

Zin in zorg *lesmodules*

Herziene editie 2020

**Ethiek
Inspiratie
Zingeving**



**Lessen over inspiratie, zingeving en ethiek voor
zorgprofessionals en deelnemers verzorging en verpleegkunde**

- 2 lessen **Inspiratie in de zorg**
- 3 lessen **Aandacht voor het levensverhaal en zingeving**
- 2 lessen **Ethiek**

Met:

- **Werkbladen**
- Literatuur- en materialenoverzicht
- Aan de slag met **Bezieling in de zorg**

COLOFON

*Auteurs: Trijntje Scheeres-Feitsma, Marcia Smits,
Marije Stegenga, Marije Vermaas*

Vormgeving: Tineke Verhoeff (tinekewerkt.nl)

Redactie: Sandra van Tongeren en Esther Dwarswaard

Illustraties: Evelien Ruarus

*Fotomateriaal afkomstig uit Zin in zorg,
Menslievende zorg vroeger en nu, 2015-3, Reliëf*

© Reliëf, christelijke vereniging van zorgaanbieders.

INHOUDSOPGAVE

Introductie		4
Introductie les 1 & 2:	INSPIRATIE IN DE ZORG	6
Lesmodule 1:	wat of wie inspireert jou?	7
Werkblad 1:	Mijn inspiratie	10
Lesmodule 2:	Doorgeven van inspiratie	11
Werkblad 2:	Advies aan je latere zelf	14
Introductie les 3	AANDACHT VOOR DE MENS - HET LEVENSVERRHAAL	15
Lesmodule 3:	Aandacht voor de mens - het levensverhaal	16
Werkblad 3a:	Relaties	19
Werkblad 3b:	De verhaalcirkel	20
Introductie les 4 & 5:	AANDACHT VOOR ZINGEVINGSVRAGEN VAN DE ZORGVRAGER	21
Lesmodule 4:	Levensvragen en zingeving	22
Werkblad 4:	IJsberg	26
Lesmodule 5:	Omgaan met zingevingsvragen van de zorgvrager	27
Werkblad 5:	Gesprekskaartjes	31
Introductie les 6 & 7:	ETHIEK EN MORELE REFLECTIE	33
Lesmodule 6:	Ethiek: morele reflectie en waarden in de zorg	34
Werkblad 6:	Waarden benoemen	36
Lesmodule 7:	Ethiek: morele dilemma's en het moreel kompas	37
Werkblad 7:	Moreel dilemma	40
Bijlage I:	THEMA'S EN GESPREKSVRAGEN BIJ DE DVD BEZIELING IN DE ZORG	41
Bijlage II:	ARTIKEL: ZORGEN IS MENS ZIJN	45
Bijlage III:	GEDICHT: ZIE MIJ	48
Bijlage IV:	30X LEVENSVRAGEN	49
Bijlage V:	TIEN GEBODEN VOOR VERPLEEGKUNDIGEN	51
Bijlage VI:	VERDIEPING: LITERATUUR- EN MATERIALENOVERZICHT	52
Bijlage VII:	REFLECTIEKAARTJES	57
Bijlage VIII:	RELIGIEUS ERFGOED MENSLIEVENDE ZORG	60
Bijlage IX:	OVERZICHT GEBRUIKTE HYPERLINKS	62

INTRODUCTIE

De Zin in Zorg lesmodules omvatten een programma van zeven lessen voor opleidingen in de zorgsector. De meeste zorgprofessionals kiezen voor hun beroep vanuit een bepaalde motivatie, om iets voor een ander te kunnen betekenen. Deze lesmodules zijn bedoeld om stil te staan bij die motivatie en bij de reflectie op wat goede zorg is, en daarover in gesprek te komen. Het verlenen van zorg vraagt immers voortdurend om een reflectie op de vragen: Wat is in dit geval goede zorg? Hoe stem ik af op deze zorgvrager? Wat is voor mij van waarde in mijn werk?

 et is niet altijd eenvoudig om over deze onderwerpen in gesprek te gaan. Echter, van zorgprofessionals wordt in toenemende mate verlangd dat zij kritisch naar hun beroepsuitoefening kijken en verantwoordelijkheden nemen. Daarvoor is deze reflectie nodig in het dagelijks werk. Bovendien helpt dit om af te stemmen op de zorgvrager, op elkaar, en op de eigen drijfveren. Hiervoor kunnen zorgprofessionals hun werk met inspiratie, motivatie en bezieling blijven doen.

Dit programma omvat drie thema's en zeven lessen: inspiratie in de zorg (twee lessen), levensverhalen & zingeving (drie lessen) en ethiek & morele reflectie (twee lessen).

De Zin in Zorg lesmodules zijn samengesteld door Reliëf, christelijke vereniging van zorgaanbieders, in het kader van het project Religieus Erfgoed Menslievende Zorg. Daarom wordt er verbinding gelegd met de geschiedenis van professionele zorg en het overdragen van het erfgoed van zorgprofessionals uit het verleden.

Doelgroep

Deze lessen zijn geschikt voor opleidingen in de zorgsector en gericht op MBO niveau 3 en 4 en HBO. De lessen zijn afgestemd op deelnemers die een basis hebben gelegd wat betreft deskundigheid binnen hun beroepsveld, die ervaring hebben opgedaan in hun toekomstige beroepspraktijk en in staat zijn hierop te reflecteren. Daarnaast zijn de lessen zeer geschikt om te gebruiken binnen zorgorganisaties voor het verder professionaliseren van zorgprofessionals op het gebied van inspiratie, zingeving, levensverhalen en ethiek.

Competenties

De lesmodules sluiten aan bij onder andere de volgende competenties:

- Reflectie op de eigen beroepsopvatting en beroepshouding
- Communicatie met en afstemming op de zorgvrager
- Zorg op Maat – afstemmen op de ander en zijn waarden en normen
- Morele reflectie
- Kwaliteit van zorg

Bij de lesmodules

De lessen in dit programma zijn opgezet als praktijklessen, er worden steeds theorie en oefening afgewisseld. Elke afzonderlijke lesmodule beschrijft een les van circa 90 minuten, maar de lessen kunnen naar wens worden ingekort of uitgebreid. Een aantal lesmodules biedt keuzeprogramma's aan met verschillende werkvormen. Het programma is bedoeld als reeks, maar het is ook mogelijk om één thema te behandelen of één losse les.

Bij elke les hoort een werkblad met een oefening die aansluit bij het thema. Enkele opdrachten in de lessen verwijzen naar een filmpje van internet, podcast of naar de tv-serie *Bezieling in de zorg*. Bijlage I bevat een beschrijving van de afleveringen met bijbehorende gespreksvragen.

De lessen zijn opgebouwd uit interactieve werkvormen, gerichte inleidingen door de docent, filmfragmenten en verwerkingsopdrachten. Deze zijn alle gericht op het bevorderen van reflectie. Elke lesmodule heeft dezelfde structuur:

- Inleiding voor de docent (per thema)
- Lesdoelen
- Voorbereidingsopdracht
- Lesopzet met oefeningen/werkvormen tijdens de les en eventueel verwerkingsopdrachten
- Werkblad

Bijlage VI omvat een overzicht van literatuur, filmmateriaal, werkmateriaal enz. over de thema's in de lesmodules.

Bijlage IX bevat een lijst met gebruikte hyperlinks in het document, voor wie gebruik maakt van de geprinte versie.

Over Reliëf

Reliëf is een christelijke vereniging van zorgaanbieders, waarbij zo'n honderd zorgorganisaties zijn aangesloten. Reliëf zet zich in voor bezieling, inspiratie en ethiek in de zorg, en voor werken vanuit waarden. Vanuit de overtuiging dat menslievende zorg in de kern gaat om relaties, om mensen die iets voor elkaar betekenen, ondersteunt Reliëf zorgaanbieders om een omgeving te creëren waarin mensen tot hun recht komen. Reliëf helpt zorgaanbieders om de ethische, levensbeschouwelijke en spirituele dimensies van zorg een plaats te geven. Reliëf stimuleert aandacht voor de vraag en het verhaal van mensen die zorg behoeven. En verheldert ervaringen van zorgprofessionals en helpt deze in een perspectief te plaatsen.

Hiertoe verzorgt Reliëf scholing en advies aan zorgaanbieders, onder andere over moreel beraad en morele reflectie, levensvragen en waardegericht werken. Ook organiseert Reliëf congressen en bijeenkomsten rondom identiteit, ethiek en zingeving. Daarnaast geeft Reliëf het tijdschrift *Zin in zorg* uit, dat viermaal per jaar verschijnt. Zie voor meer informatie: relief.nl/zin-in-zorg.

Wij horen graag hoe jij deze lesmodules hebt gebruikt. Jouw reactie, vragen opmerkingen kun je sturen naar info@relief.nl.

INTRODUCTIE LES 1 & 2

INSPIRATIE IN DE ZORG

In deze eerste twee lessen staat het thema Inspiratie in de zorg centraal. De inspiratie van de professional kleurt de beroepsuitoefening. Zorgprofessionals geven vanuit hun inspiratie hun werk richting. Maar het is niet altijd eenvoudig om te verwoorden wat je inspireert in je werk, wat je drijfveren zijn of wat je motiveert.

BEZIELD ZORG VERLENEN

Wie met zorg in aanraking komt kent de waarde van bezieling, de waarde van mensen die hart hebben voor hun werk en hart hebben voor de mensen voor wie ze zorgen. Dat lijkt een romantisch beeld, maar zorgprofessionals komen ook in aanraking met leed dat hen raakt, met geweld, met mensen die grenzen opzoeken of overschrijden. En juist dan is het de kunst om je inspiratie te kennen en te blijven werken vanuit die inspiratie.

BESPREKEN WAT JE DRIJFT

Zorgprofessionals kiezen doorgaans hun beroep vanuit een intrinsieke motivatie, bijvoorbeeld om iets voor andere mensen te kunnen betekenen. Zorgprofessionals hebben de keuze gemaakt voor een opleiding in de zorg. Juist het in de praktijk kunnen brengen van wat hen drijft in hun beroep, maakt dat zorgprofessionals zin ervaren in hun werk. Het is goed als professionals zelf inzicht hebben in wat hen drijft en in hoe het komt dat de zin in hun werk onder druk komt te staan. Tijdens deze twee lessen over inspiratie in de zorg leren de deelnemers om hun inspiratie en motivatie te herkennen en te verwoorden. Ook leren zij om hierover met elkaar in gesprek te gaan, teneinde ook straks op de eigen werkplek hierover het gesprek aan te kunnen gaan.

KIJK OP HET LEVEN

Zorg gaat, net als onderwijs, terug op een traditie waarin mensen vanuit hun religieuze inspiratie omkeken naar de ander. Zusters en diaconessen – religieuze zorgprofessionals van vroeger – vonden in hun geloof de inspiratie om te zorgen. Zij staan aan de basis van de traditie van zorg en maken daarmee duidelijk hoe belangrijk inspiratie voor het vak is. Ook niet-religieuze zorgprofessionals ervaren inspiratie vanuit de wijze waarop zij het leven beschouwen en weten hoe essentieel dit is voor de invulling van hun vak.

INSPIRATIE EN VERBINDING

Sommige zorgprofessionals zijn zich misschien heel bewust van wat hen inspireert en motiveert en kunnen dat ook goed verwoorden. Anderen hebben niet vanuit een sterke intrinsieke motivatie voor dit beroep gekozen, of kunnen niet goed verwoorden wat hen drijft. Het ene is niet beter dan het andere. Daarbij kan de motivatie en inspiratie van zorgprofessionals ook veranderen of zich ontwikkelen naarmate zij ouder worden en meer (levens)ervaring opdoen.

Deze twee lessen zijn een handreiking om bij de eigen en andermans inspiratie stil te staan en hierover in gesprek te gaan, zodat dit in de beroepspraktijk van de zorgprofessionals tot uiting kan komen.

LES 1

INSPIRATIE IN DE ZORG: WAT OF WIE INSPIREERT JOU?



Tijdsduur:
ca. 90 minuten



VOORBEREIDINGSOPDRACHT



- Beschrijf in maximaal vijf zinnen waarom je hebt gekozen voor een opleiding in de zorg.
- Schrijf voor jezelf op: wie is een voorbeeld voor jou? En waarom?
- Wat neem je van diegene mee in je toekomstige beroep?
- Indien beschikbaar: vouw het ethiekbekje (te verkrijgen via bureaukwiek.nl).
- Of knip de reflectiekaartjes van bijlage VII uit.

INTRODUCTIE



5 minuten

- Leg kort het thema en de opzet uit.
- Tijdens deze lessen delen we persoonlijke verhalen. Spreek af hier respectvol en vertrouwelijk mee om te gaan.

GESPREK



20 minuten



- Bespreek de voorbereidingsopdrachten klassikaal of in groepen van drie of vier. Waarom heb jij gekozen voor een opleiding in de zorg? Wie is voor jou een voorbeeld en waarom?
- Of, indien de deelnemers beschikking hebben over ethiekbekjes, gaan ze in groepjes van vier hierover in gesprek. Stel elkaar om de beurt een vraag. Probeer elkaar naar aanleiding van het antwoord open vragen te stellen om de ander beter te kunnen begrijpen.
- Of, in groepen van drie deelnemers. De deelnemers pakken om de beurt blind een reflectiekaartje van de stapel en beantwoorden de vraag. De groepsleden vragen door.
- Ga daarna klassikaal in op de vraag: wat is voor jou van waarde in je werk in de zorg?
- Bespreek kort (ter bewustwording) hoe het is om met de ander te spreken over wat inspireert en dat dit ook een onderdeel is van het vak van de zorgverlener. Benadruk, voor de veiligheid in de groep, dat sommigen het gemakkelijk zullen vinden om dit te bespreken en anderen juist moeilijk, en dat de ene motivatie niet beter hoeft te zijn dan de andere.

lesdoelen

- Deelnemers leren te verwoorden wat hen inspireert.
- Deelnemers ontwikkelen taal voor inspiratie en zingeving in hun vak.
- Deelnemers maken kennis met het spreken over wat henzelf en de ander beweegt of zin geeft.
- Deelnemers leren waarden benoemen.



INSPIRATIE IN DE ZORG, VROEGER EN NU



25 minuten + 10 minuten



Wie besluit in de zorg te gaan werken, doet dat meestal vanuit een bepaalde motivatie. Vanaf de negentiende tot ver in de twintigste eeuw waren veel professionele zorgverleners religieuzen. In de serie *Bezieling in de zorg* gaan huidige zorgprofessionals in gesprek met religieuze zorgprofessionals van vroeger, over bezieling in hun werk. Zie bijlage I voor meer informatie over deze serie en gespreksvragen voor in de lessen.



Bekijk [aflevering 2 van Bezieling in de zorg](#), waarin zuster Mathea Levering en verpleegkundige Petra Meijer met elkaar in gesprek gaan over wat hen motiveert in hun werk.

Vraag de deelnemers om tijdens het bekijken van de aflevering, antwoorden op de volgende vragen te noteren:

- Wat inspireert Petra en zuster Mathea in hun werk in de zorg?
- Wat vinden zij belangrijk om te (kunnen) doen in de zorg?
- Wat herken je hiervan bij jezelf?

Bekijk op de [website van Archipel](#) het filmpje over contactverzorgende Laura.

Vraag de deelnemers om tijdens het bekijken van het filmpje, antwoorden op de volgende vragen te noteren:

- Wat waardeert Laura in haar werk?
- Waar wordt Laura blij van in haar werk?
- Wat herken je hiervan bij jezelf?

Zie bijlage I voor een omschrijving van deze aflevering van Bezieling in de zorg en bijbehorende gespreksvragen. Dit lesonderdeel kan ook als voorbereidingsopdracht dienen voor deze of de volgende les.

INHOUDELIJKE INLEIDING



10 minuten

Motivatatie en drijfveren in het werk zijn te verwoorden in termen van waarden. Geef kort uitleg over waarden en normen.

Waarden drukken uit wat voor iemand belangrijk of nastrevenswaardig is. Zoals vertrouwen, zorgvuldigheid, privacy, rijkdom, liefde. Er zijn waarden die voor jezelf belangrijk zijn, en waarden die bij je beroep horen. Vaak komen die voor een groot deel met elkaar overeen: wat in je beroep belangrijk is, is voor jezelf ook belangrijk. Dat maakt dat een beroep bij je past.

Normen zijn regels, afspraken of wetten waarin waarden concreet tot uitdrukking komen zoals:

- Informatie over een cliënt geheimhouden -> betrouwbaarheid, vertrouwen, veiligheid.
- Medicatie dubbel controleren voor je deze toedient -> veiligheid, gezondheid.

Ga hier kort op in, als inleiding op de volgende oefening. Het thema 'waarden en normen' komt uitgebreider aan de orde in de lessen over ethiek.

REFLECTIE



10 minuten



- Vul Werkblad 1 in. Wat vind jij belangrijk in de uitoefening van jouw beroep? Welke waarden staan er volgens jou centraal?
- Laat de deelnemers dit in tweetallen bespreken en inventariseer kort hoe de deelnemers hierin overeenkomen of verschillen.

VERWERKINGSOPDRACHT 2



10 minuten



Maak minstens vijftien kaarten met daarop verschillende waarden of gebruik de waarden uit het normen- en waardenspel (ter inspiratie kun je een waardenlijst vinden op de [website van Perspectief Uitgevers](https://www.perspectiefuitgevers.nl)).



Vraag de deelnemers om de beurt te vertellen over een zorgervaring waarin de zorg heel goed was, of juist heel slecht. Dit mag een situatie uit werk of stage zijn, maar ook een zorgervaring als patiënt of mantelzorger. Nodig de inbrenger uit om van de tafel een waarde te kiezen die in haar verhaal uitdrukkelijk tot zijn recht kwam (in een goede zorgsituatie) of onder druk stond (in een slechte zorgsituatie). Laat de deelnemer vertellen over deze waarde en waarom deze voor haar belangrijk is.

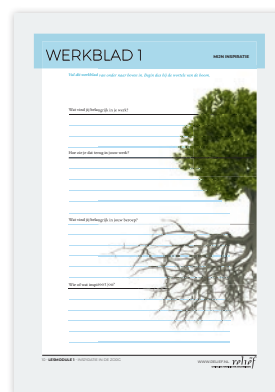
AFSLUITING



10 minuten



- Vraag de deelnemers: wat is voor jou de meerwaarde van spreken over inspiratie? Wat neem je van deze les mee?
- Geef uitleg over de interviewopdracht (zie les 2).



Voor literatuurtips en (film)materiaal over inspiratie in de zorg: zie bijlage VI.

WERKBLAD 1

MIJN INSPIRATIE

Vul dit werkblad van onder naar boven in. Begin dus bij de wortels van de boom.

Wat vind jij belangrijk in je werk?

Hoe zie je dat terug in jouw werk?

Wat vind jij belangrijk in jouw beroep?

Wie of wat inspireert jou?

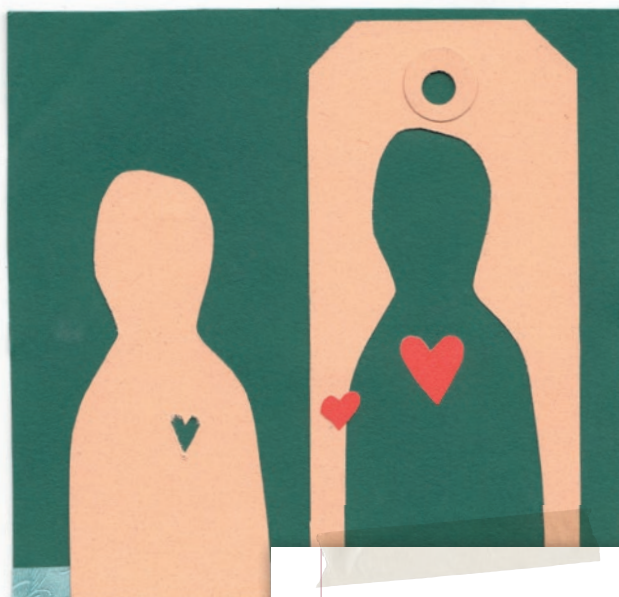


LES 2

DOORGEVEN VAN INSPIRATIE



Tijdsduur:
ca. 90 minuten



VOORBEREIDINGSOPDRACHT



1. Lees het artikel *Zorgen is mens zijn*, waarin zr. Mariëtta Zijlmans en verpleegkundige Hans Versluijs met elkaar in gesprek gaan. Zie bijlage II.

OF:



Luister naar podcast 6. Meander Moment | Warm en koud | Marianne | oncologie verpleegkundige. Beantwoord de vraag: je hoort de ontroering wanneer Marianne zegt: "daar doe ik het voor!" Wat denk je dat ze daarmee bedoelt?



2. Interview iemand die in de zorg werkt of heeft gewerkt. Het doel is om met ervaren zorgverleners in gesprek te komen over wat hen in hun werk inspireert en motiveert. Probeer een open gesprek aan te gaan over wat voor diegene van waarde is of was in het werk. Het hoeft dus geen gestructureerd vraaggesprek te zijn.

Besprek in elk geval deze vragen:

- Waarom koos je voor een beroep in de zorg?
- Wat maakt het werk voor jou van waarde?
- Kun je voorbeelden noemen van situaties waarin je voldoening uit je werk haalt? Licht toe.
- Soms lukt het niet om voldoening te halen uit het werk. In wat voor situaties is dat zo en waarom?
- Wat zou je aankomende zorg-professionals willen meegeven?

Maak een kort verslag van het gesprek.

- Beschrijf de belangrijkste dingen die je hebt besproken, bijvoorbeeld aan de hand van bovenstaande vragen.
- Beantwoord voor jezelf de vraag: wat neem ik mee uit dit gesprek; wat inspireert mij in mijn toekomstige beroep?
- Beantwoord voor jezelf de vraag: wat hoop ik in de toekomst in mijn vak te kunnen (blijven) doen?

In de les vertel je over het gesprek en wat je daaruit meeneemt.

Lesdoelen

- Deelnemers maken kennis met het spreken over wat de ander beweegt in het werk in de zorg.
- Deelnemers kunnen voorbeelden noemen waarin drijfveren in eigen en andermans werk tot uiting komen.
- Deelnemers kunnen reflecteren op hun eigen inspiratie en motivatie in hun toekomstige beroep.

INTRODUCTIE



5 minuten

- Herhaal kort het thema van de vorige les.
- Leg kort het thema en de opzet van de les uit.
- Benadruk (opnieuw) de vertrouwelijkheid van de les.

TERUGKOPPELING GESPREKKEN



20 minuten



- Vraag drie deelnemers om elk in vijf minuten te vertellen over de inspiratie en drijfveren van de zorgprofessional die zij hebben gesproken. Ga daarbij ook in op de vragen over wat de geïnterviewde meegeeft aan toekomstige zorgprofessionals en wat de student zelf meeneemt uit het gesprek. Deze opdracht kan ook in groepen van vier worden uitgevoerd.
- Inventariseer daarna bij de klas hun ervaringen en wat zij aan inspiratie meenemen uit de gesprekken.

FILMFRAGMENT EN GESPREK



10 minuten



De essentie van zorg – het contact tussen mensen en het zorgen voor elkaar – staat regelmatig onder druk. Zorgprofessionals noemen tijdsdruk, de verplichting om aan regels te voldoen die soms ingaan tegen wat je goede zorg vindt, veel tijd die gaat zitten in administratie en het afleggen van verantwoording.



In de aflevering 3 van Bezieling in de zorg spraken verpleegkundige Hans en zuster Mariëtta daar ook over. Laat een fragment zien uit aflevering 3 (13:38-15:25).

Zie bijlage I voor een omschrijving van deze aflevering van Bezieling in de zorg en bijbehorende gespreksvragen.



Vraag de deelnemers:
Wat leidt volgens jou af van wat belangrijk is in de zorg?
Hoe sta jij daar tegenover?

INHOUDELIJKE INLEIDING



10 minuten

Tijdens deze en de vorige les zijn we ingegaan op drijfveren van zorgprofessionals die als het ware het stokje aan de studenten doorgeven. Mensen blijven vaak geïnspireerd en gemotiveerd als zij hun werk kunnen vormgeven naar hun waarden; als zij de waarden die zij richtinggevend vinden, kunnen laten zien in de wijze waarop ze hun vak uitoefenen. Anderzijds kan alles wat afleidt van wat belangrijk is in de zorg, voor zorgverleners juist demotiverend werken. Oftewel, als hun waarden onder druk komen te staan.

REFLECTIE



20 minuten



Ga in gesprek over de volgende vragen:

- Ken je iemand uit je stage of werk die zijn drijfveren vormgaf in het werk? Hoe merkte je dat?
- Wat kun jij doen om geïnspireerd te blijven?
- Hoe denk jij dat de zorg er over twintig jaar uitziet?
- Hoe zou jij over twintig jaar nog geïnspireerd kunnen blijven in je werk?

ADVIES AAN JE LATERE ZELF



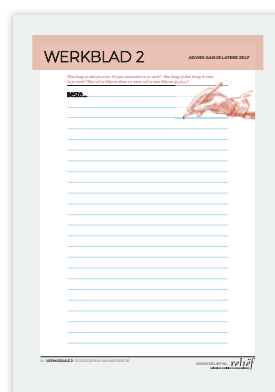
15 minuten



Alle deelnemers schrijven op Werkblad 2 een advies aan zichzelf over tien jaar over hun inspiratie in hun werk. Richtvragen kunnen daarbij zijn:

- Wat hoop je dat jou drijft in je werk?
- Hoe hoop je dat je dat terugziet in je werk?
- Wat wil je blijven doen en waar wil je aan blijven denken?

De deelnemers bergen dit advies op op een plaats waar de kans groot is dat ze het over een paar jaar terugvinden (in een doos op zolder, in een oud fotoboek). Ze kunnen dit advies ook in een envelop inleveren, en deze op een later moment (bijvoorbeeld bij diplomering) terugkrijgen.



EXTRA OPDRACHT VOOR OPLEIDINGEN VERPLEEGKUNDE/VERZORGENDE



Lees op fni.nl het dossier over Florence Nightingale.

Beantwoord in tweetallen de volgende vragen:

- Wat was voor Florence Nightingale belangrijk in haar werk?
Hoe gaf ze daar vorm aan?
- Wat spreekt jou aan in dit verhaal en wat niet?
- Wat neem je van haar verhaal mee in jouw werk?

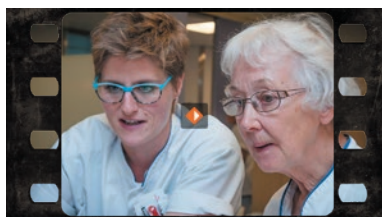
AFSLUITING



10 minuten



Bekijk het fragment van Bezieling in de zorg waarin zuster Mel Heuver een inspiratiebron blijkt voor verpleegkundige Mariëlle van Mersbergen (17:25-21:00).



OF:



Luister naar het lied Inspiratie, gezongen door Mathilde Santing op Youtube.



Ten slotte

- Vraag de groep: wat was in deze les van waarde en wat neem je hiervan mee?
- Bespreek het thema van de volgende les en de voorbereidingsopdracht.

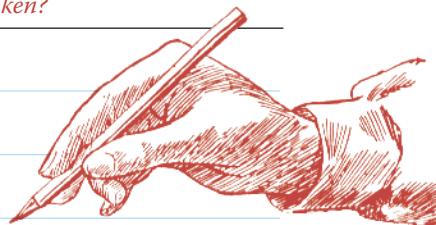
Voor literatuurtips en (film)materiaal over inspiratie in de zorg: zie bijlage VI.

WERKBLAD 2

ADVIES AAN JE LATERE ZELF

Wat hoop je dat jou over 10 jaar motiveert in je werk? Hoe hoop je dat terug te zien in je werk? Wat wil je blijven doen en waar wil je aan blijven denken?

Beste....



INTRODUCTIE LES 3

AANDACHT VOOR DE MENS – HET LEVENSVERRHAAL

Menslievende zorg is gericht op de hele mens. Niet alleen op diens lichaam, ziekte of zorgvraag, maar ook op wat er bij deze zorgvrager leeft. Goede zorg staat of valt met de manier waarop we de zorgrelatie aangaan en onderhouden. Het kennen van de mens achter de zorgvraag is belangrijk om goede zorg te kunnen bieden. Daarnaast is aandacht voor het levensverhaal van de zorgvrager van belang omdat het helpt om de identiteit van de cliënt in stand te houden en de zorg daarop af te stemmen.

WONEN IN EEN INSTELLING

Vooraf in de context van een instelling (bijvoorbeeld zorginstellingen voor mensen met een verstandelijke beperking, gesloten jeugdinrichtingen, verpleeghuizen of verzorgingshuizen) kan de persoonlijke identiteit onder druk komen te staan. De leefomgeving drukt immers een belangrijk stempel op de persoonlijke identiteit. Het doet iets met wie je bent. Verhuizen naar een instelling brengt altijd verlies met zich mee. Bestaande contacten veranderen van karakter en de vertrouwde woonomgeving moet achtergelaten worden.

ZORGRELATIE VERBETEREN

Wanneer zorgprofessionals aandacht hebben voor het levensverhaal van de zorgvrager, leren zij elkaar op een andere manier kennen. Zorgprofessionals leren te begrijpen wat de ziekte of handicap voor de cliënt betekent en wat er werkelijk toe doet voor die ander. Zo kan de zorgrelatie verbeteren en kan de zorg beter aansluiten bij de persoonlijke betekenisgeving van de cliënt.

INGANG VOOR ZINERVARING

Het levensverhaal blijkt bovendien een goede ingang te zijn om met cliënten over hun zinervaring te communiceren. Dat geldt niet alleen voor de zeer oude mens of de terminaal zieke patiënt die de behoefte heeft om de balans van zijn leven op te maken. Ook voor andere cliënten vormt de communicatie over het eigen levensverhaal vaak een aanleiding om de zin van het eigen leven ter sprake te brengen. Welke gebeurtenissen een centrale plaats krijgen in het levensverhaal is geen toeval. De gebeurtenissen krijgen hun betekenis in de context van het levensverhaal.

ONDERHOUD VAN HET LEVENSVERRHAAL

Het levensverhaal vraagt om onderhoud. Want zo lang iemand leeft wordt er elke dag een bladzijde aan het verhaal bijgeschreven. En dat doet een mens niet alleen. Daar praten we graag over met mensen die ons vertrouwd zijn. Bij de toenemende individualisering kan verwacht worden dat cliënten een groter beroep gaan doen op zorgprofessionals om met hen te praten over wat voor hen van waarde is. Werken met levensverhalen krijgt in toenemende mate aandacht in de zorg. Daarom zijn er verschillende methoden beschikbaar voor het maken van levensboeken of het schrijven van levensverhalen, bijvoorbeeld voor ouderen met dementie of oudere migranten.

LES 3

AANDACHT VOOR DE MENS - HET LEVENSVERRHAAL



Tijdsduur:
ca. 90 minuten



lesdoelen

- Deelnemers weten dat iedereen zijn eigen levensverhaal heeft.
- Deelnemers weten dat het kennen van een deel van het levensverhaal bijdraagt aan goede afstemming van de zorg voor de zorgvrager.
- Deelnemers weten dat respect voor het levensverhaal de zorgvrager in zijn waarde laat.

VOORBEREIDINGSOPDRACHT

Laat de deelnemers een persoonlijk item of voorwerp meenemen naar de les dat voor hen heel belangrijk is. Bijvoorbeeld een beeldje, een foto van een schilderij, iets van een hobby, een gedicht.

INTRODUCTIE



5 minuten

- Herhaal kort het thema van de vorige les, over het vasthouden van inspiratie in de zorg. Hebben deelnemers verder nagedacht over wat zij willen doorgeven?
- Leg kort het thema en de opzet van de les uit.
- Benadruk (opnieuw) de vertrouwelijkheid van de les.

INHOUDELIJKE INLEIDING



15 minuten



Bekijk de film [See me](#) op YouTube (4 minuten).



Het is ook mogelijk om het gedicht (bijlage III) voor te lezen.



Zorgvragers zijn mensen met een eigen levensverhaal. Zij zijn in de eerste plaats mens, met een zorgvraag. In de zorg is het belangrijk steeds weer oog te hebben voor de hele mens en zijn of haar levensverhaal. Hoe iemand is opgevoed? Waar hij heeft gewoond? Wat voor werk heeft zij gedaan? Wat is voor haar belangrijk geweest in het leven? Hoe is zijn relatie met zijn kinderen? De antwoorden op dit soort vragen vertellen ons ook iets over hoe iemand in het leven staat en wat iemand waardeert aan zorg.

Wanneer zorgprofessionals aandacht hebben voor het levensverhaal van de zorgvrager, leren zorgprofessionals en zorgvragers elkaar op een andere manier kennen. Zo kan de zorgrelatie verbeteren en kan de zorg beter aansluiten bij wat voor de cliënt van belang en betekenis is. Dat kan ingewikkeld zijn want dit betekent ook dat de zorg die je geeft voor iedereen anders is en jij dus steeds moet afstemmen. Het is belangrijk je hierbij te beseffen dat het niet gaat om het kennen van de feiten uit het levensverhaal van je cliënt maar om het kennen van de betekenis van die feiten. Dit is een belangrijk onderscheid. Bijvoorbeeld het feit dat een cliënt geen kinderen heeft geeft je nauwelijks informatie over hem. Dat je weet wat dit voor hem betekent (bijvoorbeeld verlies, vrijheid, verdriet, gemis, opluchting) en welke plek dit in zijn leven heeft ingenomen maakt dat je goed kunt aansluiten. Het vertelt je iets over wie hij is en wat voor hem belangrijk is.

In het gedicht is duidelijk dat de zorgvrager niet alleen maar een zorgvrager is, maar een heel leven achter zich heeft. Oog hebben voor bijvoorbeeld een schilderij, een foto aan de muur of een boek op het nachtkastje kan de zorgrelatie ten goede komen. Het kan je inzicht geven in wie iemand is. Hierdoor kan de zorg beter worden afgestemd op wat de zorgvrager belangrijk vindt.

VERTEL IETS OVER JEZELF!



10 minuten



- Deelnemers vertellen iets over zichzelf in tweetallen aan de hand van het meegenomen voorwerp. Wat zegt dit over wat zij belangrijk vinden? Wat is voor hen van waarde? Wat zou het voor hen betekenen als ze dit voorwerp zouden kwijtraken? Probeer open vragen te stellen die uitnodigen tot het vertellen van een verhaal.
- Bespreek klassikaal na: hebben de deelnemers elkaar beter leren kennen?

Indien deelnemers hun voorwerp zijn vergeten, kan deze oefening ook worden uitgevoerd met hun sleutelbos of portemonnee. De opdracht luidt dan: vertel iets over jezelf aan de hand van je portemonnee of sleutelbos.

FILMSUGGESTIE 1 OOG EN OOR VOOR LEVENSVRAGEN EN GESPREK



20 minuten



Bekijk de film Oog en oor voor levensvragen op YouTube (10 minuten).

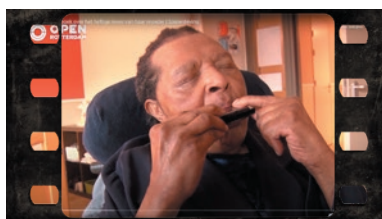


- Bespreek daarna klassikaal of in groepjes de volgende vragen:
- Hoe merk je aan de meneer dat hij ergens mee zit?
 - Wat zie je aan zijn lichaamshouding?
 - Hoe kun je als zorgprofessional het beste op hem reageren?
 - Wat doet de zorgprofessional in het contact met de oudere meneer? (oogcontact, vragen stellen, lichamelijk contact)
 - Waarom zou aandacht voor het levensverhaal voor hem bijdragen aan betere zorg?
 - Herken je dit van een werk- of stage-ervaring waarin dit goed ging? Wat gebeurde er?
 - Herken je dit van een werk- of stage-ervaring waarin dit minder goed ging? Wat gebeurde er?

FILMSUGGESTIE 2 LOUISA SCHRIJFT EEN BOEK



Bekijk de film Louisa schrijft een boek over het heftige levensverhaal van haar moeder, een schrijfproject voor oudere migranten.



Bekijk de film aandachtig en bespreek de volgende vragen in groepjes:

- Mevrouw Ofide heeft een moeilijk leven gehad. Kun je opnoemen welke life events je voorbij hoorde komen?
- Wat voor effect zou dit kunnen hebben op de dagelijkse zorg?
- Wat zou voor mevrouw Ofide belangrijk kunnen zijn in haar leven nu?
- Welke zingevingbronnen zie je in het filmpje voorbij komen?
- Welke aanknopingspunten heb je gezien of gehoord om een gesprek met haar over zingeving te hebben?

RELATIES



20 minuten

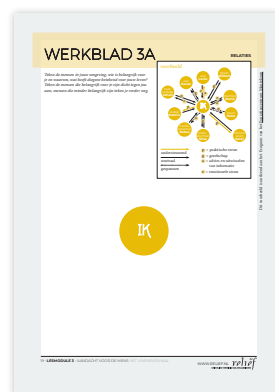
Een zorgvrager heeft een netwerk dat belangrijk voor hem is. Als zorgprofessional leer je deze relaties wellicht kennen als mantelzorgers, familie of vertegenwoordigers.



De deelnemers maken Werkblad 3a of 3b. Daarna bespreken ze de opdracht in groepjes van drie personen na.

Vragen:

- Welke invloed hebben de verschillende relaties op jou?
- Waarom is het als zorgprofessional belangrijk om oog te hebben voor soortgelijke relaties van je cliënt of patiënt?



DE VERHAALCIRKEL



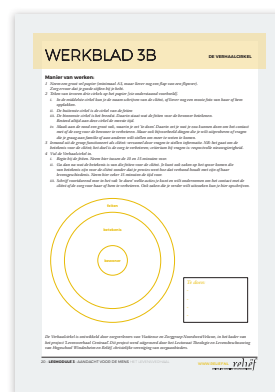
20 minuten



Vragen:

- Hoe is het om te vertellen over je leven?
- Hoe is het om te luisteren wanneer iemand anders iets vertelt over zijn/haar leven?
- Vind je het makkelijk of moeilijk om onderscheid te maken tussen feiten en betekenissen?
- Wat valt je op?

Opmerking: De verhaalcirkel is gemaakt om met je cliënt, familie of zorgteam in te vullen. De cliënt staat dan in het midden. Zo leer je de betekenis van de feiten uit het levensverhaal kennen en raak je er met elkaar over in gesprek. Maak op je werk of stage ook eens een verhaalcirkel over een cliënt. Wat valt je op?



AFSLUITING



10 minuten



- Vraag de groep: heb je meer geleerd over het belang van aandacht voor de context van de zorgvrager?
- Geef de studenten de voorbereidende opdracht mee van les 4.

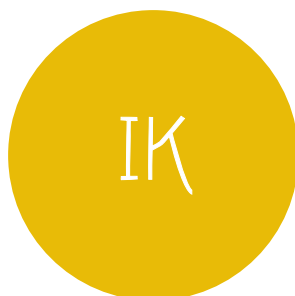
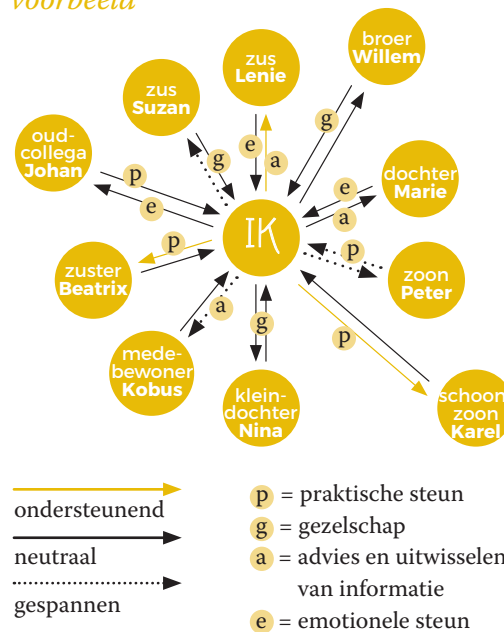
Voor literatuurtips en (film)materiaal over levensverhalen: zie bijlage VI.

WERKBLAD 3A

RELATIES

Teken de mensen in jouw omgeving, wie is belangrijk voor je en waarom, wat heeft diegene betekend voor jouw leven? Teken de mensen die belangrijk voor je zijn dicht tegen jou aan, mensen die minder belangrijk zijn teken je verder weg.

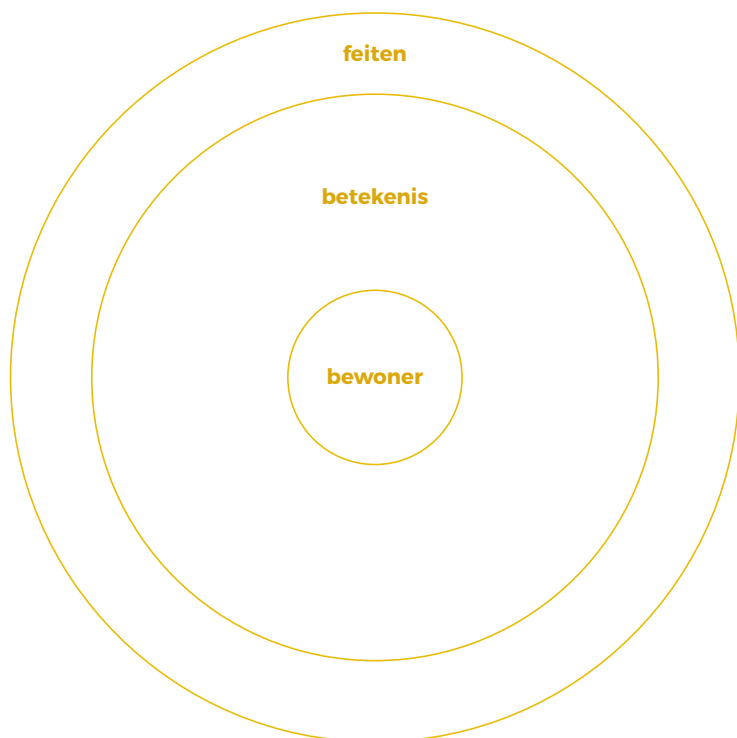
voorbeeld



Dit voorbeeld is ontleend aan het Ecogram van het Expertisecentrum Mantelzorg

Manier van werken:

- 1 *Neem een groot vel papier (minimaal A3, maar liever nog een flap van een flipover). Zorg ervoor dat je goede stiften bij je hebt.*
- 2 *Teken van tevoren drie cirkels op het papier [zie onderstaand voorbeeld].*
 - i. *In de middelste cirkel kun je de naam schrijven van de cliënt, of liever nog een mooie foto van haar of hem opplakken.*
 - ii. *De buitenste cirkel is de cirkel van de feiten*
 - iii. *De binnenste cirkel is het breedst. Daarin staat wat de feiten voor de bewoner betekenen. Besteed altijd aan deze cirkel de meeste tijd.*
 - iv. *Maak aan de rand een groot vak, waarin je zet 'te doen'. Daarin zet je wat je zou kunnen doen om het contact met of de zorg voor de bewoner te verbeteren. Maar ook bijvoorbeeld dingen die je wilt uitproberen of vragen die je graag aan familie of aan anderen wilt stellen om meer te weten te komen.*
- 3 *Iemand uit de groep functioneert als cliënt: verzamel door vragen te stellen informatie. NB: het gaat om de betekenis voor de cliënt; het doel is de zorg te verbeteren; criterium bij vragen is: respectvolle nieuwsgierigheid.*
- 4 *Vul de Verhaalcirkel in.*
 - i. *Begin bij de feiten. Neem hier tussen de 10 en 15 minuten voor.*
 - ii. *Ga dan na wat de betekenis is van die feiten voor de cliënt. Je kunt ook zaken op het spoor komen die van betekenis zijn voor de cliënt zonder dat je precies weet hoe dat verband houdt met zijn of haar levensgeschiedenis. Neem hier zeker 15 minuten de tijd voor.*
 - iii. *Schrijf voortdurend mee in het vak 'te doen' welke acties je kunt en wilt ondernemen om het contact met de cliënt of de zorg voor haar of hem te verbeteren. Ook zaken die je verder wilt uitzoeken kun je hier opschrijven.*



Te doen:

-
-
-
-

De Verhaalcirkel is ontwikkeld door zorgverleners van Viattence en Zorggroep NoordwestVeluwe, in het kader van het project 'Levensverhaal Centraal'. Dit project werd uitgevoerd door het Lectoraat Theologie en Levensbeschouwing van Hogeschool Windesheim en Reliëf, christelijke vereniging van zorgaanbieders.

INTRODUCTIE LES 4 & 5

AANDACHT VOOR ZINGEVINGS- VRAGEN VAN DE ZORGVRAGER

Medewerkers in de zorg krijgen, vaak terloops, te maken met zingevingsvragen, ook levensvragen genoemd. Levensvragen zijn belangrijke vragen waar ieder mens mee te maken krijgt, onder meer over leven en dood, goed en kwaad, de wereld, godsdienst en zingeving. Het zijn vaak vragen die leven onder de zichtbare oppervlakte.

Voorbeelden van zingevingsvragen zijn:

- Wat is de zin van mijn leven?
- Welk beeld heb ik over de dood en wat hierna gebeurt?
- Wanneer is mijn leven succesvol?
- Wie wil ik zijn voor mijn ouders, vrienden, familie?
- Bestaat er een God?
- Waarom overkomt mij dit?

Eerder aan de oppervlakte

Iedereen heeft deze vragen naar de zin van het bestaan of de bedoeling van je eigen leven. In bepaalde situaties kunnen deze levensvragen eerder naar de oppervlakte komen. Zoals wanneer je moet verhuizen, iets ingrijpends meemaakt of als je kwetsbaarheid ervaart, bijvoorbeeld door ziekte of ouderdom. In de zorg komen deze vragen daarom geregeld voor. Denk aan situaties van langdurige ziekte of handicap, plotseling ziek worden, aanstaand overlijden, een ongeluk of letsel. Maar ook aan ongewenste zwangerschap of juist kinderloosheid, of een partner, kind of familielid dat ziek of stervende is.

Niet altijd letterlijk

Soms stellen mensen levensvragen letterlijk, maar vaak maken mensen deze vragen niet zo expliciet. Een oudere verzucht bijvoorbeeld: 'Van mij hoeft het niet meer...' of een bewoner van een instelling vertoont agressief of passief gedrag. Soms liggen daar levensvragen aan ten grondslag. Het is belangrijk dat zorgprofessionals deze vragen leren herkennen en weten hoe zij hiermee om kunnen gaan, zodat zij er ruimte aan kunnen bieden.

Betekenisvol zijn voor de cliënt

Zorgmedewerkers geven aan dat zij met meer plezier hun werk doen als zij het gevoel hebben tijd te kunnen nemen voor de cliënt en op die manier van betekenis te kunnen zijn. In deze twee lessen staan we stil bij het belang van aandacht geven aan zingevingsvragen en de manier waarop zorgmedewerkers deze vragen kunnen herkennen en ermee om kunnen gaan.

In les 4 leren deelnemers het belang van aandacht voor levensvragen.

In les 5 leren zij met deze vragen om te gaan.

LES 4

LEVENSVRAGEN EN ZINGEVING



Tijdsduur:
ca. 90 minuten



lesdoelen

- Deelnemers weten wat levensvragen zijn en kunnen deze herkennen.
- Deelnemers weten waarom aandacht voor levensvragen belangrijk is.
- Deelnemers weten hoe zij levensvragen bij de zorgvrager kunnen ontdekken

VOORBEREIDINGSOPDRACHT



Bekijk de film Levensvragen: hart van zorg en welzijn (8 minuten).



INTRODUCTIE



5 minuten

- Herhaal kort het thema van de vorige les, over het belang van aandacht voor het levensverhaal.
- Leg kort het thema en de opzet van de les uit.
- Benadruk (opnieuw) de vertrouwelijkheid van de les.

INHOUDELIJKE INLEIDING



10 minuten

Gezondheid is meer dan alleen het ontbreken van ziekte of gebrek. Het gaat naast de fysieke en mentale gesteldheid ook om de spirituele conditie, het sociaal-maatschappelijk participeren en het dagelijks functioneren. Onderzoeker Machteld Huber onderscheidt in haar onderzoek naar een nieuwe definitie van gezondheid zes hoofddimensies van gezondheid:

1. Lichaamsfuncties
2. Mentale functies en -beleving
3. Spiritueel-existentiële dimensie
4. Kwaliteit van leven
5. Sociaal-maatschappelijke participatie
6. Dagelijks functioneren

Deze zes dimensies laten zien dat het in de zorg over de totale kwaliteit van leven gaat. Voor gezondheid is dus meer nodig dan alleen de medische zorg.

Als we gezondheid breder bekijken, zien we dat zingeving relevant is als onderdeel van de gezondheid.

Bekijk het [interview met Machteld Huber](#).



SPECIAAL VOOR OUDERENZORG

Het zorgleefplan dat veel in de VVT-sector wordt gebruikt, benoemt vier levensdomeinen die belangrijk zijn voor kwaliteit van leven van een cliënt:

- mentaal welbevinden van de cliënt als persoon
- lichamelijk gevoel van welbevinden en gezondheid
- daginvulling volgens eigen interesse en onderhouden van sociale contacten (participatie)
- woon- en leefomstandigheden

Aandacht voor levensvragen valt onder het eerste domein.

Aandacht voor levensvragen en zingeving vergroot het mentale welbevinden van een cliënt. Simpel gezegd: na een goed gesprek over wat van betekenis is voor iemand voelt de cliënt zich prettiger. Dit heeft ook weer invloed op hoe de cliënt zijn leven ervaart, en dat heeft weer invloed op het gevoel van welbevinden.

Het is voor zorgprofessionals een kunst op zich om zingevingsvragen te herkennen. Soms uiten zingevingsvragen zich ook in vreemd of onbegrepen gedrag. Een cliënt toont bijvoorbeeld passief of agressief gedrag. Dit gedrag kan voortkomen uit een gevoel van gebrek aan zingeving, of een zingevingsvraag. In deze les oefenen we het herkennen van levensvragen. Ook maken we een begin met het leren omgaan met levensvragen. In les 5 gaan we daar dieper op in.

Iedereen denkt weleens na over levensvragen of komt ermee in aanraking. Vooral in fases dat er veel met een mens gebeurt. Sommige vragen horen bij gebeurtenissen in het leven zoals ziekte, maar er zijn ook vragen die met ontwikkeling te maken hebben zoals ouderdom, of juist de weg naar volwassenheid.

GESPREK



20 minuten



Deel bijlage IV uit: '30x Levensvragen'. Laat deelnemers met elkaar in gesprek gaan over deze vragen:

- Over welke levensvraag of zingevingsvraag die je hier ziet staan heb je zelf weleens nagedacht?
- Wat doet het met je, om zulke levensvragen te hebben?
- Praat je wel eens met iemand over deze vragen? Met wie dan?
- Hoe zou het zijn om deze levensvragen met niemand te kunnen delen?

Zorgprofessionals komen in aanraking met levensvragen wanneer zij bij de cliënt aanwezig zijn. Leg onderstaande casus aan de deelnemers voor.

Je loopt stage in de thuiszorg en vier keer per week helpen jullie een oudere mevrouw met de dagelijkse verzorging. Jij bent er nu een aantal keer geweest. Deze mevrouw is slecht ter been. Ze is weduwe en woont alleen. Voor zover je weet komt ze haar huis niet veel uit. Ze heeft ook reuma en daardoor heeft ze pijn, waardoor ze niet veel beweegt en moeite heeft om 's ochtends uit bed te komen. Die ochtend wil je deze mevrouw helpen met douchen en je vraagt: 'Gaaf u mee naar de badkamer? En welke kleren wilt u vandaag aan, dan leg ik die klaar.' Mevrouw zegt: 'Ach kind, van mij hoeft het allemaal niet meer.'

Laat de deelnemers klassikaal of in groepjes de volgende vragen bespreken:

- Heb je weleens zoiets meegemaakt tijdens je werk of stage? Hoe ging je er toen mee om? Hoe reageerde je?
- Hoe ontdek je als zorgprofessional deze levensvraag? Denk aan alle zintuigen: wat zie je als je de kamer binnenkomt? Wat ruik je? Wat hoor je?
- Wat zou er achter de opmerking van mevrouw kunnen zitten? Bijvoorbeeld eenzaamheid, levensmoeheid, een korte nachtrust, een vervelende ervaring met een zorgprofessional de dag ervoor...
- Hoe zou je verder kunnen ontdekken wat er aan de hand is met deze mevrouw?
- Hoe zou je reageren op de opmerking van mevrouw?

NABESPREKEN



20 minuten



Bekijk de film: Levensvragen: hart van zorg en welzijn (8 minuten)



Laat de deelnemers in tweetallen de volgende vragen bespreken:

- Waarom vinden de managers het belangrijk dat er aandacht is voor levensvragen?
- Vind jij aandacht voor levensvragen ook belangrijk? Hoe zou je in een sollicitatiegesprek bij zo'n organisatie kunnen laten merken dat je aandacht voor levensvragen belangrijk vindt?
- Welke voorbeelden van levensvragen noemen de bestuurders? Vind je dit goede voorbeelden? Weet je er zelf nog meer te noemen?
- Welke les is er volgens de film te leren over wat goede zorg is? Ben je het hiermee eens?



30 minuten



Kwiekbekje

Op bureaukwiek.nl kun je het Kwiekbekje bestellen en vind je vouwinstructies. *Deze opdracht is niet van toepassing indien in de les over inspiratie ook het Kwiekbekje is gebruikt.*

Laat elke deelnemer het Kwiekbekje vouwen. In tweetallen gaan ze hierover in gesprek. Bespreek daarna klassikaal:

- Hoe was het om de vraag te stellen aan de ander?
- Hoe was het om naar het verhaal van de ander te luisteren?
- Heb je de ander beter leren kennen?

Met enkele simpele vragen ontstaat al een mooi gesprek over wat iemand belangrijk vindt!



Landkaart Mentaal welbevinden

Print of bestel de *Landkaart Mentaal welbevinden* via vilans.nl.

Maak groepjes van vijf deelnemers. Elk groepje krijgt een landkaart en bespreekt de volgende vragen:

- Er zijn vier domeinen benoemd: Verdriet, Vreugde, Verhaal en Verbondenheid. Welke vragen horen bij deze domeinen?
- Er zijn vier huizen benoemd: Huis van Zin, Huis van Verhalen, Huis van Troost, Huis van Contact. Waarom zouden deze huizen in deze domeinen staan?
- Welke woorden zouden vooral bij ouderen een rol kunnen spelen, welke vooral bij chronisch zieken?
- Welke woorden spreken je aan, welke minder?
- Welke woorden zouden in een gesprek met een zorgvrager weleens naar voren kunnen komen?



Stellingenspel

Bij dit spel kiezen deelnemers of ze voor of tegen de stelling zijn en geven daar argumenten bij. Verdeel de ruimte in een 'ja'- en een 'nee'-helft. Deelnemers die het eens zijn met de stelling, lopen naar 'ja', de rest naar 'nee'.

Leg de groep de volgende stellingen voor:

- Zorgmedewerkers hebben de taak cliënten bij hun levensvragen te begeleiden.
- Levensvragen komen vooral voor bij ouderen.
- Bij levensvragen moet je een geestelijk verzorger inschakelen.
- Het is belangrijk om op een levensvraag een antwoord te vinden.
- Je moet eerst zelf weten hoe je over een bepaalde levensvraag denkt, voordat je iemand anders kunt begrijpen.
- Wanneer iemand een levensvraag met je bespreekt, moet je je eigen overtuiging opzij zetten.

Je kunt je deelnemers uiteraard ook vragen zelf stellingen in te brengen.

SPECIAAL VOOR OUDERENZORG

Bekijk hoe het zorgleefplan eruitziet op zorgleefplanwijzer.nl.
Hoe zou je in het zorgleefplan kunnen opschrijven wat je in het zorgen voor mevrouw hebt ontdekt over haar zingelevingsvragen?



TV-serie *Bezielings in de zorg*

Bekijk één van de afleveringen van de serie *Bezielings in de zorg* en bespreek de bijbehorende vragen (bijlage I).



AFSLUITING



5 minuten



- Vraag de groep: heb je meer inzicht gekregen in levensvragen? Wat neem je hiervan mee?
- Huiswerkopdracht: maak Werkblad 4.

Voor literatuurtips en (film)materiaal over zingelevingsvragen: zie bijlage VI.

WERKBLAD 4

IJSBERG

Denk aan een bewoner of cliënt uit je werk of stage.

Welk gedrag vertoont de zorgvrager?

zichbaar, aan de oppervlakte

onzichtbaar

Welke emoties kunnen achter dit gedrag schuilgaan?

Welke levensvragen kunnen achter de emoties schuilgaan?

Welke levensvragen kunnen achter de emoties schuilgaan?

LES 5

OMGAAN MET ZINGEVINGSVRAGEN VAN DE ZORGVRAGER



Tijdsduur:
ca. 90 minuten



Lesdoelen

- Deelnemers weten hoe zij op levensvragen kunnen reageren.
- Deelnemers weten hoe zij kunnen omgaan met levensvragen.

VOORBEREIDINGSOPDRACHT

Bespreek de verwerkingsopdracht uit les 4 in groepjes van twee.

INTRODUCTIE



5 minuten

In de voorgaande les bespraken we waarom het belangrijk is om aandacht te geven aan zingevingsvragen. In deze les staan we stil bij de reactie van de zorgprofessional op de vragen.

- Leg kort het thema en de opzet uit.
- Tijdens deze lessen delen we persoonlijke verhalen. Spreek (opnieuw) af hier respectvol en vertrouwelijk mee om te gaan.

HERHALING VAN LES 4



Hoe zou je als zorgmedewerker kunnen reageren als een zorgvrager aangeeft dat zij niet gewassen wil worden, omdat het van haar 'allemaal niet meer hoeft'?

- Laat de deelnemers voor zichzelf een mogelijke reactie opschrijven. (5 minuten)
- Laat elke student zijn reactie opnoemen.

Deze opties zijn onder andere te benoemen:

- De zorgprofessional kan doorzetten en mevrouw toch wassen. Dit kan op dat moment of op een later tijdstip bij een andere zorgverlener agressie oproepen.
- De zorgprofessional kan weggaan om aan de wensen van mevrouw gehoor te geven. Mevrouw zal zich daardoor echter nog eenzamer voelen en ook op andere momenten laten blijken dat zij geen interesse heeft om mee te doen, zoals tijdens het eten of een dagactiviteit.
- De zorgprofessional kan de tijd nemen om mevrouw te vragen wat zij voelt of mist in haar leven. Vervolgens kan de zorgprofessional ingaan op iets persoonlijks van mevrouw, om haar te laten merken dat ze gezien wordt. Bijvoorbeeld iets uit haar levensboek, een schilderij of portret dat in de kamer staat, een dochter die op bezoek is geweest.
- De zorgprofessional kan hulp vragen van een geestelijk verzorger om een gesprek aan te gaan met mevrouw.

INHOUDELIJKE INLEIDING

Zorgprofessionals vinden het vaak moeilijk om op zingevingsvragen in te gaan omdat men zich er geen raad mee weet of omdat ze de vraag achter de vraag niet herkennen. Het omgaan met hulpbehoevende cliënten doet zorgprofessionals soms machteloos voelen en roept bij henzelf ook vragen op naar de zin van het leven. We hebben snel de neiging het te willen oplossen of beter maken voor de ander. Bij zingevingsvragen valt er vaak weinig op te lossen of beter te maken. Het komt er dikwijls op aan om het uit te houden met de vraag en de onmacht.

Het is niet zozeer nodig om uitgebreide kennis te hebben over levensvragen of levensbeschouwingen. Van groter belang is het vermogen om voor de cliënt van betekenis te kunnen zijn, om het contact te durven aangaan. Of dit mogelijk is, hangt voor een deel af van de persoonlijkheid van de zorgprofessional en diens vermogen om te reflecteren op spiritualiteit. In deze les doen we deelnemers daarvoor een handreiking.

Voor een deel hangt het vermogen om in te gaan op levensvragen af van het beleid en de cultuur van de organisatie. Organisaties kunnen medewerkers hierin tegemoetkomen, bijvoorbeeld door deskundigheidsbevordering via een geestelijk verzorger of door in zorgplannen ruimte te bieden voor het levensverhaal van de zorgvrager.

OVERIGE WERKVORMEN TIJDENS DE LES



30 minuten

De volgende lesmethoden kunnen worden gebruikt in deze les (keuzeprogramma):



Set inspiratiekaarten Mentaal welbevinden

Op zorgvoorbeter.nl staat een set inspiratiekaarten.

Leg de kaarten op een tafel en laat de deelnemers er één uitkiezen. Daarna bespreken ze in groepjes van vier de volgende vragen:

- Waarom heb je deze foto gekozen?
- Welke levensvraag kun je hierbij formuleren?
- Wat laat deze kaart zien over het welbevinden van de zorgvrager?



Als docent kun je zelf ook zelf een aantal foto's van internet halen die gaan over zorg en welbevinden.



Tips bespreken

Op zorgvoorbeter.nl staan zes tips voor het omgaan met levensvragen:

- Heb oog voor het levensverhaal van de zorgvrager en de zorgprofessional.
- Verdiep je in de geschiedenis van een zorgvrager.
- Zoek verbinding met oude rollen van de zorgvrager.
- Betrek andere zorgprofessionals, vrijwilligers en mantelzorgers bij de zorg.
- Blijf positief.
- Deel je kennis en kunde met het zorgteam en mantelzorgers.

Verdeel de klas in zes groepjes. Elk groepje bespreekt een van de tips. Hoe zou je de tip kunnen toepassen op het voorbeeld uit de introductie? Elk groepje koppelt terug wat zij hebben besproken. Welke tip vindt de klas het beste?

Ga in tweetallen uiteen en maak de interactieve presentatie: 'Aandacht voor levensvragen en liefdevolle zorg in uw organisatie'. Klik op start en maak de test! Overleg met elkaar welk antwoord het beste past.

Vragen:

- Herken je de situaties?
- Zie je jezelf deze reacties ook geven? Waarom wel/niet?



Rollenspel (3 x 10 minuten)

Uitspelen (10 minuten), nabespreken (10 minuten), nogmaals uitspelen met behulp van de tips (10 minuten).

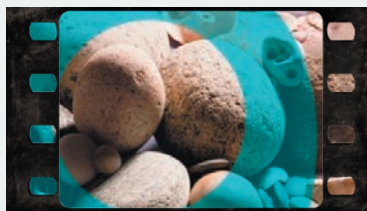
Deelnemer 1 is de zorgprofessional, Deelnemer 2 is de zorgvrager. De andere deelnemers observeren. De zorgvrager neemt een levensvraag in gedachten (zie bijlage IV voor suggesties), maar vertelt deze niet aan de zorgprofessional. De zorgprofessional probeert tijdens de zorghandeling aandacht te geven aan deze vraag.

De observanten schrijven op wat goed gaat, wat nog beter kan en wat totaal niet werkt. Op welke manier zoekt de zorgprofessional contact? Stelt hij open of gesloten vragen? Sluit hij aan bij de cliënt door contact te maken bijvoorbeeld door in gesprek te gaan over een persoonlijk item in de kamer of iets wat de cliënt heeft beleefd? Maakt de zorgverlener oogcontact?

- Bespreek na 10 minuten wat de observanten hebben gezien. Welke tips hebben zij voor de zorgprofessional?
- Geef nu de zorgprofessional het woord. Hoe merkte hij op dat de cliënt een levensvraag had? Op welke manier probeerde hij ruimte te geven aan de levensvraag? Kan de zorgprofessional benoemen welke levensvraag er speelde?
- Geef tot slot de cliënt het woord. Hoe ervoer die de aandacht van de zorgprofessional? Welke levensvraag had hij in gedachten? Had hij het idee dat de zorgprofessional werkelijk aandacht had voor de levensvraag?
- Laat de scène nogmaals spelen, door andere deelnemers, met de tips die de deelnemers hebben benoemd.



Bekijk een of twee afleveringen van de serie *In gesprek over levensvragen*. Bestel de dvd op vilanswebwinkel.nl of download en gebruik het [communicatieblad](#) bij de filmmaterialen.



Bij de dvd zit een boekje met vragen die je in de klas zou kunnen bespreken. De filmfragmenten tonen enkele nagespeelde situaties van de zorgsituatie en worden steeds aangepast na feedback van het publiek.



TV-serie

Bezieling in de zorg
Bekijk één van de afleveringen van deze serie en bespreek de bijbehorende vragen (bijlage I).

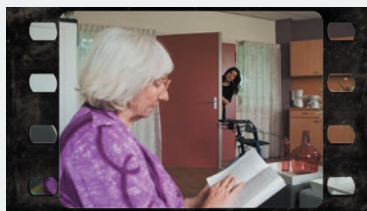




film

Omgaan met levensvragen in de dagelijkse zorg

Bekijk deze film op Vimeo
(5 minuten).



Bespreek daarna klassikaal of in tweetallen de volgende vragen:

- Hoe zie je dat mevrouw ergens mee zit? (Bijvoorbeeld: ze maakt geen aanstalten om mee te gaan naar de eetzaal, ze zit er wat lusteloos bij.)
- Hoe gaat de zorgprofessional er op in? (Bijvoorbeeld: ze stelt een open vraag.)
- Waarom zijn de stiltes in het gesprek zo belangrijk? (Bijvoorbeeld: mevrouw kan hierdoor zelf bepalen of zij wil vertellen wat haar dwars zit.)
- Hoe merk je dat de zorgprofessional mevrouw goed kent? (Bijvoorbeeld: ze neemt mevrouw aandachtig op, ze vraagt of er iets is, ze vraagt voorzichtig door.)
- Hoe besteedt de zorgprofessional aandacht aan mevrouw?
- Wat gebeurt er met mevrouw als ze ontdekt dat ze voor de andere vrouwen van betekenis kan zijn?

AFSLUITING

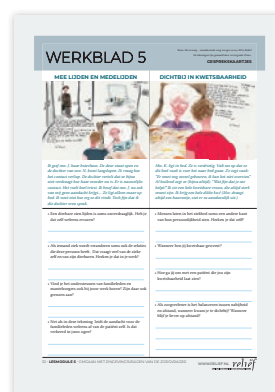


15 minuten



- Vraag de groep: heb je meer zicht gekregen op het herkennen en omgaan met levensvragen?
- Laat de deelnemers Werkblad 5 invullen.

Bespreek het thema en de voorbereidingsopdracht van de volgende les.



*Voor literatuurtips en
(film)materiaal over
zingevingsvragen: zie
bijlage VI.*

WERKBLAD 5

Bron: Zin in zorg – menslievende zorg vroeger en nu, 2015, Relief

De tekeningen zijn gemaakt door verzorgende Truus.

GESPREKSKAARTJES

MEE LIJDEN EN MEDELIJDEN



Ik geef mw. J. haar boterham. De deur staat open en de dochter van mw. N. komt langslipen. Ik vraag hoe het contact verliep. De dochter vertelt dat ze bijna niet verdraagt hoe haar moeder nu is. Er is nauwelijks contact. Het voelt heel triest. Ik besef dat mw. J. nu ook van mij geen aandacht krijgt... Ze ligt alleen maar op bed. Ik weet niet hoe erg ze dit vindt. Toch fijn dat ik die dochter even sprak.

- Een dierbare zien lijden is soms onverdraaglijk. Heb je dat zelf weleens ervaren?

- Als iemand ziek wordt veranderen soms ook de relaties die deze persoon heeft. Dat vraagt veel van de zieke zelf en van zijn dierbaren. Herken je dat in je werk?

- Vind je het ondersteunen van familieleden en mantelzorgers ook bij jouw werk horen? Zijn daar ook grenzen aan?

- Net als in deze tekening leidt de aandacht voor de familieleden weleens af van de patiënt zelf. Is dat verkeerd in jouw ogen?

DICHTBIJ IN KWETSBAARHEID



Mw. K. ligt in bed. Ze is verdrietig. Valt me op dat ze dit heel vaak is voor het naar bed gaan. Ze zegt vaak: "Er moet nog zoveel gebeuren, ik kan het niet overzien." Al huilend zegt ze (bijna altijd): "Wat fijn dat je me helpt!" Ik zie een hele kwetsbare vrouw, die altijd sterk moest zijn. Ik krijg een hele dikke kus! (Mw. draagt altijd een haarnetje, ziet er zo aandoenlijk uit.)

- Mensen laten in het ziekbed soms een andere kant van hun persoonlijkheid zien. Herken je dat zelf?

- Wanneer ben jij kwetsbaar geweest?

- Hoe ga jij om met een patiënt die jou zijn kwetsbaarheid laat zien?

- Als zorgverlener is het balanceren tussen nabijheid en afstand, wanneer kwam je te dichtbij? Wanneer blijf je liever op afstand?

INTRODUCTIE LES 6 & 7

ETHIEK EN MORELE REFLECTIE

‘Wat is in dit geval het goede om te doen?’ Zorgprofessionals komen deze vraag dagelijks in hun werk tegen. Soms gaat het om ‘kleine’ beslissingen, soms om besluiten die veel impact hebben of waarmee zorgprofessionals erg in hun maag zitten – en wat ze vaak letterlijk zo voelen.

Enkele morele dilemma's die je als zorgprofessional kunt tegenkomen:

- Help ik eerst mevrouw A, die boos wordt als ze niet vroeg geholpen wordt, of meneer B, die dat ook graag wil, maar nooit kritiek geeft?
- Mag ik de moeder van deze cliënt inlichten over haar gezondheid?
- Ik ben het niet er niet mee eens dat bij deze cliënt een behandeling wordt gestopt. Wat moet ik doen?

Ethische vragen

Bij een vraag als ‘wat is in dit geval het goede om te doen’ of ‘wat is in dit geval goede zorg’, kun je spreken van een ethische vraag. Ethiek is het zorgvuldig nadenken over wat goed of fout handelen is. Bij ‘ethiek’ denken veel mensen aan kwesties rondom leven en dood. Dat klopt ook, maar ethiek is juist ook te zien in heel veel andere dingen, alledaags of minder alledaags. Wat is goed handelen en waarom is dat zo? Van een moreel dilemma is sprake als je een besluit moet nemen waarbij het niet zonder meer duidelijk is wat het goede (of het minst slechte) is om te doen.

Juridische vragen

Het is goed om onderscheid te maken tussen morele vragen en juridische vragen. Die laatste gaan over wat volgens de wet, regelgeving of volgens beleid het juiste is om te doen. Meestal zijn die afspraken wel een afspiegeling van wat we ook goed vinden. Maar soms is dat niet zo, of vraagt een situatie om na te denken of je in dit geval de regel wel moet volgen.

Praktische vragen

Daarnaast is er een onderscheid tussen morele en praktische vragen. Morele vragen beginnen vaak met de woorden ‘mag ik...’, ‘moet ik...’ of ‘is het goed om...’ Praktische vragen gaan over wat het beste werkt of wat het handigst is om te doen. Die vragen beginnen vaak met ‘hoe moet ik...’

Kennismaken met ethiek

In deze twee lessen maken we op een laagdrempelige manier kennis met ethiek in de zorg. Daarbij sluiten we aan bij de ervaring van de deelnemers tot nu toe in hun werk en stage. Door het leren herkennen van ethiek en morele kwesties in het dagelijks werk en door het bespreken ervan, komt morele reflectie op gang. Dat gaat dus om de vraag: wat is volgens ons nu goede zorg?

Verantwoordelijkheid van de zorgprofessional

Juist in de zorg treden morele vragen op de voorgrond, vanwege de verantwoordelijkheid die professionals hebben ten opzichte van degenen voor wie zij zorg dragen. Vaak hebben morele dilemma's daarmee te maken. Zorgvragers zijn immers in bepaalde mate afhankelijk van de zorgprofessionals, omdat ze ziek zijn of een beperking hebben, maar ook doordat zij daarmee van alles aan de professional toevertrouwen. De zorgprofessional komt dus heel dichtbij in iemands leven, op lichamelijk en emotioneel gebied, en wat betreft familierelaties. In deze lessen gaan we daarom niet alleen in op morele dilemma's maar ook op de verantwoordelijkheid van de zorgprofessional.

Goede zorg – voor iedereen anders

De vraag wat goede zorg is, is niet gemakkelijk te beantwoorden. De ene situatie is de andere niet. En wat voor de een goede zorg is, is voor een ander nog geen goede zorg. Bijvoorbeeld: een dementerende cliënt die in een verpleeghuis woont, vraagt wanneer ze weer naar huis mag. Wat is dan het goede om te doen? Allerlei factoren spelen dan mee: de mate van dementie van deze mevrouw, of ze er al lang woont, wat voor haar belangrijk is, of ze angstig of rustig is enzovoort.

Door te stellen dat goede zorg in elke situatie iets anders kan zijn, zou je onverschillig kunnen worden. 'Het is toch voor iedereen anders.' Om te begrijpen wat voor iemand belangrijk is of wat iemand onder goede zorg verstaat, helpt het om dit in termen van waarden te bespreken. Dit kwam in les 1 en 2 over inspiratie al kort aan de orde.

Waarden en normen

Waarden zijn abstracte begrippen, het zijn dingen die je nastrevenswaardig en belangrijk vindt zoals vertrouwen, zorgvuldigheid, privacy, rijkdom, liefde. Normen zijn wetten, afspraken of gedragsregels waarin waarden concreet tot uitdrukking komen. Zoals de geheimhoudingsplicht (norm), daar ligt bijvoorbeeld vertrouwen en privacy (waarden) aan ten grondslag. Waarden en normen zijn dus met elkaar verbonden.

Samen werken aan goede zorg

Bij het achterhalen van de waarden die jou of een ander drijven, helpt het om te vragen: waarom is dat voor mij belangrijk? Dan komt uiteindelijk een waarde aan het licht. Vaak delen mensen waarden, en soms brengen ze die op een andere manier tot uiting. Het kan ook zijn dat mensen verschillende dingen belangrijk vinden, wat ze ook laten zien in hun handelen. Het achterhalen van waarden helpt om een ander beter te begrijpen.

Door regelmatig over morele kanten van zorg te spreken en door handvatten te krijgen om hierover te spreken, denken zorgprofessionals na over wat goede zorg volgens hen inhoudt. Zo werken ze samen aan kwaliteit.

LES 6

ETHIEK: MORELE REFLECTIE EN WAARDEN IN DE ZORG



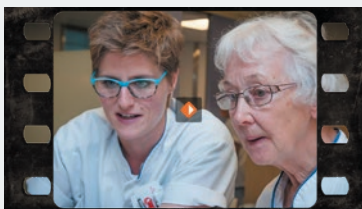
Tijdsduur:
ca. 90 minuten



VOORBEREIDINGSOPDRACHT



Kijk naar de aflevering van Bezieling in de zorg waarin zuster Mel Heuver en verpleegkundige Mariëlle van Mersbergen samenwerken op een ziekenhuisafdeling en in gesprek gaan over hun inspiratie en hun idee van goede zorg.



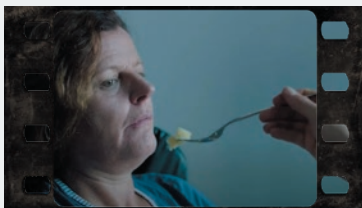
Wat is volgens zuster Mel en zuster Mariëlle goede zorg? Beschrijf dit aan de hand van een voorbeeld uit de aflevering. Hoe zie jij dat zelf?

Zie bijlage I voor een omschrijving van deze aflevering en bijbehorende gespreksvragen.

OF:

Kijk de video Sta even stil... maak het verschil (3) en beantwoord de volgende vragen:

- Wat roept de video bij je op?
- Wat wil de video zeggen over wat goede zorg is?
- Wat vind jij zelf goede zorg?



Lesdoelen

- Deelnemers kunnen een beschrijving van ethiek geven;
- Deelnemers kunnen een omschrijving en voorbeelden geven van waarden en normen;
- Deelnemers kunnen reflecteren op waarden die voor hen persoonlijk en in hun beroep belangrijk zijn.

INTRODUCTIE



15 minuten

- Vraag je deelnemers wat zij onder het begrip ethiek verstaan en geef kort uitleg (zie inleiding).
- Benadruk de vertrouwelijkheid van wat er in deze les wordt besproken.

GESPREK



20 minuten



Deelnemers gaan klassikaal of in kleine groepjes met elkaar in gesprek.

- Noem een moreel dilemma dat je recentelijk had, in je werk/ stage of in je persoonlijke leven.
- Welk besluit nam je?

INHOUDELIJKE INLEIDING



20 minuten

- Leg uit wat morele kwesties zijn en welke voorbeelden we daarvan kennen. Ga ook in op morele kwesties die in het dagelijks leven voorkomen en in het dagelijks werk van een zorgprofessional.
- Juist in de zorg hebben we het vaak over ethiek en morele dilemma's. Stel de deelnemers de vraag: waarom eigenlijk juist in de zorg?
- Leg het verband uit tussen morele dilemma's en verantwoordelijkheid en vraag de deelnemers naar voorbeelden uit hun eigen ervaring als zorgprofessional.
- Geef kort uitleg over waarden en normen.

GESPREK



30 minuten



Noem als docent een aantal normen die je zelf naleeft of die herkenbaar zijn in het werk in de zorg. Vraag je deelnemers: welke waarde zou daarachter zitten? Er zijn vaak meerdere antwoorden mogelijk. Juist omdat iemands drijfveren achter een norm niet altijd helder zijn, of omdat een waarde tot uiting kan komen in verschillende normen, is het de moeite waard om erover in gesprek te gaan. Het helpt om elkaar beter te begrijpen en om je eigen overtuigingen helder te krijgen.



Laat de deelnemers Werkblad 6 invullen.

Besprek het werkblad na met de deelnemers:

- Kun je benoemen welke waarden voor jou belangrijk zijn in je persoonlijke leven? Hoe zie je dat terug in jouw handelen?
- Welke waarden herken je in de praktijk van jouw werk/stage? Hoe zie je die in je handelen terug?
- Kun je situaties noemen waarin de praktijk tegen jouw waarden ingaat? Wat staat er dan onder druk?
- Inventariseer onderling: kunnen jullie elkaar vinden in elkaars waarden, of verschillen ze? Wat betekent dat voor jullie samenwerking, levert dat overeenstemming of juist verschil op?

AFSLUITING



5 minuten

Geef uitleg over de voorbereidingsopdrachten (zie les 7).

Voor literatuurtips en (film)materiaal over ethiek: zie bijlage VI.

WERKBLAD 6

WAARDEN BENOEMEN



Welke waarden zijn voor jou persoonlijk belangrijk?

1. _____
2. _____
3. _____

Hoe zie je dit terug in jouw doen en laten?

Waarvan raak jij verontwaardigd? Welke waarde staat er dan op het spel?

Welke waarden zijn voor jou belangrijk in je werk?

1. _____
2. _____
3. _____

Hoe zie je dit terug in jouw doen en laten?

LES 7

ETHIEK: MORELE DILEMMA'S EN HET MOREEL KOMPAS



Tijdsduur:
ca. 90 minuten



VOORBEREIDINGSOPDRACHT



1. Bekijk aflevering 4 van Bezieling in de zorg, over zorg voor mensen met een verstandelijke beperking.

- Wat is voor zuster Jeanetti en voor Gondeline goede zorg?
- Op welke punten komen ze daarin overeen?
- Gondeline vertelt dat haar zorg niet alleen op de kinderen gericht is, maar ook op de familie van de kinderen. Wat spreekt jou aan of wat leer je uit haar verhaal?



OF:



Luister de podcast Toendra aflevering #23 naar huis. In de podcast vertellen de herbergiers over wat zij wel en niet goed vinden. Beschrijf een paar van deze zaken.

En beantwoord de volgende vragen:

- Wat is volgens de begeleiders van 'De Herbergier' goede zorg?
- Waarom hebben de begeleiders van 'De Herbergier' toch een hek en een verklikker aangeschaft? Wat streven ze daarmee na?

2. Beschrijf een moreel dilemma dat je meemaakte in je werk of stage. Voor welk besluit stond je toen gesteld?

Zie bijlage I voor een omschrijving van deze aflevering en bijbehorende gespreksvragen.

Lesdoelen

- Deelnemers kunnen morele dilemma's uit hun eigen professionele praktijk herkennen en benoemen.
- Deelnemers herkennen en ervaren hun moreel kompas.
- Deelnemers zijn in staat om morele dilemma's vanuit verschillende perspectieven te belichten en te bespreken.

INTRODUCTIE



5 minuten

- Bespreek kort de opzet van de les.
- Benadruk de vertrouwelijkheid van de informatie die deelnemers met elkaar delen.

INHOUDELIJKE INLEIDING



20 minuten

- De deelnemers hebben de aflevering van Bezieling in de zorg bekeken. Bespreek met hen wat hen opviel of raakte in de aflevering. Zie hiervoor de vragen bij de voorbereidingsopdracht. Het is ook mogelijk om deze aflevering in de les te tonen.
- Herhaal kort de stof van de vorige les over morele dilemma's en waarden.

CASUS BESPREKEN



20 minuten



De deelnemers hebben ieder een moreel dilemma beschreven dat zij in hun werk of stage tegenkwamen. Vraag de deelnemers in kleine groepjes hun casus te bespreken.

- Vertel kort de casus aan elkaar.
- Welk moreel dilemma zag je? Welk besluit moest je nemen? Het helpt om de vraag te formuleren met de woorden 'mag ik..', 'moet ik..', of 'is het goed om...'. Let op: bespreek met elkaar geen oplossingen, laat adviezen achterwege en roep elkaar niet ter verantwoording. Oftewel: stel je oordeel of antwoord op de vraag uit.
- Welk dilemma uit deze groep zou je klassikaal willen bespreken?

OEFENING MOREEL KOMPAS



20 minuten



Met deze oefening leren deelnemers hun moreel kompas te herkennen en hun morele intuïtie te benoemen.

- Maak met tape een lange lijn op de vloer. Vraag een groepje om hun moreel dilemma te vertellen, opnieuw zonder een antwoord of oplossing.
- Vraag de andere deelnemers om op de lijn te gaan staan, waarbij de uiteinden staan voor tegenovergestelde handelingsopties. Bijvoorbeeld: een dementerende vrouw vraagt aan mij: weet je waar mijn moeder is? Maar haar moeder is al decennia geleden overleden. Het moreel dilemma kan dan zijn: mag ik in dit geval liegen? Het ene uiterste van de lijn staat voor 'ja, ik mag liegen', het andere voor 'nee, ik mag niet liegen'.
- Vraag de deelnemers om te vertellen waarom ze deze positie kiezen. Met welke waarden heeft dit te maken?

OF:



Laat deelnemers een dilemma uit hun eigen praktijk onderzoeken aan de hand van werkblad 7. Laat deelnemers hun afweging uitwerken en verwoorden op het werkblad.



VERDIEPINGSOPDRACHT



20 minuten



- Vraag de deelnemers om een of meerdere dilemma's te vertellen vanuit het perspectief van een andere betrokkene bij de casus. Dus vanuit het perspectief van de cliënt zelf, een familielid of een collega. Zeker als dit iemand is die een heel ander standpunt of belang heeft, kan dit verhelderend zijn.
- Welke waarden staan centraal als je het dilemma vanuit dit perspectief bekijkt?
- Hoe beïnvloedt dit je kijk op het dilemma?

Noot voor de docent: deze opdracht draait om perspectiefwisseling. Een moreel dilemma kan er heel anders uitzien door de ogen van iemand die op een andere manier bij de casus betrokken is. Het verplaatsen in een ander laat de deelnemers dit zien. Ook helpt het om te zien waar de verantwoordelijkheid van de zorgprofessional precies ligt en waar niet. Dat laatste kan een ander licht werpen op de morele vraag die de deelnemers aan het begin zeiden te hebben.

EXTRA OPDRACHT



20 minuten



- Lees bijlage V: Tien geboden voor verpleegkundigen, die zuster Heleen Melk in 1931 opstelde.
- Bespreek klassikaal of in groepjes van drie: wat aan deze geboden vind jij ook nu van belang? Wat niet? Licht toe. Wat leer je van deze geboden, wat inspireert je?

Deze extra opdracht kan ook worden ingezet als (schriftelijke) verwerkingsopdracht, die de studenten individueel of in groepjes maken.

AFSLUITING



5 minuten

Geef de deelnemers lees- en kijktips mee uit de literatuurlijst bij deze lesmodules.

Voor literatuurtips en (film)materiaal over ethiek: zie bijlage VI.

WERKBLAD 7

MOREEL DILEMMA

Morele dilemma: mag ik...? / moet ik...? / is het goede zorg om...?

Welke waarden staan op het spel in dit dilemma en bij wie horen die? Welke afweging moet je maken?



Thema's en gespreksvragen ter bespreking bij de serie Bezieling in de zorg

Zorgprofessionals van nu staan in een lange traditie van menslievendheid, die teruggaat tot diep in de negentiende eeuw. In heel Nederland zijn duizenden religieuzen (zusters, broeders en diaconessen) werkzaam geweest in de zorg. Onze kwaliteit van de zorg is ondenkbaar zonder de grote inzet en toewijding van de religieuzen. In de tv-serie *Bezieling in de zorg* (RKK) maken we kennis met vrouwelijke religieuzen die letterlijk en figuurlijk aan de basis van ons huidig zorgsysteem hebben gestaan. We nemen een kijkje bij ziekenhuiszorg, ouderenzorg, gehandicaptenzorg en thuiszorg. In iedere aflevering keert een zuster een dag terug naar de werkvloer. De religieuzen hebben inmiddels het stokje overgedragen aan zorgprofessionals maar praten met passie en toewijding over hun pionierswerk.

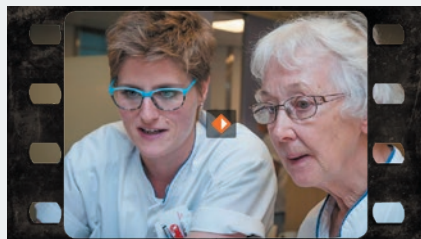
Een serie over menslievende zorg vroeger en nu – over goede zorg, waarden, bezieling en inspiratie.

De serie Bezieling in de zorg ontstond in samenwerking met Reliëf, christelijke vereniging van zorgaanbieders, als onderdeel van het project Religieus Erfgoed Menslievende Zorg. De serie en de dvd zijn mogelijk gemaakt met steun van Projecten in Nederland, een onderdeel van de Konferentie Nederlands Religieuzen en Sint Jacobs Godshuis.

Elke aflevering duurt ongeveer 25 minuten. In de les kan de docent een van de bijpassende thema's voorbespreken. Na het kijken van de aflevering kunnen deelnemers in groepjes of klassikaal in gesprek gaan over de bijbehorende vragen.

AFLEVERING 1: ZIEKENHUISZORG

Zuster Mel Heuver (76) van de Zusters van Liefde uit Tilburg werkte haar hele leven in de zorg, in het ziekenhuis op de afdeling Oncologie. Al vijftien jaar is ze gepensioneerd, maar haar hart klopt nog vol vuur voor haar vak. Ze maakt zich zorgen over alle bezuinigingen in de zorg, over alle technische ontwikkelingen, en de taken die daarbij komen kijken. Kunnen de huidige verpleegkundigen nog wel 'er zijn' voor de patiënt? Is het hart niet uit de zorg wegbezuinigd? Om daarachter te komen loopt de zuster een dag mee met Mariëlle van Mersbergen, verpleegkundige op de afdeling Neurologie van het St. Elisabeth Ziekenhuis in Tilburg.



Thema's

- Geschiedenis van de zorg
- Menslievende zorg, 'lieve zorg'
- Zingevingsvragen van de zorgvrager
- Spiritualiteit
- Manier van communiceren

Bekijk deze aflevering op [Youtube](#).

Mogelijke gespreksvragen

- Waar zou zorg volgens jou vooral over moeten gaan?
- Wat zouden zuster Mel Heuver en Mariëlle van Mersbergen bedoelen met 'het hart in de zorg'?
- Het St. Elisabeth Ziekenhuis in Tilburg wil het 'liefste ziekenhuis' zijn in Nederland. Wat zie jij als lieve zorg, als menslievende zorg?
- Wat vind jij ervan dat veel zorginstellingen zijn gestart door religieuzen? Kun je andere voorbeelden noemen van zorginstellingen die een religieuze oorsprong hebben?
- In hoeverre vind jij rust op de afdeling belangrijk voor een zorgvrager?
- Wat vind je ervan dat de verpleging een kaarsje aansteekt?
- In hoeverre vind jij aandacht voor spiritualiteit in de zorg belangrijk?
- Op wat voor manier maakt zuster Mel Heuver contact met de zorgvrager? Wat is er te leren van haar manier van kijken en vragen stellen?
- Hoe denk je dat de zorg er over veertig jaar uitziet?

AFLEVERING 2: OUDERENZORG

Zuster Mathea Levering loopt een dagje mee met Petra Meijer, verpleegkundige bij het verzorgingshuis Lycklama Stins. Dit verzorgingshuis heeft zijn oorsprong in het begin van de twintigste eeuw, toen de rijke familie Lycklama een verzorgingshuis voor katholieke bejaarden in Wolvega oprichtte. Zuster Mathea was er vroeger directrice (van 1978 tot 1999) en heeft Petra Meijer in die hoedanigheid aangenomen.



Zuster Mathea is lid van de Zusters van 'De Voorzienigheid'. Ze werkte in een internaat in Steenwijkerholt toen er een vacature kwam voor Lycklama Stins in het nabij gelegen Wolvega. Zuster Mathea werd benaderd, maar vond zichzelf in eerste instantie niet de meest aangewezen persoon. "Ik had geen hbo en ik vond eigenlijk wel dat je dat ervoor moest hebben. Toch kwamen ze steeds weer bij mij uit en ik ben het uiteindelijk gaan doen." Van de zusters die er hebben gewerkt, is alleen zuster Mathea nog actief bij Lycklama Stins.

In Lycklama Stins wonen zo'n 54 mensen. Vroeger waren dat 'gewoon' bejaarden, die niet per se zorgbehoefte hadden. Dat is tegenwoordig anders. Het zijn steeds vaker bewoners die dement zijn, of lichamelijk niet meer in staat zijn om zelfstandig te wonen. Tegenover het huis zijn aanleunflats.

Zuster Mathea komt er nog bijna dagelijks en voor veel bewoners is zij een aanspreekpunt. "Voor hen, ook de niet-katholieken, ben ik de zuster. En aan mij vertellen ze andere dingen. Dat is toch de rol die je hebt als religieuze." Ook draait ze mee in het schema van het pastorale team en gaat ze voor in de woord- en gebedsdiensten in het huis.

Thema's

- Keuze voor het vak van de zorg: motivatie en inspiratie
- Geschiedenis van de zorg
- Omgaan met spijt en teleurstelling in je werk
- Trots op je vak
- Aandacht voor zingeving

Bekijk deze aflevering op [Youtube](#).

Mogelijke gespreksvragen

- Waarom kies jij voor de zorg? Welke motivatie heb je om te werken in de zorg?
- Wat vind jij ervan dat veel zorginstellingen zijn gestart door religieuzen? Kun je andere voorbeelden noemen van zorginstellingen die een religieuze oorsprong hebben?
- Wat vind jij van de uitspraak: 'Wat je voor je medemens doet, doe je voor God'? Is voor jou je geloof een inspiratie in je werk? Zo ja, op welke manier?
- Hoe kun je omgaan met spijt of teleurstelling in je werk?
- Moeten zorgprofessionals volgens jou wel of geen uniform dragen? Waarom?
- Kun je trots zijn op je werk in de zorg?
- Hoe zouden mensen zich thuis kunnen voelen in een zorginstelling? Kan het ooit een thuis zijn?
- Wat vind je van de manier waarop zuster Mathea contact legt met de zorgvrager? Stelt ze open vragen, of juist niet?
- Wat vind je van het rapporteren in de zorg, waarom is het belangrijk en is alles even belangrijk om te noteren?
- Hoe kun je tijdens de zorghandeling een goed gesprek hebben met de zorgvrager?
- Hoe denk je dat de zorg er over veertig jaar uitziet?

AFLEVERING 3: THUISZORG

Zuster Mariëtta Zijlmans loopt een dag mee met verpleegkundige Hans Versluijs. Beiden ervaren hun werk als een roeping. Hans koos intuïtief voor de opleiding Verpleegkunde en kwam er al snel achter dat de zorg bij hem paste. Zuster Mariëtta had jong de wens om zuster te worden, en sloot zich aan bij de Liefdezusters van de Heilige Juliana van Falconieri, kortweg: de Juliaantjes.



Dat we in Nederland een beroep kunnen doen op de thuiszorg, vinden we vanzelfsprekend. Wie zichzelf niet goed kan verzorgen, kan een beroep doen op verzorging of huishoudelijke hulp. In heel Nederland zetten medewerkers van de thuiszorg zich van vroeg tot laat in om hulp te bieden bij de mensen thuis. Deze unieke vorm van zorg bouwt voort op het werk van rooms-katholieke religieuzen en protestantse diaconessen uit de negentiende en twintigste eeuw. Een prachtig voorbeeld daarvan vormen de Juliaantjes, voor wie eenvoud en dienstbaarheid het credo is. Duizenden gezinnen zijn door hen terzijde gestaan, met praktische hulp en een grote dosis liefde en humor. Vooral in de beginjaren leefden de zusters in dezelfde armoede als de gezinnen waar zij kwamen. Het ging niet om wat je kon verdienen met je werk, maar om wat je kon geven.

Thema's

- Aandacht voor de mens achter de zorgvrager
- Keuze voor het vak van de zorg: motivatie en inspiratie
- Geschiedenis van de zorg
- Voelsprietten voor zingevingsvragen
- Bezield werken
- Grenzen aan je taak en mogelijkheden

Bekijk deze aflevering op [Youtube](#).

Mogelijke gespreksvragen

- Waarom kies jij voor de zorg? Welke motivatie heb je om te werken in de zorg?
- Wat vind jij ervan dat veel zorginstellingen zijn gestart door religieuzen? Kun je andere voorbeelden noemen van zorginstellingen die een religieuze oorsprong hebben?
- Hoe kun je bij de zorgvrager ontdekken dat er iets aan de hand is? Denk aan al je zintuigen!

- Hoe kun je aandacht geven aan de zorgvrager tijdens de ‘zakelijke’ zorghandeling?
- Speelt geloof in jouw werk een rol? Hoe zou je omgaan met een gelovige uitspraak van een zorgvrager?
- Is zorgen voor een ander een levensstijl of een vak?
- Hoe kun je bezield (blijven) werken? En wat is dat eigenlijk?
- Hoe ga je om met de grenzen aan je taak en je mogelijkheden om te zorgen?
- Hoe denk je dat de zorg er over veertig jaar uitziet?

AFLEVERING 4: GEHANDICAPTENZORG

Zuster Jeannetti Dennissen (75) trad op haar twintigste in bij de Zusters van de Goddelijke Voorzienigheid. Ze kwam terecht bij Maria Roepaen, een katholieke instelling waar kinderen met een verstandelijke beperking werden opgenomen en verzorgd. Al haar ziel en zaligheid stopte de zuster in de kinderen, al was het werk zeer zwaar. In deze aflevering van Bezieling in de Zorg loopt zuster Jeannetti een dag mee met Gondeline Berbers, verpleegkundige bij zorginstelling Dichterbij.



Zuster Jeannetti stelt zichzelf de vraag: is de bezieling die de zusters vroeger voelden ook nu nog te vinden in de gehandicaptenzorg? Of hebben de bezuinigingen een negatief effect? Want juist bij deze groep kwetsbare kinderen is liefdevolle opvang belangrijk. Zoals een moeder in de uitzending zegt: ‘Ik praat liever niet over loslaten, maar over anders vastpakken. Dus ik ben blij dat ik voor mijn zoon hier een goede plek heb gevonden. En dan gaat het niet om een mooi huis, maar om de mensen die hem verzorgen.’

Thema's

- Aandacht voor de mens achter de zorgvrager
- Keuze voor het vak van de zorg: motivatie en inspiratie
- Geschiedenis van de zorg
- Perspectief van de familie
- Je eigen inbreng in de zorg
- Kracht voor je werk

Bekijk deze aflevering op [Youtube](#).

Mogelijke gespreksvragen

- Zou je zonder liefde in de zorg kunnen werken? Waarom wel, waarom niet?
- Waarom is het voor familieleden van een zorgvrager belangrijk dat ze erop kunnen vertrouwen dat de zorg voor hun geliefde goed is?
- Zou je je werk anders doen als een familielid meekijkt of meehelpt bij de zorg? Wat zou je anders doen en waarom?
- Wat geef je van jezelf in de zorg voor de ander? Gondeline noemt geborgenheid, veiligheid, liefde. Herken je dat?
- Hoe vind je het dat zuster Jeannetti niet geplaagd werd waar zij graag wilde werken? Gaat dat vandaag de dag nog steeds zo? Maak jij dit weleens mee? Welke kansen kan dat bieden?
- Wat zou zuster Jeannetti bedoelen met de uitspraak: ‘Zorgen zit in mijn bloed.’ Zie je dat zelf ook zo?
- Wat vind jij ervan dat veel zorginstellingen zijn gestart door religieuzen? Kun je andere voorbeelden noemen van zorginstellingen die een religieuze oorsprong hebben?
- Wat vind jij van een uniform voor zorgmedewerkers?
- Welke grenzen zitten er aan de lichamelijkeheid in de zorg?
- Waar(door) ontvang jij de kracht voor je zorgtaak?
- Hoe denk je dat de zorg er over veertig jaar uitziet?



BESCHERMHEILIGE JULIANA VAN FALCONIERI

De 'Juliaantjes' danken hun naam aan de heilige naar wie hun congregatie werd vernoemd: Juliana van Falconieri. Juliana leefde van 1270-1341 in Florence. Zij was afkomstig uit een rijke burgerfamilie die een fortuin had opgebouwd met de bewerking van wol. Maar Juliana wenste al op jonge leeftijd geen onderscheid te maken tussen afkomst, functie, aanzien of fortuin. Ze trad in bij een orde die haar oom had opgericht en legde alle rijkdom af om de armen en zieken te helpen. Ze stichtte zelf de orde der Mantellaten en was daar vijfendertig jaar overste.

TEKST: MIRJAM VAN DER VEGT
BEELD: BERTINA BARTLETT

MOEDER MARIËTTA ZIJLMANS LEGDE VRIJMOEDIG HAAR EEUWIGE GELOFTEN AF BIJ DE 'JULIAANTJES'. HAAR CONGREGATIE STOND AAN DE WIEG VAN DE HUIDIGE GEZINS- EN KRAAMZORG. VOOR HAAR IS ZORGEN GEEN WERK, MAAR EEN LEVENSVERVULLING. 'PRATEN, BREIEN EN WERKEN GING ALLEMAAL SAMEN HET GAAT OM VERBONDENHEID ZONDER TIJD. '

Let leven van zuster Mariëtta (79) nam een wending in een filmzaaltje in de achterstandswijken van Rotterdam. Als twintigjarige was ze in die periode betrokken bij de jeugdbeweging. Op die bewuste avond keek ze samen met een groep jongeren naar een vertelling van het leven van de Italiaanse priester Don Bosco. Haar ogen begonnen te glimmen als ze eraan terugdenkt. 'Ik was diep geraakt door de kinderen in de film en de zusters die voor hen zorgden. Dat wilde ik ook!' Maar thuis werden haar dromen niet aangemoedigd. 'Ik was er een van een elftal, en mijn moeder wilde dat ik thuis zou helpen. Ik werd dus naar de huishoudschool gestuurd en daarna heb ik drie jaar lang thuis gewerkt. Toen de mogelijkheid zich voordeed, ben ik bij een banketbakker gaan werken, zodat ze er vast aan zouden wennen dat ik niet altijd thuis zou blijven. Ik wilde zuster worden; dat wist ik zeker.'

GEEN MAN

Uiteindelijk vond zuster Mariëtta een gemeenschap waar ze warm van werd: de congregatie van Juliana van Falconieri (zie kader) die

vooral werkzaam is in de gezins- en kraamzorg. 'Toen ik dit met mijn moeder besprak, stelde zij kritische vragen. "Denk je dat je geen man kunt krijgen? Je bent een jonge vrouw, wat trekt je aan in deze congregatie? Kortom: wat bezielt je om zo'n beslissing te nemen?"' De overste zuster glimlacht. 'Eerlijk gezegd wist ik ook niet veel van het kloosterleven af, maar er was een innerlijke drang die ik niet goed kan verklaren. Ik hoefde zelf geen kinderen te krijgen, maar wilde voor de kinderen van anderen zorgen. In de gezinnen werken vond ik geweldig.' Na een opleiding in het klooster legde ze na vijfenhalf jaar haar eeuwige geloften af. En daar zit meteen een verschil met de zorg van nu. De zuster ziet het aan haar eigen thuiszorghulp die eens per twee weken langskomt. 'Mensen kiezen tegenwoordig niet snel voor een leven lang vasthouden aan je eerste bezieling. Je doet iets voor even, zolang het leuk is. Daar hoef je geen eeuwige geloften bij af te leggen.'

MENS MET DROMEN

Een ander verschil met vroeger is de tijd en de zakelijkheid. 'Van negen tot vijf maakte ik onderdeel uit van het gezinsleven. In de beginjaren meldde die gezinnen zichzelf aan in de steden waar wij als zusters werkzaam waren, later verliep dit via stichtingen. Zo'n veertig zusters waren werkzaam in de gezinnen waar mensen lief en



‘OOK VROEGER WAS ER EEN SCHREEUWEND TEKORT AAN HANDEN AAN HET BED’

leed met je deelden; praten en werken ging allemaal samen. Niet iemands ziekte stond voorop, maar de mens met zijn dromen en verwachtingen. Zo herinner ik me een man met ALS. Zijn vrouw kon hem niet meer verzorgen. De man ging steeds verder achteruit; eens viel hij uit bed op de grond en moesten we hem weer omhoog slijpen. Wat een lol hadden we toen met elkaar; ook met de zieke! Deze man wilde vroeger pater worden, dus nam ik hem af en toe mee naar de kerk. Je bouwde een band met elkaar op en had tijd voor verbondenheid.’

MEER ROEPINGEN

Na werktijd was er het gemeenschapsleven binnen de kloostermuren. Mensen die naar je verhalen wilden luisteren. ‘Het waren allemaal gelijkgezinden.’ Daarin voelt de zuster zich een bevoorrecht mens. ‘Ik hoor van mensen uit de zorg van nu dat er onder collega’s nog maar weinig onderling contact is. Alle roosters worden via e-mail rond gestuurd en ruimte voor onderling gesprek of gezelligheid is er niet.’ Het argument dat het nu drukker is dan vroeger, gaat niet op. ‘Ook vroeger was er een schreeuwend tekort aan handen aan het bed.’ Ze laat een klein traktaatje zien,

waarin de volgende uitspraak van een pastoor staat opgetekend: *Tja, als er maar méér roepingen waren.*

Eenvoud en dienstbaarheid is het credo van de Juliaantjes. Geen opsmuk en grote woorden, maar daden, net als de Heilige Juliana van Falconieri dat deed. Vooral in de beginjaren leefden de zusters in dezelfde armoede als de gezinnen waar zij kwamen. Het ging niet om wat je met je werk kon verdienen, maar om wat je kon geven. Na een lange, rijke traditie zal de congregatie nu langzamerhand verdwijnen. Overste zuster Mariëtta is de jongste zuster van het gezelschap dat nog elf vrouwen telt. Een paar jaar geleden verhuisden de zusters van het Julianaklooster in Heiloo naar een verzorgingshuis in Limmen.

HERINNERING

Ze mist vooral de prachtige kapel in het klooster. Als zuster Mariëtta de kapel bij een rondleiding door het oude gebouw binnenkomt, zucht ze diep. ‘Hier zat ik zo graag.’ Hier ontving ze de ruimte die ze ook zo graag weer doorgeeft. ‘Ons erfgoed is eenvoudig: blijf uit liefde en begrip voor je medemens zorgen. Stop met streven; blijf gewoon mens! En mens-zijn is niet zo ingewikkeld: het is er zijn

voor de ander en oog hebben voor elkaar. Mensen in hun eigen waardigheid laten zonder hun waardigheid over te nemen. Het begint met het accepteren van elkaar, ook al ben je het niet met elkaar eens. Wij spraken niet teveel over onze bezieling en het geloof; wij leefden het uit.’

Zelf kan overste zuster Mariëtta met dankbaarheid terugkijken op alles wat er op haar pad is gekomen. Ze was zuster, gezins-verzorgster en werd uiteindelijk ook overste van de orde – simpelweg omdat degene die deze taak zou overnemen stierf en zij de volgende op rij was. Die titels doen haar niet zoveel. Het allerbelangrijkste: ‘Ik heb kunnen doen wat mij bezielde. Ik ben mens geweest.’

Maak kennis met onder andere zr. Mariëtta Zijlmans tijdens de Zin in zorg inspiratiedag (relief.nl) of bekijk de DVD ‘Bezieling in de zorg - menslievende zorg vroeger en nu’ van de RKK/Reliëf (webwinkel.kro.nl).

DE BEZIELING VAN HANS VERSLUIJS ANNO NU

Let duurde vijfenhalf jaar voordat zuster Mariëtta haar eeuwige geloften aflegde. Ook Hans Versluijs (22) werkt inmiddels vijfenhalf jaar in de zorg. Hij begon op zijn zeventiende en werd gaandeweg steeds enthousiaster. Dat hij een van de weinige mannen is in het werkveld, wende snel. 'Ik houd van mensen en dat staat voorop.' Toch zou hij zich nooit zomaar voor eeuwig vastleggen, zoals zuster Mariëtta deed. 'Ik heb nog meer ambities; misschien kom ik ooit wel op de ambulance terecht of doen zich andere mogelijkheden voor. Die ruimte wil ik graag houden.'

COMMUNICATIE

Dat betekent niet dat Hans minder passie heeft voor zijn werk. 'Ik herken me erg in de manier waarop zuster Mariëtta omging met die persoon met ALS. Ze zag hem niet als ziek persoon, maar als mens. Voor mij is dit een waarde die ikzelf ook graag wil uitleven, ook al heb ik veel minder tijd met een cliënt dan de zusters destijds hadden. Dit is ook het gesprek dat we als collega's onderling met elkaar voeren: hoe behandel je bijvoorbeeld de oudere die je moet douchen? Is jouw wil wet, of geef je de ander ruimte om eigen regie te houden? Al heb je maar tien minuten, toch kun je

in je manier van communiceren verschil maken. Ik vraag altijd of iemand zijn haar wil wassen en op welke manier hij of zij gewassen wil worden. De ander mag zelf kiezen. En zelfs in tien minuten tijd kun je een persoonlijk gesprek voeren. We kunnen niet meer terug naar de tijd van overste Mariëtta, maar het is de kunst om hun waarden toch ook nu vast te houden.'

ROEPING

Het leven in een gemeenschap zoals de Juliaantjes deden, is tegenwoordig ook wel anders, erkent Hans. 'Je hebt als collega's weinig contact met elkaar. Daar kun je van balen, maar ook hier geldt dat je zelf kunt zoeken naar manieren om het toch mogelijk te maken. Zo ga ik aan het begin van mijn dienst altijd even langs kantoor om een babbel te maken, want anders kom je elkaar niet tegen. Op die manier houd ik het plezier vast.' Hans denkt dat net als vroeger, zorg tegenwoordig ook een soort roeping is. 'Mijn vrienden vinden het bijzonder wat ik doe. Het is voor velen toch makkelijker om achter een scherm te zitten dan echt contact met mensen te hebben. In die zin is de oproep uit het traktaatje van zuster Mariëtta ook nu nog van toepassing: waren er maar méér roepingen.'



ZIE MIJ

Wat zie je nu, zuster, als je zo naar me kijkt?
Een kribbig oud mens, wiens verstand langzaam wijkt?
Onzeker, verdwaasd, in 't verleden gevangen,
morsend met eten, bekruiemde wangen.

En het enige contact dat mij nog rest
is als je zegt: 'Doe nou eens je best.'
Zonder gesputter laat ik je begaan
je baadt me, je voedt me, je kleedt me weer aan.

Als dat alles is, kijk dan nog maar een keer
en kijk dan wat beter, want ik ben nog veel meer.
Laat me vertellen wie ik ben en wie ik was,
hoor mijn verhaal, want dan ken je me pas.

Eens was ik een kind, tien jaar oud hier nog maar,
dit is mijn gezin, we beschermden elkaar.
Zestien en klaar om de wereld te omarmen,
dromend van liefde om mijn hart te verwarmen.

Een bruidje van twintig, mijn hart maakt een sprong,
mijn belofte is heilig, ook al ben ik nog jong.
Met vijftientwintig ben ik zelf aan de beurt,
mijn leven wordt nu door mijn kinderen gekleurd.

Een vrouw van dertig, mijn kroost groeit zo snel,
nu nog verbonden, maar blijft dat straks wel?
Bij veertig hebben ze de woning verlaten,
met moeite vullen we samen de gaten.

Hier ben ik vijftig, weer kleintjes op schoot,
opnieuw omringd door kinderen, de blijdschap zo groot.
Maar dan wordt het donker, mijn lief overlijdt,
angst voor de toekomst, mijn vijand de tijd.

Mijn kinderen zijn druk met hun eigen gezin,
en ik denk aan de jaren en aan wie ik bemin.
Nu ben ik oud, mijn omgeving tot last,
lichaam en geest door de tijd aangetast.

Mijn huid is gerimpeld, kracht en gratie gaan heen,
op de plaats van mijn hart zit nu een steen.
Maar diep in dit lichaam woont nog immer dat kind,
dat danst en verliefd is, dat zingt en bemint.

Ik houd van dit leven en beleef het steeds weer,
ik proef nog de vreugde, maar ook vaak het zeer.
Ik denk aan de jaren die zijn weggedreven,
probeer me te schikken in wat is gebelev.

Dus open je ogen en kijk nog eens goed,
besef dat de tijd ook met jou straks dit doet.
Kijk in mijn hart, zuster, maak me weer blij,
kijk nog wat beter, kijk en zie... MIJ

Verpleegkundige Phyllis
McCormac schreef dit gedicht
in 1966 naar aanleiding
van haar ervaringen in het
ziekenhuis.

TEKST: PHYLLIS MCCORMACK
NEDERLANDSE VERTALING:
PAULINE VAN TIENHOVEN

30X LEVENSVRAGEN

IEDEREEN HEEFT LEVENSVRAGEN, VRAGEN OVER DE BETEKENIS OF ZIN VAN ONS BESTAAN. ALS NAASTE OF ZORGOVERLENER ZOU JE IEMAND EENS ZO'N LEVENSVRAAG KUNNEN STELLEN - JE ZULT ZIEN DAT DIT VAAK LEIDT TOT MOOIE GESPREKKEN OVER WAT VOOR IEMAND VAN WAARDE IS.
Maar stel de vragen ook eens aan jezelf!

TEKST: WOUT HUIZING, ILLUSTRATIE: ANNE-BRECHTJE DE VRIES

① Feit: levensvragen zijn belangrijke vragen waar ieder mens mee te maken krijgt, ondermeer overleven en dood, goedenkwaad, de wereld, godsdiensten zinging.

Denk eens na over vrijwilligerswerk waarin je iets voor een ander kunt betekenen en waar je zelf plezier aan kunt beleven.

7 Waar ben je (weleens) bang voor?

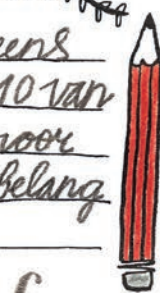


9 het tv-programma 'Man Bijt Hond' bracht allerlei levensvragen van ouderen in beeld, van vragen over seks tot begrafenisrituelen.

Bekijk eens een filmpje op youtube!

2 ~~Maak eens een top 10 van zaken die voor jou van belang zijn.~~

5 WANNEER VOEL JE JE GEELUKKIG? WAT IS GEELUK VOOR JOU?



3 WAT IS JE GROOTSTE DROOM?

6 Heb je je weleens afgevraagd wat LEVENSVRAGEN zijn?



8 HOE KIJK JE NAAR DE TOEKOMST?

11 Waarop ben je TROTS?



10 Maak een collage van mooie momenten uit je leven.

-12- HEB JE EEN LIJFSPREUK OF MOTTO?

13
WAT voel JE
ALS JE JE
EENZAAM
VOELT?

14
WAAR ZOU
JOUW (LEVEN'S)
BOEK OVER GAAN?

zie:
www.reliëf.nl

15 **VUL AAN:**
ik heb maar één levensvraag en dat is:

_____?

16. HOE ZIE JE JEZELF

17
HOE ZOU JE WILLEN
ZIJN?

18
Waar heb
je spijt van?

Wie
is
BELANGRIJK
voor
je?

19

Op de website www.geestelijkverzorging.nl vind je meer informatie over levensvragen

20
hoe denk
jij over
LEVEN
na de
DOOD?

21 Stel - je bent tachtig.
Hoe kijk je dan terug
op de huidige periode
in je leven of de keuzes
die je hebt gemaakt?

22 Waar ben je
goed in?

25

23 Bekijk op Youtube
het filmpje "oog en
oor voor levensvragen"
via de zoek woorden:
expertisenetwerk
levensvragen en
ouderen.

WIE OF WAT INSPIREERT
JOU? DENK AAN BIJ-
VOORBEELD: MUZIEK,
SPORT, FILM, GELOOF,
HOBBY'S, BOEKEN.

24
Wat maakt
voor jou een
dag de
moeite
waard
?

26

WIE IS GOD voor jou?
28
Wat is
liefde?

27 WAARIN VIND JE
HOU VAST OP
MOMENTEN VAN
TEGENSLAG?

29. Hoe denk je over
onze huidige samen-
leving met verschillende
culturen
&
geloven?

30 Maak een
vaas waarin
je briefjes ver-
zamelt waar op
je noteert voor welke
dingen je dankbaar
bent. Pak deze vaas
ereens bij als je niet
goed in je
vel zit.



1. WEES VOL VAN UW ZIEKEN, LEEG VAN UZELF

Word dan pas verpleegster als ge er naar verlangt Uw naaste, de gemeenschap, te dienen. Als ge U 'geroepen' voelt zieken te helpen en begrijpt, dat ge in de ziekenkamer vol van Uw zieken, leeg van Uzelf moet zijn.

2. BEDENK DE GROTE VERANTWOORDELIJKHEID, DIE DE ZIEKENVERPLEGING U OPLEGT

Bedenk hoe één onnauwkeurigheid, één fout, het leven van een mens, het geluk van een familie kan vernietigen.

3. EEN INTELLIGENTE GEHOORZAAMHEID WORDT VERWACHT

Anderen kunnen gehoorzamen is één der eerste eisen. Doch een intelligente gehoorzaamheid wordt hier verwacht, niet een botweg uitvoeren van bevelen.

4. GROTERE KENNIS EN BEDREVENHEID ALLEEN GEVEN HET RECHT, DE PLAATS DER VERWANTEN IN TE NEMEN

Bedenk wel, dat ge in liefde en zorgzaamheid een moeder, een echtgenote, een dochter, nooit kunt overtreffen.

5. VERWAARLOOS UW UITERLIJK ZO MIN ALS UW INNERLIJK, NOCH UW MANIEREN

Een eerste indruk kan van zoveel betekenis zijn voor den zieke, die zich aan U moet toevertrouwen, voor de familie, die de zieke aan U moet overlaten. Wellevendheid maakt het leven van allen, die met U in aanraking komen, aangename, ook van Uw collega's.

6. TREED BESLIST OP

Overweeg te voren, stel U eerst goed op de hoogte, doch als ge handelt, handel dan kalm en zeker, opdat Uw patiënt zich vol van vertrouwen aan U kan overgeven. Zo zult ge een hulp en een steun voor hem worden en hem kunnen helpen, de vaak slappe wens om te genezen, te maken tot de krachtige wil om te genezen.

7. SPREEK NOOIT OVER UW PATIENT, OF OVER ZIJN ZIEKTE, MET ANDEREN

Al, wat in de uitoefening van Uw beroep ter Uwer kennis komt, moet beschouwd worden als een ambtsgeheim. Ook in Uw leerjaren, vóór ge de belofte tot stilzwijgen hebt afgelegd.

8. SPREEK EN BEWEEG U RUSTIG

Haastige, drukke mensen zijn een kwel-

ling voor een zieke. Maar, rustig zijn sluit vlugheid en opgewektheid niet uit. Een zonnige zuster is een zegen in de ziekenkamer, waar de vreugde ook haar scepter kan zwaaien, zij het op stille wijze.

Florence Nightingale voegt in 'Notes on Nursing' aan dit punt een loopadvies toe: rustig, maar kordaat.

9. LEEF HYGIËNISCH, VOORHOM BESMETTING, ZORG VOOR GEREGLDE ONTSPANNING

Doordring U van de grote waarde van het gezegde: Voorkomen is beter dan genezen. Niet alleen ten bate van Uw zieke, doch ook van Uzelf. Leef hygiënisch, voorkom besmetting, zorg voor geregelde ontspanning, die – geen grote inspanning worde.

10. HOUD DE NAAM VAN UW ZIEKENHUIS, CORPS HOOG

Streef er naar, Uw beroep te verheffen. In dezelfde mate als het aanzien der verplegenden stijgt, neemt het vertrouwen in hen toe. Gij doet oneindig meer voor Uw patiënt, als ge hem technisch wel uitstekend helpt, doch hem door Uw optreden dit vertrouwen ontnemt, zodat hij zich in Uw hoede niet veilig en geborgen weet.

Onderstaande literatuur, materialen en musea kunnen gebruikt worden ter verdieping bij de lessen.

LITERATUUR



• Dilemma's in kaart; Methode voor moreel beraad in de zorg

M. Stegenga (Perspectief, 2014)

Een toegankelijke methode voor moreel beraad in zorginstellingen, aan de hand van gesprekskaarten. De methode is op zorgethische leest geschied en ontwikkeld door Reliëf. Dilemma's in kaart omvat een map met daarin de gesprekskaarten en een praktische handleiding voor de gespreksleider met aanwijzingen en voorbeelden per stap van het moreel beraad. Ook zijn oefeningen en ondersteunende materialen bijgevoegd.



• Zusters in de zorg; Een geschiedenis van de Franciscanessen van Charitas

C. Th. Bakker & G. van Overbeeke (WalburgPers, 2014)

Dit boek gaat over het werk in de zorg van de zusters Franciscanessen van Charitas. Ruim honderdvijftig jaar verpleging en verzorging komen voorbij, waarin de lezer kennismakt met meer dan 900 kloosterzusters en de talloze hulpbehoevende mensen van alle rangen en standen die zij hebben verpleegd en verzorgd.



• In gesprek blijven over goede zorg; Overlegmethoden voor ethiek in de praktijk

H. van Dartel & B. Molewijk (red.) (Boom, 2014)

In dit boek worden verschillende methoden voor moreel beraad omschreven, alsmede een academische onderbouwing van en verdieping in moreel beraad als methode voor reflectie in de gezondheidszorg.



• Handleiding moreel beraad; Praktische gids voor zorgprofessionals

M. de Bree & E. Veening (Van Gorcum, 2012)

Een handleiding voor wie aan de slag wil met moreel beraad in zorgorganisaties. Dit boek biedt gedegen achtergrondinformatie, een basisstructuur

voor moreel beraad volgens verschillende methoden, en inhoudelijke en praktische aanwijzingen.

• Het verleden als uitdaging; een onderzoek naar de effecten van life review op de constructie van zin in levensverhalen van ouderen

T. Tromp (Boekencentrum, 2011)

Een onderzoek naar de effecten van het maken van levensboeken op zingeving bij ouderen en een pleidooi om *life review* in te zetten in de ouderenzorg. In de ouderenzorg krijgt het terugkijken op het geleefde leven een steeds grotere plaats. Deze dissertatie onderzoekt welke effecten het ophalen van autobiografische herinneringen heeft op de manier waarop ouderen in levensverhalen de betekenis van hun levensloop verwoorden.



• Tja, wat zal ik zeggen; met cliënten in gesprek over spiritualiteit

E. Johnston Taylor, P. van der Wal & J. Wijngaard (Boekencentrum, 2010)

Een handreiking voor het omgaan met zingevingvragen in de zorg, wat veel zorgverleners lastig vinden. Wat moet je zeggen op een vraag als: waarom moet mij dit overkomen? Dit boek geeft handvatten om te reageren op zulke vragen.



• Ex Caritate; Kloosterleven, apostolaat en nieuwe spirit van actieve vrouwelijke religieuzen in Nederland in de 19e en 20e eeuw

M. Monteiro, M. Derks, A. van Heijst (Verloren, 2010)

In de afgelopen twee eeuwen kozen tienduizenden vrouwen voor een kloosterleven, in combinatie met werken in de wereld. *Ex caritate* ('uit liefde') vertelt over het ideaal dat hen bezielde. Deze omvangrijke studie is de eerste integrale geschiedenis van de ruim negentig verschillende zustercongregaties in Nederland en enkele seculiere instituten.





• **Bezielde zorg; Verpleging door katholieke religieuzen in Nederland en Vlaanderen (19e en 20e eeuw)**

L. Labbeke, V. Poels en R. Wolf (*Verloren*, 2008)

Bijna twee eeuwen lang waren vrouwelijke religieuzen gezichtsbepalend in de verpleging in de katholieke ziekenhuizen in Nederland en Vlaanderen. Deze bundel belicht de bezieling van vrouwelijke (en enkele mannelijke) religieuzen tegen de achtergrond van de medische, organisatorische en beleidsmatige ontwikkelingen in het katholieke ziekenhuiswezen.



• **Basisboek Zorgethiek; Over menslievende zorg, moreel beraad en de motivatie van verpleegkundigen**

I. van Nistelrooij (*Berne Media*, 2008)

Zorgethiek is het nadenken over wat goede zorg is in een concrete situatie. Dit boek begint bij de eigen ervaringen van wat goed en niet goed is. In het tweede deel wordt vanuit deze ervaringen een eigen zorgethische visie ontwikkeld. Het derde deel biedt methoden voor ethische gesprekken en de beleidsstructuur die in een instelling moet bestaan wil de aandacht voor ethiek ook werkelijk worden geborgd in de dagelijkse praktijk.



• **Menslievende zorg; Een ethische kijk op professionaliteit**

A. van Heijst (*Klement*, 2005)

Een boek over de gezondheidszorg en de wijze waarop menselijke verhoudingen en waarden daar gestalte krijgen in een tijd waarin verbeteringen worden gezocht in meer geld of nog meer regels. De auteur zet hier een zorgvisie tegenover, die gebouwd is op drie pijlers: de zorgethiek, het denken van Hannah Arendt over de menselijke conditie en de presentietheorie van Andries Baart.



• **In haar naam geborgen; Portretten van de Zusters van 'De Voorzienigheid'**

S. Hautvast, A. van Heijst & J. de Raat (*eigen uitgave*, 2002)

In dit boek vertellen zo'n vijftig zusters van 'De Voorzienigheid' over hun leven. In 1852 werd begonnen met een opvanghuis aan meisjes aan de Amsterdamse

Lauriergracht. Zusters vestigden zich later in meer dan dertig plaatsen in Nederland en Indonesië. Bewogen door de noden van de tijd boden zij geborgenheid aan hun naasten en op hun beurt konden zij zich geborgen voelen onder de vleugels van de congregatie.

• **Liefdewerk; Een herwaardering van de caritas bij de Arme Zusters van het Goddelijk Kind sinds 1852.**

A. Van Heijst (*Verloren*, 2002)

Een onderzoek naar de geschiedenis van zorg door vrouwelijke religieuzen en hun drijfveren in hun werk, aan de hand van de geschiedenis en werken van de Arme Zusters van het Goddelijk Kind. Dit boek is een geschiedschrijving van wat in de literatuur tot dusver weinig aandacht heeft gekregen en zet daarmee dit onderwerp op de kaart.



• **Met het beste wat men heeft en kent; De geschiedenis van het Diaconessenhuis Utrecht 1844-1999**

M. van Lieburg (*Kok*, 2000)

Dit boek vertelt uitvoerig over de oorsprong en geschiedenis van de 'inrichting van Diaconessen in Nederland' in Utrecht, het oudste protestants-christelijke ziekenhuis in Nederland, en vertegenwoordigt zo meer dan anderhalve eeuw geschiedenis van de christelijke ziekenzorg.



• **Bezielde jaren. Zingelevingsactiviteiten met ouderen, hun familie, vrienden en vrijwilligers. Twaaflf levensthema's.**

Janke Jeltsje van Dijk, Trijntje Scheeres-Feitsma, Marcelle Mulder (*Perspectief* 2016)

Hoe besteed je in de ouderenzorg aandacht aan datgene wat het leven de moeite waard maakt? Bezielde jaren nodigt uit om kennis, ervaring en creativiteit te bundelen en biedt twaalf uitgewerkte thema's. Daarnaast bevat het een praktische handleiding en handreikingen om ervoor te zorgen dat zingelevingsactiviteiten een vaste plaats krijgen in de organisatie.



FILMS EN SERIES



- **Call the Midwife**

Deze BBC-serie gaat over het werk van verloskundigen in een straatarme Londense wijk in de jaren vijftig. Deze serie geeft (op een geromantiseerde wijze) goed inzicht in hoe nonnen de verantwoordelijkheid voor de zorg op zich namen.



- **Meneer Dokter**

Deze documentairereeks uit 2009 belicht het leven van plattelandsdokters in Vlaanderen halverwege de twintigste eeuw. Centraal staat de maatschappelijke rol van de huisarts in de gemeenschap en de ontwikkeling van de geneeskunde door de jaren heen.



- **Thuiskomen**

Deze Nederlandse film uit 2010 verbeeldt een problematiek van een bejaarde man die naar een verzorgingshuis verhuist. De bijbehorende gesprekshandleiding vormt voor (toekomstige) bewoners en personeel van verzorgingshuizen een mooi hulpmiddel om thema's als verlies, eenzaamheid en vooroordelen bespreekbaar te maken. (thuiskomendefilm.nl)

WEBSITES

- **Florence Nightingale Instituut**

Het Florence Nightingale Instituut is het (online) kenniscentrum voor de geschiedenis van verpleging en verzorging. Het FNI onderzoekt, verzamelt en draagt kennis uit over de geschiedenis van de verpleegkundige en verzorgende beroepen. Zo wil het instituut een bijdrage leveren aan de beroepsverdieping en -trots.

- **Zorgethiek.nu**

Deze website is een initiatief van de vakgroep Zorgethiek van de Universiteit voor Humanistiek en is gericht op het bevorderen van aandacht voor zorgethiek. De site biedt achtergrondinformatie, wetenschappelijke reflectie en bespreking van actuele thema's in de zorg vanuit zorgethisch perspectief.

- **Museum Catharijneconvent**

Museum Catharijneconvent heeft tot doel het rijkgeschakeerde kunst- en cultuurhistorische verhaal van het christendom in Nederland te vertellen. Vanuit de rol van kenniscentrum voor christelijk erfgoed ontwikkelt en deelt het museum kennis met het publiek, scholen, kerk- en kloostergemeenschappen, erfgoedbeheerders, universiteiten en musea met religieuze (deel)collecties.



• **Mijn leven in kaart**

Mijn leven in kaart is een jarenlang beproefde methode die handvatten biedt aan zorgprofessionals, familieleden en vrijwilligers om met ouderen een levensboek te maken. De uitgave bevat een handleiding en 50 kaarten. De handleiding biedt een uitleg van de methode en achtergrondinformatie over het belang van levensverhalen. De gebruiker krijgt veel tips over het voeren van gesprekken en het schrijven en vormgeven van het levensboek. Daarnaast biedt deze methode 50 prachtig geïllustreerde themakaarten met (voorbeeld)vragen over vijf verschillende levensthema's. Deze tweede herziene uitgave bevat veel feedback van gebruikers en meer tips en achtergrondinformatie. Op basis van resultaten van wetenschappelijk onderzoek is de theorie over het belang van levensverhalen verder uitgewerkt. Verkrijgbaar via relief.nl/publicaties.

TIP

De methode is beschikbaar in drie verschillende varianten: voor ouderen, voor oudere migranten en voor mensen met dementie. De docent kan de methode kiezen die het best past bij de opleiding.

- **Met oudere migranten in gesprek over hun levensverhaal; Mijn leven in kleur**

P. Matze, W. Huizing & Y. Heygele (Reliëf/Bohn, Stafleu van Loghum, 2014)

- **Mijn leven in kaart; Met ouderen in gesprek over hun levensverhaal**

W. Huizing & T. Tromp (Reliëf/Perspectief, 2020)

- **In gesprek met mensen met dementie; De kracht van persoonlijke verhalen**

M.-E. van den Brandt-van Heek & W. Huizing, (Reliëf/Bohn, Stafleu van Loghum, 2014)

Zie relief.nl/publicaties

WERKMATERIALEN OVER ZINGEVING EN LEVENSVRAGEN

- Op zorgvoorbeter.nl is veel materiaal en literatuur te vinden over zingeving en levensvragen, zoals communicatiewerkbladen en informatie over mentaal welbevinden. We noemen een aantal voorbeelden:



- **Reispakket Mentaal Welbevinden**

Het Reispakket is een tool voor zorgmedewerkers om met zorgvragers in gesprek te gaan over levensverhaal en levensvragen. De landkaart in het reispakket staat symbool voor het leven. De wegen, plaatsen en huizen kunnen leiden tot gesprekken over gebeurtenissen, emoties en overwegingen. Het reispakket is te bestellen via de webwinkel van Vilans.

- **Werkboek voor zorgteams 'Er zijn voor de cliënt met al je voelsprietten'**

Het werkboek *Er zijn met al je voelsprietten* biedt praktische tips en handvatten aan (leerling-)helpenden en -verzorgenden, teamleiders en ROC-docenten bij het omgaan met levensvragen van cliënten. Het biedt hulp bij het omgaan met vragen van cliënten waar soms geen antwoord op is, zoals: heb ik goed geleefd? Heb ik alles gedaan wat ik kon? Mag ik trots zijn? [Werkboek en werkbladen](http://relief.nl/publicaties) voor verzorgenden zijn gratis te downloaden.

- **Dvd Leren omgaan met Levensvragen**

Het Expertisenetwerk Levensvragen en Ouderen maakte in samenwerking met Vereniging Het Zonnehuis een dvd om verzorgenden en vrijwilligers te leren hoe zij met levensvragen kunnen omgaan. De dvd is bedoeld voor trainers en medewerkers die een taak hebben in het ondersteunen van verzorgenden en vrijwilligers bij het omgaan met cliënten (zoals geestelijk verzorgers, activiteitenbegeleiders, psychologen, teamleiders en vrijwilligerscoördinatoren) en om te gebruiken bij deskundigheidsbevordering van (leerling-)verzorgenden en vrijwilligers. Totale speelduur: 1 uur 32 minuten. De dvd is te verkrijgen via de vilanswebwinkel.nl, met een [gratis pdf met tips over gespreksvoering](#).

- **Met ouderen in gesprek over levensvragen. Tien lesbrieven over levensvragen en zingeving voor zorgprofessionals in de ouderenzorg.**

Eenvoudig in je team aan de slag met levensvragen en zingeving. Aan bod komen: aandacht, zinverlies, afhankelijkheid, onmacht, veiligheid, grenzen, familiebanden, seksualiteit, je leven vergeten, sterven en gedenken. Gratis te downloaden via relief.nl/materialen.

- **Toolbox betekenisvol contact**

Als steun in de rug voor familie en vrijwilligers bij het onderhouden van betekenisvol contact heeft Reliëf

samen met Zinnig Zorgen een toolbox ontwikkeld vol tips en ideeën hiervoor. Het doel is dat ouderen met dementie meer aandacht en contact gaan ervaren. In de toolbox vind je eenvoudig te gebruiken werkvormen en materialen waarmee familie en vrijwilligers zinvol contact kunnen hebben. Het varieert van een idee voor een verwendoosje tot samen dansen. Per werkvorm staan er ook aanknopingspunten voor een kort gesprekje in. Ook staan er tips in hoe je als zorgverlener familie en vrijwilligers op weg kunt helpen met de toolbox. En tot slot zijn er blanco pagina's waarop je zelf ideeën kunt aanvullen.

De Toolbox is gratis te downloaden via www.relief.nl/publicaties.

- **Communicatietips**

Op vilans.nl is een pdf te downloaden met communicatietips voor een goed gesprek, zoals Laat OMA thuis (geef geen oordelen, meningen of adviezen).

- **Kwiekbekje en Ethiekbekje**

Op bureaukwiek.nl zijn het Kwiekbekje en het Ethiekbekje te bestellen. Het Kwiekbekje is een laagdrempelig en leuk hulpmiddel voor een goed gesprek, voor professionals, zorgvragers, mantelzorgers en vrijwilligers. Het Ethiekbekje is een hulpmiddel voor zorgprofessionals om in gesprek te komen over de vraag: wat maakt mijn zorg goede zorg?



Sets met 36 reflectiekaartjes zijn te bestellen in de webwinkel van Reliëf.





**EEN SCHILDPAD
WEET MEER
VAN DE WEG TE
VERTELLEN.**

Kahlil Gibran

DAGELIJKSE
INSPIRATIE
OM TE WERKEN IN
DE ZORG

DRUK DE KAARTJES
UIT, MAAK ER EEN
LINTJE AAN VAST
EN HANG ZE OP!



Wil je deze kaartjes nabestellen, bijvoorbeeld om te gebruiken tijdens de Week van Reflectie? Mail dan naar info@relief.nl of bestel ze op www.relief.nl.

Met dank aan zuster Riet Hendriksen, Corine Houpt, Ans van Leeuwen, Wout Huizing, Iepie Kroese, Marije Stegenga en Esther Dwarswaard voor hun input, Petra van Leeuwen (eindredactie), Tinekewerkt.nl (vormgeving) en Buijten & Schipperheijn (druk).

Op de achterkant van de vragen vind je inspirerende quotes om over na te denken of over in gesprek te gaan. Veel plezier!

Heb je genoten van de vragen en gesprekken? Laat van je horen!

info@relief.nl
[ReliefNL](#)
[reliefvereniging](#)

© 2020 **relief**
CHRISTELIJKE VERENIGING VAN ZORGAANBIEDERS

WWW.RELIEF.NL



Vraag iemand naar de zin van zijn leven en hij vertelt je zijn levensloop.

Konrad

DAGELIJKSE
INSPIRATIE
OM TE WERKEN IN
DE ZORG



*We leven ons leven
voorwaarts, maar
begrijpen het door
terug te blikken.*

Kierkegaard

DAGELIJKSE
INSPIRATIE
OM TE WERKEN IN
DE ZORG



De enige *zekerheid* over hoe je moet leven en wat je moet doen kan toch alleen maar *opstijgen* uit die bronnen die daar in de *diepte* in jezelf borrelen.

Etty Hillesum

DAGELIJKSE
INSPIRATIE
OM TE WERKEN IN
DE ZORG

Meer weten over Reliëf of nabestellen?

www.relief.nl

info@relief.nl

[ReliefNL](#)

[0348-748880](tel:0348-748880)

Reliëf stelde deze Zin in Zorg lesmodules samen in het kader van het project Religieus Erfgoed Menslievende Zorg. Het werk van de religieuzen in Nederland is van onschatbare waarde voor de gezondheidszorg van Nederland. Dankzij de inzet van vele zusters en broeders zijn onder meer vele ziekenhuizen, verpleeghuizen en opleidingen gestart. Minstens vijftien procent van de ziekenhuizen heeft een religieuze oorsprong. Toch is deze kennis van onze geschiedenis bij velen die in de zorg en welzijn werkzaam zijn vrijwel onbekend. Van oorsprong zorgden religieuzen voor kwetsbaren in de samenleving vanuit de overtuiging dat de mens ertoe doet, met respect voor het leven en voor verbondenheid tussen zorgverlener en zorgvrager. Deze waarden willen zij doorgeven aan zorgprofessionals van nu.

4 waarden

MENS



In de zorg staat de mens centraal, en niet de ziekte of de beperking, laat staan de behandeling of de bekostiging. We moeten bij alles wat we doen de menselijke maat in het oog houden. Zorgprofessionals zijn geen lopendebandwerkers, maar mensen die ervoor gekozen hebben om zich in te zetten voor kwetsbare anderen en graag iets voor hen willen betekenen.

RESPECT



Met respect zorg verlenen betekent dat de zorgverlener de zorg relationeel afstemt op de lichamelijke, psychische en sociale gesteldheid van de unieke zorgbehoefte ander en aansluiting zoekt bij diens geleefde leven.

VERBONDENHEID



Verbondenheid als grondhouding betekent dat we als mens deel zijn van een groter geheel, ook van de natuur en de kosmos – dat we schepsels zijn, ontvankelijk voor het geheel van de schepping en met een diep respect voor alles wat leeft. Zorg brengt mensen tot verbondenheid, zoals ook verbondenheid tot zorg brengt.

LEVENSKRACHT



Goede zorg is erop gericht om de levenskracht van de ander ruimte te geven. Dat werkt heilzaam, zowel in het proces van genezen als ook in situaties waarin geen medische genezing mogelijk is en de zorg een chronisch of terminaal karakter heeft. Zorgprofessionals die in contact staan met hun eigen levenskracht zullen ervaren dat zij zelf ook groeien van de zorg die zij geven.

In de huidige tijd wordt de zorg grotendeels ingekleurd door technische handelingen en efficiëntie, waardoor de inspiratie van zorgprofessionals niet de erkenning en waardering krijgt die zij verdient. Juist deze inspiratie is van wezenlijk belang om menswaardige zorg te verlenen. Het is de motor waarop de zorg draait en van waaruit de zorg ooit ontstaan is. Het immaterieel erfgoed van de religieuzen is een belangrijke sleutel voor het aanboren van krachtbronnen in zorg- en hulpverleners om er te zijn voor de ander en nabij te zijn. Juist ook in de zorgopleidingen is bezinning op motivatie, waarden en inspiratie van zorgprofessionals uiterst belangrijk.

Elf religieuze ordes en congregaties vroegen Reliëf, christelijke vereniging van zorgaanbieders, om middels het project Religieus Erfgoed Menslievende zorg een deel van het immateriële erfgoed van religieuzen veilig te stellen en voort te zetten – het erfgoed van hun investering in de gezondheidszorg voor zieken, kwetsbare mensen en mensen met een beperking. De bekommernis van de religieuzen is hun blijvende zorg voor góede zorg, dat wil zeggen ‘menslievende zorg’. Daarom willen ze investeren in de zorg van heden en toekomst.

De religieuzen zoeken de verbinding met huidige zorgprofessionals, om in gesprek te komen over inspiratie en bezieling in de zorg, en hoe die vorm te geven in het dagelijks werk. Dit project beoogt zorgmedewerkers hierover met elkaar in gesprek te brengen, onder andere door middel van de Zin in Zorg glossy, de tv-serie *Bezieling in de zorg*, inspiratiedagen, reflectiekaartjes en de Zin in Zorg lesmodules.

Voor huidige en aankomende zorgprofessionals is het belangrijk om de geschiedenis van hun vak te kennen, niet alleen vakinhoudelijk, maar ook als het gaat om de waarden en inspiratie die zorgprofessionals drijven. Het doel? Zich verbonden weten met een lange traditie, die reikt tot in de negentiende eeuw, opdat zij met bezieling hun werk kunnen blijven doen en dit weer kunnen doorgeven aan anderen. Uiteraard is het niet zo dat zorg toen alleen maar rooskleurig was, of dat het vroeger beter was. Er werden en worden fouten gemaakt en niet alle zorg is even menslievend (geweest). Daarom is het belangrijk om te blijven werken aan menslievende zorg.

Dit project heeft wegen gevonden om de waarden die aan de menslievende zorg van religieuzen ten grondslag liggen, over te dragen en toegankelijk te maken in een vorm die aansluit bij de hedendaagse zorgpraktijk, zodat ook mensen die nu werkzaam zijn in de zorg dat met ‘ziel en zin’ kunnen blijven doen. Deze lesmodules willen eraan bijdragen dat zorgprofessionals van nu geïnspireerd raken om zorg te verlenen met aandacht, waardigheid en wederzijds respect.

Lesmodule 1

Pg 8

Aflevering 2 van *Bezieling in de zorg*

<https://youtu.be/FtNAzuxmSOU>

Website van Archipel - filmpje over contactverzorgende Laura

<https://youtu.be/IQNN3FH-AM8>

Pg 9

Waardenlijst op de website van Perspectief Uitgevers

zorg-perspectief.nl/dilemmas-in-kaart/extra-materiaal

Lesmodule 2

Pg 11

Podcast 6. Meander Moment | Warm en koud | Marianne | oncologie verpleegkundige

www.meandermc.nl/patientenportaal/dit-is-meander/Meander-Momenten

Pg 12

Fragment uit aflevering 3 van *Bezieling in de zorg*

youtu.be/lwEi5CX2YmU (13:38-15:25)

Pg 13

Lees op fni.nl

fni.nl/florence-nightingale-1820-1910

Fragment van *Bezieling in de zorg*

<https://youtu.be/2wrQlhSCjV8> (17:25-21:00)

Het lied *Inspiratie*, door Mathilde Santing

<https://www.youtube.com/watch?v=qArkqAQaCfs>

Lesmodule 3

Pg 16

De film *See me*

youtube.com/watch?v=cwXxlXchCdk

Pg 17

Filmsuggestie 1 *Oog en oor voor levensvragen en gesprek*

youtube.com/watch?v=puQDp-Mj16c

Pg 18

Filmsuggestie 2 *Louisa schrijft een boek over het heftige levensverhaal van haar moeder*

pluspuntrotterdam.nl/Projecten/Verhaalvanjeleven.html

https://youtu.be/rE2QIEf_JA0

Lesmodule 4

Pg 22

De film *Levensvragen: hart van zorg en welzijn*
youtube.com/watch?v=AkRmCZOwDZw

Pg 23

Interview met Machteld Huber:
youtube.com/watch?v=BgG4nVmX9GU

Pg 24

Film *Levensvragen: hart van zorg en welzijn*
youtube.com/watch?v=AkRmCZOwDZw

Lesmodule 5

Pg 29

Set inspiratiekaarten *Mentaal welbevinden*
<https://www.zorgvoorbeter.nl/levensvragen-ouderen/materialen>
of www.vilanswebwinkel.nl/webwinkel/inspiratiekaarten-welbevinden/63700

Zes tips voor het omgaan met levensvragen
<https://www.zorgvoorbeter.nl/levensvragen-ouderen/tips-voorbeelden>

Pg 30

De interactieve presentatie: *Aandacht voor levensvragen en liefdevolle zorg in uw organisatie*
<https://onedrive.live.com/embed?cid=B18CF715A853E783&resid=B18CF715A853E783%21126&authkey=AEWOggbUAQz8ofw&em=2&wdAr=1.3333333333333333>

Serie *In gesprek over levensvragen - Communicatieblad bij de filmmaterialen* (pdf)
vilans.nl/docs/producten/Communicatiewerkblad%20Opdrachten%20bij%20filmfragmenten.pdf

Pg 31

De video *Omgaan met levensvragen in de dagelijkse zorg*
<https://vimeo.com/157284732>

Lesmodule 6

Pg 35

Vorbereidingsopdracht
Kijk naar de aflevering van *Bezieling in de zorg* waarin zuster Mel Heuver en verpleegkundige Mariëlle van Mersbergen samenwerken op een ziekenhuisafdeling en in gesprek gaan over hun inspiratie en hun idee van goede zorg.
<https://youtu.be/2wrQlhSCjV8>

Kijk de video *Sta even stil... maak het verschil* (3)
<https://www.youtube.com/watch?v=P5MrVYIJvuI>

Lesmodule 7

Pg 38

Aflevering 4 van *Bezieling in de zorg, over zorg voor mensen met een verstandelijke beperking*.

<https://youtu.be/xs1bCxjgyw8>

Podcast *Toendra aflevering #23 naar huis*

www.nporadio1.nl/podcasts/toendra/1417-23-naar-huis

Bijlage VI

Pg 56

Materiaal en literatuur over zingeving en levensvragen

www.zorgvoorbeter.nl/levensvragen-ouderen/materialen

Reispakket *Mentaal Welbevinden*

<https://www.vilanswebwinkel.nl/webwinkel/reispakket-mentaal-welbevinden/40581>

Werkboek *Er zijn met al je voelsprietten*

www.zorgvoorbeter.nl/docs/PVZ/vindplaats/mentaal_welbevinden/er-zijn-voor-de-client-werkboek.pdf

Bijbehorende werkbladen

www.zorgvoorbeter.nl/docs/PVZ/vindplaats/mentaal_welbevinden/er-zijn-voor-de-client-werkbladen.pdf

Pg 57

Pdf met communicatietips voor een goed gesprek

[vilans.nl/docs/producten/sandra_siona%20_pdf%20voor%20website_nieuw%20\(hyperlinks\)1.pdf](http://vilans.nl/docs/producten/sandra_siona%20pdf%20voor%20website_nieuw%20(hyperlinks)1.pdf)

Dvd *Leren omgaan met Levensvragen*

[https://www.vilanswebwinkel.nl/webwinkel/leren-omgaan-met-levensvragen-\(dvd\)/8690](https://www.vilanswebwinkel.nl/webwinkel/leren-omgaan-met-levensvragen-(dvd)/8690)

Gratis pdf met tips over gespreksvoering

www.zorgvoorbeter.nl/docs/PVZ/vindplaats/mentaal_welbevinden/vragen-stellen-gespreksvoering-levensvragen.pdf