



Handout training

Levensvragen signaleren

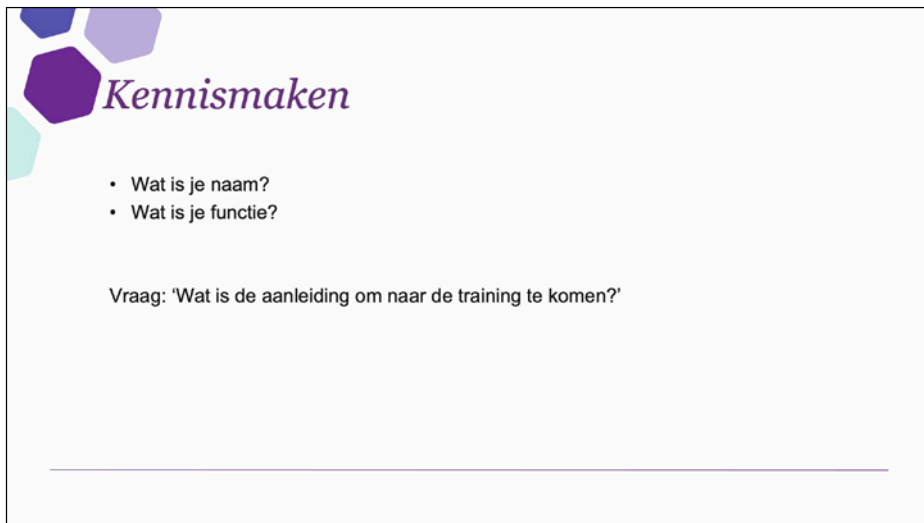
Compacte versie



Slide 1



Slide 2



Slide 3



Slide 4



Actief luisteren

Oefening

Stel de vraag: wat geeft je dag een gouden randje?

- In tweetallen
- 3 minuten
- Niet spreken (alleen non-verbaal)
- Na 3 min. wisselen


Slide 5



Waarom actief luisteren

- De verteller krijgt ruimte, voelt zich gehoord, begrepen en belangrijk
- De ander (het zenuwstelsel) komt tot rust
- Door rust ontstaat ruimte voor nieuwe opties, perspectief en hoop
- Voorwaarde om tot diepere lagen te komen!

Slide 6



Associaties

Zingeving
Spiritualiteit
Levensvragen

Slide 7



Definities levensvragen

Eenvoudige definitie **zingeving** of **spiritualiteit**
De vraag over wat je zin geeft in het leven en hoe je vanuit je levensvisie omgaat met allerlei ervaringen en wat je staande houdt in tijden dat het tegen zit.

Levensvragen
Levensvragen dienen zich aan als zingeving in de knel komt (vraag naar waarom, wie, wat, wanneer, hoe)?

Slide 8

Wat zijn levensvragen

Voorbeelden

"Wat betekenen ik nog voor mijn kinderen (nu ik ze niet meer zie)?" *relatie*

"Wie ben ik nu eigenlijk nog (nu ik niet meer kan werken)?" *identiteit en verlies*

"Hoe houd ik het vol (met zoveel pijn)?" *uitzichtsloosheid en hoop*

"Heb ik het goede gedaan (of had ik die breuk kunnen voorkomen)?" *reflectie (en moreel)*

"Waarom overkomt mij dit? Waar is God in mijn lijden?" *groter geheel*

Slide 9

Van zingeving naar levensvraag

Wat vind ik belangrijk? Wat geeft mij kracht?	Wat zijn mijn 'bedreigingen'?
Familie	Ziekte
Vrienden	Achteruitgang
Werk	Eenzaamheid
Natuur	Werkeloosheid
Hobby's	Relatieproblemen
Geloof	Sterven
Reizen	Rouw
Huisdieren	...
...	

Slide 10

Van zingeving naar levensvraag

Als wat belangrijk is wordt bedreigd, wat is (dan nog) mijn zingeving?

"Vroeger werkte ik altijd, wat kan ik nu nog bijdragen?"

"Ik kan, nu ik zo wankel op de been ben, niet meer naar de biljartclub"

"Het is stil in huis, nu mijn vrouw er niet meer is"

"Ik moet zoveel lijden - kan ik nog in de Almachtige geloven?"

Slide 11

Wáárom is aandacht voor zingeving belangrijk?

- Mensen voelen zich gehoord en gezien (ook in 2 min.)
- Betere zorg en relatie met cliënten
- Zingeving drijvende kracht in leven
- Problemen door gebrek aan zingeving
- VWS (richtlijn, kwaliteitskaders)



The diagram consists of a central circle labeled 'Zingeving'. Three arrows point outwards from this central circle to three segments of a larger circle: 'Psycho' (top-left), 'Social' (top-right), and 'Lichamelijk' (bottom). The segments are colored in shades of orange and yellow.

Slide 12



De geestelijk verzorger

- Kennismaken en in relatie treden, aanwezig zijn
- Vraag verhelderen
- Ruimte maken voor gevoelens en gedachten, niet oordelen
- Zoeken naar hoop of steun

Doel training: Op zoek naar de geestelijk verzorger in jezelf

Slide 13



Gedicht Marinus van den Berg

Stil zijn

Je denkt misschien dat je wat moet zeggen.
 Je denkt misschien dat je me moet oprulijken.
 Je wilt me misschien weer zien lachen en genieten.
 Je denkt misschien dat je me moet troosten en adviseren.

Maar wat ik vraag is dit:
 Wil je nog eens en nog eens luisteren naar mijn verhaal,
 naar wat ik voel en denk.
 Je hoeft alleen maar stil te zijn,
 mij aan te kijken,
 mij tijd geven.
 Je hoeft mijn verdriet zelfs niet te begrijpen.

Maar als het kan slechts te aanvaarden, zoals het voelt voor mij.

Je luisterend aanwezig zijn, zal mijn dag anders maken.

Marinus van den Berg, Woorden in stilte (Kok, Kampen 2000)

Slide 14



Pauze



Slide 15



Opzet training - dag 1

-  Kennismaken en eigen zingeving
-  Levensvragen
-  **Signaleren**
-  Bespreken
-  Voorbeeld en Huiswerkopdracht

Slide 16

Hoe signaleer ik?

Voelsprietten ontwikkelen

1. Wat hoor ik?
2. Wat zie ik?
3. Wat voel ik?



Slide 17

Ad 1. Wat hoor ik?

Wat zeggen mensen zelf (en op welke toon)?

- *"Ik denk steeds aan mijn kinderen. Ik mis ze."*
- *"Wie ben ik (nu eigenlijk nog)?"*
- *"Het is genoeg zo. Echt, dit is geen leven meer."*
- *"Als ik terugkijk op mijn leven ben ik trots op ... Ik heb spijt van ..."*
- *"Ik voel me rustig, als ik denk aan God / Allah / de kringloop van het leven"*
- ... (aanvullingen)

Slide 18

Ad 2. Wat zie ik?

Oefeningvraag

Wat zie je aan mensen die bezig zijn met zingeving en levensvragen?

Slide 19

Ad 2. Wat zie ik?

Fysiek	Verkrampd, ontspannen, stil, beweeglijk
Emotioneel	Vlak, gelaten, boos, verdrietig
Symbolen	Foto's, sieraad, schilderij, boeken, cd's, religie (of afwezigheid daarvan)

Slide 20

Ad 3. Wat voel ik?

Oefeningvraag

- Heb je wel eens een 'pluis' of 'niet pluis' gevoel gehad bij een cliënt?
- Speelde hier mogelijk een levensvraag?

Slide 21

Waarom signaleren levensvragen?

- Verborgen - mensen komen er niet zelf mee
- Komt meestal naar boven in contact met een ander die voelspieten heeft



Slide 22

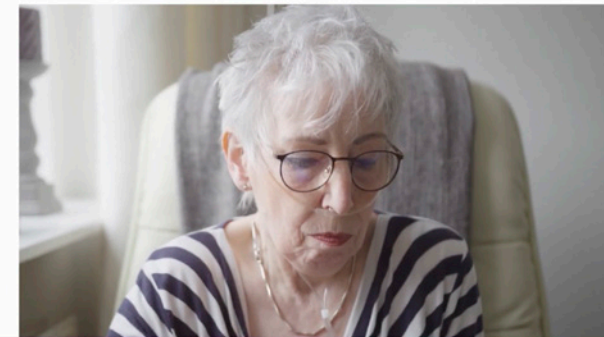
Oefening: Signaleren – Film Carla

Vragen

- | | |
|--|---|
| A. Wat hoor je? | (Wat geeft de persoon in woorden aan?) |
| B. Wat zie je? | (Wat observeer je?) |
| C. Wat voel je? | (Hoe zou je je eigen gevoel omschrijven?) |
| D. Wat zegt dit over de zingeving of levensvragen van Carla? | |


Slide 23

Oefening: Signaleren – Film Carla



Slide 24

Opzet training - dag 1

-  Kennismaken en eigen zingeving
-  Levensvragen
-  Signaleren
-  **Bespreken**
-  Voorbeeld en Huiswerkopdracht

Oefening: Signaleren – Nabespreking

Huiswerk

Wat was belangrijk in haar leven? (Baan ICT, druk gevuld leven, veel energie...)
Wat is haar breukervaring? (Ongeneeslijk COPD...)
Wat zijn haar verliezen? (Baan ICT, druk gevuld leven, veel energie, zoon die mantelzorger moet zijn...)
Wie of wat is haar tot steun? (Haar zoon is mantelzorger, traplift...)
Waar leeft ze nu voor? (Vrijwilliger bij stichting, twee zonen, mogelijk een kleinkind...)

Zijn er aanvullingen uit groep?

Slide 26

Oefening: Signaleren – Nabespreking

Vragen

A. Wat hoor je? (Wat geeft de persoon in woorden aan?)
B. Wat zie je? (Wat observeer je?)
C. Wat voel je? (Hoe zou je je eigen gevoel omschrijven?)
D. Wat zegt dit over de zingeving of levensvragen van Carla?

Slide 27

Bespreken: welke opties heb je?

Drie opties om een gesprek te starten

1. De cliënt uitnodigen om verder te vertellen
2. Benoem wat je ziet en geef terug
3. Open zelf het gesprek met openingsvraag

Slide 28

Opzet training - dag 1

-  Kennismaken en eigen zingeving
-  Levensvragen
-  Signaleren
-  **Bespreken**
-  Voorbeeld en Huiswerkopdracht

Slide 29



Bespreken

1. De cliënt uitnodigen om verder te vertellen

Uitspraak	Reactie	Niet reageren met
"Ik ben anderen alleen tot last."		"Welnee, dat ziet u verkeerd."
"Ik heb mijn kinderen al heel lang niet gezien."		"Die komen vast wel weer." "Zo gaat dat nu eenmaal, iedereen is druk."
"Ik heb vannacht niet goed geslapen."		"Ik heb voor u een slaappil." "Komt vanavond wel weer."

Slide 30



Bespreken

1. De cliënt uitnodigen om verder te vertellen

Uitspraak	Reactie	Niet reageren met
"Ik ben anderen alleen tot last."	"U voelt zich tot last?" "Wie bent u tot last?"	"Welnee, dat ziet u verkeerd."
"Ik heb mijn kinderen al heel lang niet gezien."	"Wanneer heeft u ze voor het laatst gezien?" "Hoe is uw relatie met hen?"	"Die komen vast wel weer." "Zo gaat dat nu eenmaal, iedereen is druk."
"Ik heb vannacht niet goed geslapen."	"Wat vervelend, kwam dat ergens door?"	"Ik heb voor u een slaappil." "Komt vanavond wel weer."

Slide 31



Bespreken

2. Benoem wat je ziet en geef terug

- "Mevrouw, u maakt op mij een sombere indruk. Kan dat kloppen?"
- "Ik zie hier veel boeken staan, zijn deze van u?"
- "Hoe is dat voor u om de hele dag in de stoel te moeten zitten?"

Slide 32



Bespreken

3. Open zelf het gesprek

Wat houdt u in het bijzonder bezig op dit moment? (Mount Vernon vraag)

Slide 33

Bespreken: ezelsbruggetjes

OEN
Wees een DEN!
Weg, Grijp en Kruisvat!

OMA
Laat OMA thuis!
Bekken, Moppen en Aankomst/Waaien!

NIVEA
Goed in gesprek
SMEER NIVEA!
(MET INVULLEN VOOR EEN APPLES)

DEET VRIJTE U VAST BEESLIEK, PAKKEN SCHRIJVELT!

Slide 34

Korte pauze

Slide 35

Opzet training - dag 1

- Kennismaken en eigen zingeving
- Levensvragen
- Signaleren
- Bespreken: verdiepen**
- Voorbeeld en Huiswerkopdracht

Slide 36

Bespreken en verdiepen

Wat zou je zeggen als een cliënt jou deze foto laat zien?

Slide 37

Bespreken en verdiepen

Vier betekenislagen van Weiher

1. Feiten	3. Identiteit
2. Gevoelens	4. Betekenissen



Slide 38

Bespreken en verdiepen

Vier betekenislagen van Weiher

1. Feiten <ul style="list-style-type: none"> • Zijn dit uw kleinkinderen? • Wanneer is de foto genomen? • Hoe heten ze? • Hoe oud zijn ze? 	3. Identiteit <ul style="list-style-type: none"> • Bent u oppas-oma, verwen-oma, dagjes uit-oma, of geen van allen? • Bent u veranderd door oma te worden? • Hoe heeft oma zijn uw leven beïnvloed?
2. Gevoelens <ul style="list-style-type: none"> • Wat ziet u er blij uit. • U zult wel trots zijn. • Hoe voelt het om oma/opa te zijn? 	4. Betekenissen <ul style="list-style-type: none"> • Wat betekent het voor u om oma te zijn? (Gesprek volgt over vervulling zingeving, dankbaarheid, voortleven familie)



Slide 39

Voorbeeld sleutelbos of sieraad

- Feiten
- Gevoelens
- Identiteit
- Betekenissen

Slide 40

Opzet training - dag 1

-  Kennismaken en eigen zingeving
-  Levensvragen
-  Signaleren
-  Bespreken
-  **Samenvatting en Huiswerkopdracht**

Slide 41

Samenvatting

Levensvraag	Zingeving: Wat is belangrijk? Wie zijn jou tot steun? Levensvraag komt bij bedreigingen in het leven (zoals ziekte)
Signaleren	Wat hoor ik? (Wat zegt de cliënt zelf) Wat zie ik? (Gedrag of spullen) Wat voel ik? (Ongemakkelijk, niet pluis)
Luisteren	Weinig spreken Als je doorvraagt: Wees een OEN / Smeer NIVEA / Laat OMA thuis
Bespreken	Doorgaan op wat gezegd wordt / Teruggeven wat je ziet Openingsvraag: Wat houdt u de laatste tijd in het bijzonder bezig?
Gesprek verdiepen	Feiten / Gevoelens / Identiteit / Betekenis


Slide 42

Huiswerk

Signaleren	Wat hoor ik? (Wat zegt de cliënt zelf) Wat zie ik? (Gedrag of spullen) Wat voel ik? (Ongemakkelijk, niet pluis)
Bespreken	Doorgaan op wat gezegd wordt Teruggeven wat je ziet Openingsvraag: Wat houdt u bezig?
Gesprek verdiepen	Feiten / Gevoelens / Identiteit / Betekenis

Slide 43

Tot ziens




Slide 44

Dag 2: Levensvragen Signaleren

-  **Huiswerk bespreken**
-  **Belemmeringen**
-  Doorverwijzen en Centrum voor Levensvragen

Slide 45



Huiswerk - Motivatie en belemmering

Ervaringen uitwisselen

- Wat bracht het je in positieve zin?
- Wat vond je lastig?
- Tips uitwisselen

Slide 46



Belemmeringen en mogelijkheden?

Wat zou je helpen als er sprake is van:

1. Gebrek aan tijd?
2. Verlegenheid?
3. (Hevige) emoties bij cliënt?
4. ...
5. ...

Slide 47



Hoe rond ik een gesprek af?

Erken wat is gedeeld *"We hebben heel wat besproken, dat is niet niks. Logisch dat u zo verdrietig daarvan bent..."*

Jouw vertrek *"Ik moet verder, en vraag me af hoe u nu de nacht ingaat?"*

Wat nodig? *"Wat helpt u om dat goed door te komen?"
"Is er iemand bij wie u terecht kunt als u dat u steun nodig heeft vandaag of morgen?"*

Slide 48



Oefening afronden

Tweetallen: start een gesprek aan hand van persoonlijk voorwerp of open vraag en verdiep met vier lagen van Weiher (feiten/gevoelens/identiteit/betekenis)

Rond het gesprek af:

- Erken wat is gedeeld
- Kondig vertrek aan
- Verken wat nodig is

Wissel na drie minuten

Slide 49



Slide 50



Slide 51



Slide 52



Slide 53

Geestelijk verzorger

Inhoudelijke thema's	Praktische redenen
Levens einde, eindigheid, spiritualiteit	Geen diagnose en behandelplan
Rouw en verlies	Geen verwijfsbrief
Kwetsbaarheid en achteruitgang	Geen wachtlijst, direct gesprek ingepland
Verlies hoop of wanhoop	Gratis (5x) voor 50+, palliatieve patiënten en/of naasten
'Uitbehandeld' bij psycholoog/psychiater	Komt bij cliënt thuis (voor kwetsbare patiënten)
Relationele en familieproblemen (betrekken!)	'Naast de mens', medemens op weg, gelijkwaardig
Ethische kwesties (zoals euthanasie)	Vertrouwenspersoon (vrijplaats, niet in dossier)

Slide 54

Beslisboom

Geestelijk verzorger
Medisch maatschappelijk werk
Psychiatrische consultatie

Kijk online => [link](#)

Slide 55

Het woord 'geestelijk'

Welke associaties heeft het woord 'geestelijk'?

Slide 56

Doorverwijzen: taal

<p>Gebruik de woorden van de cliënt Vermijd het woord 'Levensvraag': 'Vind u het fijn om eens door te praten over uw dochter die nooit meer komt?'</p>	<p>Woord geestelijk: vermijd, vervang of leg uit Vind u het fijn om door te praten met een consulent gespecialiseerd op dit soort vragen?</p>
<p>Verlaag de drempel Plan eerst een kennismakingsgesprek en geef informatie over verwijzen</p>	<p>Zou u met iemand van het Centrum voor Levensvragen willen doorpraten?</p> <p>Wilt u met een geestelijk verzorger praten? Die is er voor iedereen, je hoeft niet gelovig voor te zijn. GV-ers hebben diverse achtergronden.</p>

Slide 57




Oefening doorverwijzen

Neem de cliënt in gedachten.
Hoe stel je de mogelijkheid van steun en begeleiding aan de orde?

Schrijf dat voor jezelf op.


Slide 58




Het CvL voor cliënten en professionals

Voor cliënt

Verwijzen	Cliënt zelf of zorgverlener, geen indicatie, snel, thuis
Kosten	Gratis 5 consulten voor 50+ of voor palliatieve patiënten en hun naasten. € 79,29, exclusief BTW per gesprek voor anderen
Kies uit	Diversiteit geestelijk verzorgers/ consultants
Vervolg	CvL bellen, evt. samen GV-er op website uitzoeken
Groepsconsult	Huisbezoek, vertrouwelijkheid, terugkoppeling in overleg met cliënt
Contact	Er zijn ook groepsconsulten mogelijk (bv. rouwgroep, mantelzorgers) E-mailadres en telefoonnummer. Folders en visitekaartje.




Slide 59




Het CvL voor cliënten en professionals

Professional


Overleg	Bellen voor overleg (coaching on the job)
Vervolg	Terugkomdag training
Verdieping	Vervolgscholing, intervisie, moreel beraad
In structuur	Geestelijk verzorger neemt deel aan MDO / PaTz overleg



Slide 60



Jannie Oskam - 'Tussenland'



Slide 61

Samenvatting dagdeel 2

Huiswerk motivatie en belemmeringen	Gebrek aan tijd / Verlegenheid / Hevige emoties
Hoe rond ik een gesprek af	Erken wat is gedeeld / Kondig je vertrek aan / Verken wat nodig is
Doorverwijzen	ABC model / PPP model / Specifieke kenmerken GV'er (thema's en praktisch) / Taal: 'geestelijk': vervang, vermijd of leg het woord uit
Centrum voor Levensvragen	Voor cliënt / Voor professional

Slide 63

Terugblik

- Hoe was het? Wat heb je geleerd?
- Neem foldermateriaal mee
- Evaluatieformulier en accreditatie
- Terugkomdag

Slide 64

Tot ziens!

Soms voel je de zwaarte niet van iets wat je met je meedraagt totdat de je de last van je schouder voelt vallen



Slide 65

