

Inhoudsopgave

Woord vooraf 7

Over dit boek 8

Hoofdstuk 1. Om te beginnen 11

Spiritualiteit 13

Waarom zou ik deze vaardigheden willen leren? 14

Multiculturele aspecten 18

Niet alleen met woorden... 19

Hoofdstuk 2. De zorgverlener voorbereiden op zijn taak 20

'Wounded healer' 20

Heb ik zelf wel zoiets als zielepijn? 20

Welke invloed heeft mijn zielepijn op hoe ik op cliënten reageer? 22

Maar als ik altijd zo geraakt word, zal ik dan niet opbranden? 24

Empathie 25

Afstand en nabijheid 26

Waarom ontwijk ik de gevoelens van cliënten? 28

Dooddoeners 18

De kwaliteiten van een 'wounded healer' 30

Tips hoe je als 'wounded healer' in de zorg overeind blijft 31

Hoofdstuk 3. Luisteren 35

Luisteren, daar begint het mee! 35

Dimensies van luisteren 36

Waar moet je op letten? 37

Luistertips 40

Hoofdstuk 4. Begrijpen wat je hoort 48

Mentaal welbevinden 48

Wat zijn spirituele behoeften? 50

Hoe ziet spiritualiteit er uit en hoe klinkt het? 51

Tips om te begrijpen wat je hoort 53

Hoofdstuk 5. Verbale reacties op zielepijn: basisvaardigheden 60

Doelen en richtlijnen bij de basisvaardigheden 60

Basisvaardigheden 63

- Basisvaardigheid 1: Het opbouwen van een goede onderlinge verstandhouding 64
- Basisvaardigheid 2: In eigen woorden teruggeven 66
- Basisvaardigheid 3: Open vragen 69
- Basisvaardigheid 4: Gevoelens spiegelen en je kunnen inleven in een ander 72
- Basisvaardigheid 5: Iets van jezelf laten zien 81

Hoofdstuk 6. Wat zeg ik als iemand zielepijn heeft? 85

- Extra vaardigheid 1: Luisteren naar verhalen 85
- Extra vaardigheid 2: Luisteren naar het lichaam 88
- Extra vaardigheid 3: Het bevorderen van veerkracht 91
- Extra vaardigheid 4: Iets in een nieuw perspectief plaatsen 94
- Extra vaardigheid 5: Religieuze gebruiken 95
- Extra vaardigheid 6: Non-verbale communicatie en taal gericht op iemand met dementie 98

Hoofdstuk 7. Veelgestelde vragen 101

Hoofdstuk 8. Tot slot – Oefeningen 119

- Overzicht van alle oefeningen 125
- Mogelijke antwoorden bij een aantal oefeningen 127

Aanbevolen literatuur 135

Noten 140

Medewerkenden 148

Handreiking bij de dvd 149

Vereniging Het Zonnehuis 154

Woord vooraf

Voor u ligt de Nederlandse vertaling van *What Do I Say? Talking with patients about Spirituality*. De auteur, Elizabeth Johnston Taylor, een bekende Amerikaanse verpleegkundige, wil met deze uitgave zorgverleners helpen in het omgaan met spiritualiteit van cliënten van zorginstellingen. Het bijzondere van haar uitgangspunt is, dat je als zorgverlener zelf niet buitenspel kunt blijven als het om spiritualiteit gaat. Je kunt aandacht voor dat aspect in het leven van mensen niet op recept voorschrijven, vatten in protocollen of alleen maar taakgericht uitvoeren. Spirituele zorg is iets van hoofd, hart en handen. De ontmoeting van mens tot mens verbindt zorgverlener en cliënt met elkaar; daarbinnen ontstaat er ruimte voor heelwording.

De oorspronkelijke uitgave is door geestelijk verzorgers die werkzaam zijn binnen de Zonnehuisgroep voor de Nederlandse markt bewerkt. De Nederlandse context is nu eenmaal anders dan de Amerikaanse: ons land is meer gesecculariseerd en we hebben een ander zorgstelsel. De doelgroep waarvoor het boek werd geschreven, is ook een andere: de Amerikaanse uitgave was vooral bedoeld voor verpleegkundigen (niveau 4 en 5), die werkzaam zijn in ziekenhuizen. De Nederlandse uitgave richt zich in de eerste plaats op verzorgenden werkzaam in de verpleging, verzorging en thuiszorg. De Amerikaanse uitgave liet ook een aantal dingen al dan niet bewust liggen; zo kwamen daarin dementie en non-verbale communicatie niet als thema voor. En natuurlijk moest in de Nederlandse uitgave ook de verbinding gelegd worden met de Normen Verantwoorde Zorg.

Dankzij Vereniging Het Zonnehuis met een bijdrage van de Stichting Even Anders kon de in dit boek beschreven methode door Reliëf bij de Amaris Zorggroep worden getoetst aan de praktijk. Dank aan het Toetstheater, dat zo treffend en levensecht situaties voor ons heeft uitgespeeld, en aan Bart van der Horst, die de dvd met zoveel gevoel heeft geproduceerd.

Onze collega's en de overige medewerkers aan dit boek (zie overzicht achterin) danken we hartelijk voor hun creativiteit en onvermoeibare inzet. Dat geldt ook voor de betrokken medewerkers van Uitgeverij Boekencentrum.

Bijzondere dank aan Gerdientje, Marieke en Riekus voor de ruimte die zij ons gaven om te werken aan de eindredactie van dit boek.

We hopen dat dit boek zorgverleners mag helpen op een goede manier om te gaan met spiritualiteit en zingevingsvragen van cliënten.

Brielle/Houten, juni 2010
Peterjan van der Wal & Janco Wijngaard

Over dit boek

Als je werkt of gaat werken in de sector vvt (Verpleging, Verzorging en Thuiszorg), dan is dit boek iets voor jou. Het gaat over spiritualiteit en hoe jij daar met cliënten over kunt praten als ze daar behoefte aan hebben. Wat dat precies is, spiritualiteit, leggen we in het eerste hoofdstuk uit.

Ook voor zorgverleners werkzaam in andere sectoren van de zorg is dit boek zeer geschikt om basiskennis en -vaardigheden op te doen. Misschien dat je dan nog wel wat aanvullende kennis en vaardigheden nodig hebt.

Dit boek is in de eerste plaats een werkboek. Het brengt kennis uit verschillende gebieden bijeen, zoals psychologie en psychiatrie, geestelijke verzorging en verpleegkunde. Je leert de theorie direct in de praktijk te brengen. Er staan veel voorbeelden in en je kunt direct oefenen hoe je zelf zou reageren op wat er in je eigen werk gebeurt. Suggesties voor mogelijke antwoorden op veel van de oefeningen vind je achter in het boek. Werkbladen voor een aantal (invul)oefeningen vind je met nog meer interessant materiaal op de website

Moet zijn:
www.zonnehuisgroep.nl/tja!

~~www.zonnehuis.nl/tja~~

Dit werkboek kost je ongeveer twaalf uur leeswerk. Als je er zelfstandig doorheen gaat, doe dat dan niet te snel. Neem de tijd om na te denken over wat je leest en probeer het in de praktijk van je werk toe te passen.

Het is niet de bedoeling om je met dit boek een exclusief christelijke oriëntatie te geven. Hoewel christelijke ervaringen in dit boek vaak voorkomen, is het net zo goed van toepassing op allerlei andere vormen van spiritualiteit. In plaats van aan God kun je bijvoorbeeld ook denken aan Allah, Boeddha, de natuur, Samsara, Iets, Yin en Yang, de liefde of nog andere bronnen van zingeving.

Het woord 'cliënt' gebruiken we zowel voor iemand die zorg ontvangt als voor diens naaste. Het woord 'zorgverlener' gebruiken we voor iedereen die werkzaam is in de zorg.

Overal waar je in dit boek 'hij' leest, bedoelen we: hij of zij.

Uitgangspunten

De inhoud van dit boek is gebaseerd op onder meer de volgende uitgangspunten:

1. Spiritualiteit is algemeen menselijk. Het is aangeboren en verbindt mensen met elkaar.¹ Het is niet uitsluitend iets van gelovige mensen.²

2. Bij heelwording gaat het om het bevorderen van gezondheid, al is het maar stapje voor stapje en zie je het haast niet vooruitgaan.
3. Heelwording houdt aandacht in voor iemands algehele gezondheid: naar lichaam, geest en ziel. Omdat die drie met elkaar samenhangen kan spirituele heelwording van invloed zijn op de lichamelijke en emotionele gezondheid en omgekeerd.
4. Het uiteindelijke doel van heelmaking is om mensen te helpen hun bestaan bewuster te beleven; liever levend sterven dan stervend leven.³
5. ‘Rijker’ leven vraagt zelfbewustzijn⁴ van mensen: dat zij intellectueel, gevoelsmatig en lichamelijk bewust in het leven staan. Dit zelfbewustzijn bevordert ook iemands bewustzijn van spiritualiteit. Het maakt dat mensen niet aan zwaarwegende gevoelens te gronde gaan, en dat ze de dingen voor zichzelf goed op een rijtje zetten en daarmee uitdagingen aangaan.⁵
6. Je kunt het welzijn van anderen pas goed bevorderen, wanneer je als persoon zelf in balans bent, beschikt over empathisch vermogen en je bewust bent van je eigen spiritualiteit. Dat helpt je om betrokken te reageren.

Speciaal voor de docent

Met dit werkboek richten we ons in eerste instantie op verzorgenden niveau 3 in een lessituatie. We verwachten dat ook helpenden en bijvoorbeeld huiskamermedewerkers of voedingsassistenten er voldoende uit kunnen halen. Voor verpleegkundigen niveau 4 en 5 en andere professionals in de vvt-sector zou het genoeg uitdaging moeten bieden om er ook eventueel zelfstandig mee aan de slag te gaan.

Bij dit boek horen een dvd met spelsituaties. Ook wordt er gedacht aan de ontwikkeling van een e-learning instrument.

De oorspronkelijke voetnoten uit de Amerikaanse editie zijn zoveel mogelijk overgenomen en aangevuld met nuttige verwijzingen naar Nederlandstalige literatuur. Achter in het boek is een lijst van aanbevolen literatuur opgenomen.

Het doel van dit werkboek is zorgverleners zó te leren reageren op een cliënt dat deze zich verstandelijk, emotioneel en lichamelijk bewust wordt van zijn spiritualiteit, zodat hij het leven ‘rijker’ beleeft. Figuur 1.1 illustreert dit raamwerk en geeft aan waar zij in dit boek kunnen leren over de verschillende benaderingswijzen die dat bewustzijn doen toenemen.