

# Zicht op Zin

## Spirituele zorg in Midden-Nederland: scholing en handvatten

---

Mensen willen betekenis geven aan het leven en wat zij daarin meemaken. Grote gebeurtenissen als ziekte en het naderende einde roepen levensvragen op: grote en kleine vragen over het leven en onze plaats in de wereld.

Aandacht voor zingeving en spiritualiteit in de zorg<sup>1</sup> is van wezenlijk belang, helemaal in de palliatieve fase. Door aandacht te geven en te praten over levensvragen, kunnen patiënten<sup>2</sup> zich richten op wat echt belangrijk is, wat deze laatste periode nog de moeite waard maakt. Of je nu gelovig bent of niet, spraakzaam of minder spraakzaam. Dit is waardevol voor patiënten zelf, maar ook voor naasten en zorgverleners. Dat hoeft niet meer tijd en geld te kosten. Het tegendeel is vaak waar, doordat signalen beter worden opgemerkt. Goede aandacht voor spirituele zorg is voor elke zorgorganisatie een kwaliteitsindicator.

De sleutel is oprechte belangstelling tonen, vragen stellen en luisteren. Ook als er geen antwoord is op de vragen die er leven. Het gaat om nabijheid, aandacht en betrokkenheid. Patiënten en zorgverleners praten alleen niet altijd gemakkelijk over levensvragen. Hoe krijg je als hulpverlener inzicht in wat ongeneeslijk zieke mensen en hun naasten bezighoudt? Er zijn allerlei cursussen, trainingen en andere middelen om je daarbij te helpen. We maakten een overzicht van het aanbod in Midden-Nederland. Het is niet volledig, maar geeft een goed beeld van wat er zoal beschikbaar is.

## Levensvragen

---

Levensvragen kunnen grote vragen zijn over zin en bedoeling van het leven en onze plaats in de wereld. Het kunnen ook kleine vragen zijn uit het alledaagse leven. Ze hebben raakvlakken met spiritualiteit, levensbeschouwing, inspiratie en waarden. Denk aan:

- Wat het leven de moeite waard maakt;
- Wat het betekent om mens te zijn, en ook om ziek en eindig te zijn;
- De betekenis van geluk en voorspoed en van eenzaamheid, verdriet en pijn;
- Waar je in gelooft, welke waarde dat heeft en welke vragen dat oproept;
- Wat de betekenis is van levenservaringen, hoe je terugkijkt en vooruitblijkt;
- Wat je voelt als jouw plaats in het geheel;
- Hoe je je verbonden voelt met plaats, gezin of kring van medemensen;
- Wat je in relatie tot anderen voor waar en waardevol houdt;
- Hoe je menswaardigheid en morele begrippen interpreteert;
- Waar je kracht uit haalt, wat je inspireert;
- Waar je voldoening en diepgang uit haalt.

---

<sup>1</sup> 'Spirituele zorg', 'zingeving' en 'aandacht voor geestelijk welbevinden' worden door elkaar gebruikt.

<sup>2</sup> Waar 'patiënt' staat, kan ook 'cliënt', 'bewoner' of 'gast' gelezen worden, evenals 'naasten'.

## Aanbod scholingen

---

Er zijn vele workshops, cursussen, scholingen enzovoorts beschikbaar, zowel extern als incompany. Dit overzicht is niet volledig en zal van tijd tot tijd wisselen. Kijk voor actuele gegevens op de websites.

### Zingeving in de palliatieve fase

Het programma bestaat uit een startbijeenkomst en 4 themamiddagen met ieder een eigen thema:

1. Met lege handen staan, 2. Wat is van waarde, 3. Frustratie en ruimte, 4. Sterven van alle kanten belicht. In elke themamiddag is ruimte voor eigen casuïstiek, worden vaardigheden getraind en wordt zelfreflectie gestimuleerd. Het programma is geschikt voor grotere groepen. De middagen kunnen los van elkaar, maar ook als reeks worden bezocht.

*Voor wie?* Verpleegkundigen, verzorgenden en andere professionals in de palliatieve zorg.

*Meer informatie:* [Expertisecentrum Palliatieve Zorg VUmc](#)

### Omgaan met zingevingsvragen in de palliatieve zorg

Training van 3 dagdelen in een groep van maximaal 12 deelnemers. In deze training draait het om het herkennen en vergroten van vaardigheden in het omgaan met zingevingsvragen van mensen die geconfronteerd worden met ziekte en afhankelijkheid. Er wordt geoefend met een acteur.

*Voor wie?* Verpleegkundigen, verzorgenden en andere professionals in de palliatieve zorg.

*Meer informatie:* [Expertisecentrum Palliatieve Zorg VUmc](#)

### In gesprek over het levenseinde

De geaccrediteerde scholing van één dagdeel gaat onder meer in op de volgende aspecten:

- Wanneer en waarom is praten over het levenseinde zinvol?
- Welke onderwerpen zijn cruciaal om het praten zo zinvol mogelijk te laten zijn?
- Wat te doen als de patiënt wel, maar de partner niet wil praten (of andersom)?
- Welke communicatieve vaardigheden zijn nodig om gesprekken over het levenseinde te voeren?
- Welke methodieken helpen bij het praten over het levenseinde met ongeneeslijk zieke mensen?

*Voor wie?* Verpleegkundigen, verzorgenden en vrijwilligers palliatieve terminale zorg.

*Meer informatie:* [Bureau MORBidee](#) (scholing op maat) en [Zorgscholing](#) (open inschrijving)

### Training existentiële gespreksvoering

Deze training richt zich op drie aspecten van spirituele begeleiding:

- Zingeving en levensvragen en de rol daarvan bij stervenden;
- Presentiemethodiek als grondhouding naar de ander;
- Dialogische mindfulness.

*Voor wie?* Verpleegkundigen, vrijwilligers, buurtteammedewerkers, mantelzorgers.

*Meer informatie:* [www.zininutrecht.nu](http://www.zininutrecht.nu)

### Intervisie in zorgteams

Intervisie biedt een middel om zelfreflectie binnen (buurt-)teams te stimuleren. Een dilemma m.b.t. een existentiële vraag wordt aan de groep voorgelegd, aan de hand hiervan zoekt men met elkaar naar de kern van de zaak, de diverse aspecten die aan de orde zijn en de emotionele betekenissen. Men wisselt inzichten en mogelijke denkrichtingen uit. De intervisie kan ondersteund worden door een intern of een extern begeleider, die gebruik kan maken van speciaal daartoe ontwikkeld materiaal.

*Voor wie?* Verpleegkundigen, huisartsen, buurtteammedewerkers, vrijwilligers.

*Meer informatie:* [www.zininutrecht.nu](http://www.zininutrecht.nu)

### **STerven op je Eigen Manier (STEM)**

Stichting STEM helpt bij het verbeteren van de palliatieve zorg en bij het praten over doodgaan. Hoe gaan mensen daarmee om en hoe sta je zelf tegenover (praten over) de dood? Want dat beïnvloedt hoe jij zorg verleent. Er zijn verschillende programma's ontwikkeld: een opstapbijeenkomst, een workshop, intervisie en train-de-trainer en een programma op maat.

*Voor wie?* Verpleegkundigen, verzorgenden, vrijwilligers, casemanagers dementie e.d.

*Meer informatie:* [www.stichtingstem.info](http://www.stichtingstem.info)

### **Wat uiteindelijk telt: aandacht en gewaar zijn in de zorg voor stervenden**

Ervaringsgerichte training die authentieke en praktische contemplatieve methoden combineert met de kennis en vaardigheden van hedendaagse palliatieve zorg. Deelnemers leren methoden als mindfulness, meditatie en hoe deze praktisch toe te passen.

*Voor wie?* Verpleegkundigen, VIG-ers, artsen, maatschappelijk werkers, geestelijk verzorgers en andere professionele en vrijwillige zorgverleners in de palliatieve zorg.

*Meer informatie:* [www.spcare.org](http://www.spcare.org)

### **In gesprek over levensvragen met de Verhalencirkel**

De Verhalencirkel is een praktisch hulpmiddel om in gesprek te gaan met mensen die ernstig ziek zijn en/of hun dierbaren over wat hen echt bezig houdt. Deze training biedt handvatten om het gesprek over levensvragen soepel op gang te brengen.

*Voor wie?* Zorgprofessionals, vrijwilligers en mantelzorgers.

*Meer informatie:* [www.bureaukwiek.nl](http://www.bureaukwiek.nl)

### **Ik zou zo graag een ketting rijgen**

Deze training is bedoeld om professionals en vrijwilligers vertrouwd te maken met het vorm en inhoud geven aan gespreksgroepen met kwetsbare en zorgafhankelijke ouderen. Oudere mensen weer in contact brengen met elkaar, met zichzelf en met wat hen ten diepste beweegt en daarmee bijdragen aan een zinvol leven.

*Voor wie?* Professionals (pastores, geestelijk verzorgers) en vrijwilligers

*Meer informatie:* Expertisenetwerk Levensvragen [www.relief.nl](http://www.relief.nl)

### **Mijn leven in kaart**

Je leert in deze workshop om op methodische wijze met ouderen in gesprek te gaan over hun levensverhaal. Aan de hand van kaarten met levensthema's help je ouderen systematisch hun levensbalans op te maken, om het verleden levend te houden en om verhalen over te dragen. Een levensboek is daarvan een mogelijk tastbaar resultaat.

*Voor wie?* Zorgprofessionals, vrijwilligers en naasten.

*Meer informatie:* Expertisenetwerk Levensvragen [www.relief.nl](http://www.relief.nl)

### **Landkaart Domein Mentaal Welbevinden**

Met de landkaart Domein Mentaal Welbevinden nemen zorgmedewerkers hun cliënt mee op reis door het domein mentaal welbevinden. In de training oefenen we met het gebruik van de kaart en bespreken we interactief na. Ook wisselen we veel tips uit over het voeren van gesprekken.

*Voor wie?* Professionals en vrijwilligers in zorg- en welzijnsorganisaties.

*Meer informatie:* Expertisenetwerk Levensvragen [www.relief.nl](http://www.relief.nl)

### **Lesmodules Zin in Zorg**

Lesprogramma voor zorgopleidingen over inspiratie, zingeving en ethiek. Er zijn drie thema's:

- inspiratie in de zorg (twee lessen);
- levensverhalen en zingeving (drie lessen);
- ethiek en morele reflectie (twee lessen).

*Voor wie?* Opleidingen in de zorgsector, mbo niveau 3&4 en hbo, voor studenten vanaf het eind van het tweede leerjaar en met minimaal een halfjaar stage-ervaring.

*Meer informatie:* Expertisenetwerk Levensvragen [www.relief.nl](http://www.relief.nl)

### **Van levenskunst naar stervenskunst**

Een introductieworkshop voor mensen die te maken hebben met stervenden en hun naasten. In het sterven kunnen mensen worstelen met vragen rond vasthouden en loslaten, geloven en weten. Welke vaardigheid en houding van de vrijwilliger of zorgprofessional zijn hierbij heilzaam? Bij het verkennen van deze vraag gebruiken we onder andere het 'innerlijke ruimte' model van Carlo Leget.

*Voor wie?* Zorgprofessionals, vrijwilligers en mantelzorgers.

*Meer informatie:* Expertisenetwerk Levensvragen [www.relief.nl](http://www.relief.nl)

### **Introductiecursus voor vrijwilligers**

Hospices en VPTZ-organisaties bieden een basisopleiding voor vrijwilligers die worden ingeschakeld in de zorg voor palliatieve patiënten. Ze krijgen kennis en vaardigheden op het gebied van historie en basisprincipes van palliatieve zorg, basisregels van communicatie en actief luisteren, pijnbeleid in palliatieve zorg en de behandeling van de meest voorkomende pijnsymptomen, privacy, beroepsgeheim en de ontologie, afscheid en rouw.

*Voor wie?* Vrijwilligers.

*Meer informatie:* [www.vptz.nl](http://www.vptz.nl)

### **Lezingen en workshops Landelijk Expertisecentrum Sterven**

In het Vlinderhuys in Amersfoort zijn met enige regelmaat lezingen en workshops te volgen. Het aanbod biedt een ruime keus als het om bewustwording van sterven en sterfelijkheid gaat.

*Voor wie?* Vrijwilligers, mantelzorgers, hulpverleners en andere belangstellenden.

*Meer informatie:* [www.landelijkexpertisecentrumsterven.nl](http://www.landelijkexpertisecentrumsterven.nl)

### **Post-HBO Omgaan met sterven**

In de Post-HBO intensive worden deelnemers intensief voorbereid op de begeleiding van stervenden. Verbinding met en verdieping in het eigen proces zijn daarbij uitgangspunt.

*Voor wie?* Beroepskrachten in de terminale zorg, zorgprofessionals, verpleegkundigen, verzorgenden, geestelijk begeleiders, ritueelbegeleiders, hulpverleners.

*Meer informatie:* [www.landelijkexpertisecentrumsterven.nl](http://www.landelijkexpertisecentrumsterven.nl)

### **Presentiebenadering**

Kwetsbare ouderen en chronisch zieken willen graag het gevoel hebben dat ze niet alleen patiënt, maar ook gewoon mens zijn. Als je 'present' werkt, focus je in de eerste plaats op wie deze mens is die jij verzorgt en verpleegt. Je vraagt je niet alleen af: 'Wat kan ik voor jou doen?', maar ook: 'Wie kan ik voor jou zijn?' Door steeds alert te zijn en goed af te stemmen op de ander, kun je ontdekken wat hij of zij nu het meeste nodig heeft.

*Voor wie?* Verpleegkundigen, vrijwilligers, buurtteammedewerkers, huisartsen, mantelzorgers.

*Meer informatie:* [www.zininutrecht.nu](http://www.zininutrecht.nu)

### **De taal van beelden en symbolen in de palliatieve zorg**

Mensen in de laatste levensfase omringen zich vaak met voorwerpen die voor hun een belangrijke betekenis hebben. Foto's, beeldjes, een stoel, een vaasje, een sieraad: symbolische voorwerpen. De beschrijving van iets waar iemand van genoot, kan ook beelden bevatten met een persoonlijke betekenis. Hoe kun je luisteren naar en ingaan op deze betekenissen?

*Voor wie?* Verzorgenden niveau 3 en verpleegkundigen niveau 4/5

*Meer informatie:* [www.leerhuizenpalliatievezorg.nl](http://www.leerhuizenpalliatievezorg.nl)

### **Schilderen in de laatste levensfase**

In de laatste levensfase komt de dood steeds dichterbij, ook al wil je dat misschien niet. Het leven vernauwt zich en het is een kunst om daar je weg in te vinden. Schilderen kan ruimte geven, ook als je het niet eerder hebt gedaan. Op een zachte manier kun je innerlijk toegroeien naar acceptatie. In deze workshop gaan deelnemers de spirituele werking van schilderen ervaren.

*Voor wie?* Mensen in de laatste fase van hun leven.

*Meer informatie:* [www.kunstzinnige.nl](http://www.kunstzinnige.nl)

## **Andere hulpmiddelen**

---

### **Richtlijn spirituele zorg in de palliatieve fase**

[www.pallialine.nl/spirituele-zorg](http://www.pallialine.nl/spirituele-zorg)

### **ABC voor spiritualiteit in de zorg** (boek)

Voor zorgmedewerkers is het goed soms pas op de plaats te maken en na te denken. Wat beweegt je? Wat belemmert je en wat stimuleert je? Wat is belangrijk in dit werk? Voor hen die zich willen bezinnen op hun werk schreef pastor Marinus van den Berg een werkboek: korte teksten en een set kaarten met vragen en stellingen brengen het nadenken en het gesprek op gang. Online te bestellen.

### **Levenseindegesprekken** (boek)

Dit boekje van Rob Bruntink en Mariska Overman beantwoordt vragen over het waarom, wanneer, waarover en hoe van gesprekken over het levenseinde. De meeste aandacht krijgt het hoe: hoe start je levenseindegesprekken of hoe maak je ze eenvoudiger? Daarvoor worden 14 verschillende handvatten aangereikt, die onmiddellijk in de praktijk toegepast kunnen worden. Bestellen:

[www.bureaumorbidee.nl](http://www.bureaumorbidee.nl)

### **Ruimte om te sterven, Van levenskunst tot stervenskunst, Zingeving in zorg en welzijn** (boeken)

In *Ruimte om te sterven* legt Carlos uit dat een goede omgang met het levenseinde alles te maken heeft met het geven en ervaren van ruimte. In *Van levenskunst tot stervenskunst* laat Leget zien hoe zijn spirituele model van de innerlijke ruimte toegepast kan worden en gewerkt kan worden met vragen rond het levenseinde. *Zingeving in zorg en welzijn* wil aankomend hbo-professionals binnen gezondheidszorg of sociaal werk ondersteunen bij het ontwikkelen van zingevingcompetenties. Alle drie de boeken zijn online te bestellen.

### **Zingeving in de palliatieve zorg** (boek)

Palliatieve zorg geeft al snel aanleiding tot vragen over de zin van levensgebeurtenissen. Waarom moest juist hem of haar dit overkomen? In dit boek gaat auteur Marinus van den Berg in op de verschillende aspecten van zingeving: zingeving en levensbeschouwing, zingeving in de terminale fase,

geestelijke verzorging en pastoraat, spiritualiteit in de alledaagse zorg, de zin van zorg en tenslotte de zin van palliatieve zorg. Online te bestellen.

### **Tja, wat zal ik zeggen** (boek)

Zelfscholing met hulp van theater in organisaties. Het boek van Elizabeth Johnston Taylor, Peterjan van der Wal en Janco Wijngaard biedt een professionele handreiking voor het omgaan met spiritualiteit in de zorg. Het brengt kennis uit de psychologie en psychiatrie, geestelijke verzorging en verpleegkunde samen. Bij het boek zit een DVD met tien spelsituaties uit de praktijk. Online te bestellen.

### **Zingevende gespreksvoering** (boek)

Zelfscholing van Marjoleine Vosselman en Kick van Hout. Wat zeg je tegen een ernstig zieke cliënt die zich afvraagt: 'Waarom ik?' Hoe kun je helpen als er geen oplossingen zijn? Het boek *Zingevende gespreksvoering* biedt vaardigheden, technieken en werkvormen voor de vakkundige begeleiding bij zinvragen. Met veel praktijkvoorbeelden. Online te bestellen.

### **Met ouderen in gesprek over levensvragen** (lesbrieven)

De lesbrieven zijn bedoeld om met zorgverleners stil te staan bij levensvragen van kwetsbare ouderen. Doel is het vergroten van hun kennis en mogelijkheden om levensvragen van cliënten te herkennen en er ondersteunend op in te gaan. De korte en overzichtelijke lesbrieven zijn geschikt om na een korte voorbereiding te gebruiken als onderdeel van een werkoverleg, teamoverleg of als klinische les. *Voor wie?* Zorgprofessionals, geestelijk verzorgers.

*Meer informatie:* [www.zorgvoorbeter.nl](http://www.zorgvoorbeter.nl)

### **Oog in oog, Kaartjes van betekenis, Ik wil graag met je praten, Zullen we over de dood praten?**

*Games that matter* ontwerpt spellen en gespreksstarters die helpen de dood en zorg daaromheen bespreekbaar te maken. Zo leer je om te gaan met sterfelijkheid en geef je verlies en afscheid de ruimte op school, op het werk en thuis.

*Voor wie?* Iedereen die persoonlijk of beroepshalve te maken heeft met het levenseinde.

*Meer informatie:* [www.gamethatmatter.nl](http://www.gamethatmatter.nl)

### **In gesprek met het Ethiekbekje of het Kwiekbekje**

Het Ethiekbekje en het Kwiekbekje zijn hulpmiddelen voor een goed gesprek. Het Kwiekbekje is een kleurrijk en speels instrument voor alle leeftijden. Het Ethiekbekje helpt zorgverleners en vrijwilligers om met collega's in gesprek te gaan over hun werk en genomen beslissingen.

*Voor wie?* Kwiekbekje: patiënten, zorgprofessionals, burens, vrienden, familie en vrijwilligers.

Ethiekbekje: professionals, vrijwilligers en leerlingen.

*Meer informatie:* [www.bureaukwiek.nl](http://www.bureaukwiek.nl)

### **De cirkel Er zijn**

Een methode om stapsgewijs te kijken van waaruit contact met de patiënt begint, met authenticiteit, sensitiviteit, afstemming, reflectie, balans en 'er zijn' voor de ander.

*Voor wie?* Zorg- en hulpverleners, vrijwilligers.

*Meer informatie:* [jet.van.hasselt@hetnet.nl](mailto:jet.van.hasselt@hetnet.nl)

### *Samenstelling*

Werkgroep spirituele zorg netwerken palliatieve zorg Utrecht-Zuid, Noordwest-Utrecht, Utrecht stad, Zuidoost-Utrecht.

© 2018 Zicht op Zin. Overname met bronvermelding is prima.