden	101
Bronnen	102
4.3 Communiceren met ouderen met een Niet-Aangeboren Hersenletsel (NAH)	103
4.3.1 Wat is een NAH?	103
4.3.2 Herken de symptomen met de FAST-test	104
4.3.3 Getuigenis	104
4.3.4 Specifieke adviezen en tips voor de communicatie met oude- ren met een NAH	105
4.3.5 Communicatiestrategieën Con-tAct	107
4.3.6 Aangepaste agenda voor personen met een NAH	108
Om te onthouden	109
Bronnen	109
4.4 Communiceren met ouderen met gehoorstoornissen	110
4.4.1 Wat zijn gehoorstoornissen?	110
4.4.2 Signalen van gehoorverlies	110

4.4.3	Herken de symptomen van een gehoorverlies	111
4.4.4	Getuigenis	112
4.4.5	Specifieke adviezen en tips voor de communicatie met ouderen met een gehoorstoornis	112
4.4.5.1	Specifieke adviezen en tips voor de oudere zelf	113
4.4.5.2	Specifieke adviezen en tips voor de omgeving	113
4.4.5.3	Hulpmiddelen bij een gehoorstoornis	114
	Om te onthouden	115
	Bronnen	116
4.5	Communiceren met ouderen met gezichtsstoornissen	117
4.5.1	Wat is blindheid? Wat is slechtziendheid?	117
4.5.2	Hoe herken je een blinde of slechtziende persoon?	117
4.5.3	Getuigenis	118
4.5.4	Specifieke adviezen en tips voor de communicatie met ouderen met blind- of slechtziendheid	118
4.5.4.1	Kijken met je andere zintuigen	118
4.5.4.2	Communicatie- en omgangstips met ouderen met blind- of slechtziendheid	119
	Om te onthouden	121
	Bronnen	121
Deel 5		
	Digitaal communiceren met ouderen	123
5.1	Het belang van de buurt voor de oudere neemt toe	123
5.2	Het belang van digitale inclusie voor de oudere	123
5.3	ONLINE Buurten in de praktijk	124
	Om te onthouden	126
	Bronnen	126
Deel 6		
	Communiceren met ouderen met een anderstalige achtergrond	127
6.1	Het TOPOI-model	130
6.2	Sclera: een online pictogrammenboek	131

6.3 Beeldwijzer Thuiszorg	133
6.4 Andere interessante bronnen voor communicatie met allochtone ouderen	133
Om te onthouden	134
Bronnen	134
Deel 7	
Communicatie met laaggeletterden	135
7.1 Checklist 1: Communicatie op maat van laaggeletterden	135
7.2 Checklist 2: Is uw praktijk ingesteld op laaggeletterden?	136
7.3 Tien geboden voor toegankelijke schriftelijke communicatie	138
7.4 Tips voor een klare, duidelijke en goede tekst	139
7.5 Duidelijk schrijven op het internet	143
Om te onthouden	143
Bronnen	143
Deel 8	
Ondersteunde communicatie (OC)	145
8.1 Begripsomschrijving	145
8.2 Verschillende communicatiehulpmiddelen	146
8.2.1 Gebaren	146
8.2.2 Grafische symbolen	147
8.2.3 Woordenschatselectie	149
8.2.4 Communicatiekeuzehulp	150
8.3 Het belang van ondersteunde communicatie	150
Om te onthouden	151
Bronnen	151
Trefwoordenlijst	153
Over de auteurs	157