

Zicht op Zin

Toolkit 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 zorg¹ is van wezenlijk belang, helemaal in de palliatieve fase. Door aandacht te geven en te praten over levensvragen, kunnen patiënten² 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. Het wordt vooral door generalistische zorgverleners gegeven: verzorgenden, verpleegkundigen, artsen e.a., of dat nu bij mensen thuis is of in een zorginstelling. Maar hoe doe je dat? Patiënten en zorgverleners praten niet altijd gemakkelijk over levensvragen. Hoe krijg je als hulpverlener inzicht in wat ongeneeslijk zieke mensen en hun naasten bezighoudt? 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. 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.

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.

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

² 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: [Zin in Utrecht](#)

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: [Zin in Utrecht](#)

Hoe ga ik om met hoop en wanhoop in de palliatieve fase?

Iemand in de palliatieve fase krijgt te maken met fysieke achteruitgang, verlies, confrontatie met sterfelijkheid en toekomstperspectief. Reacties lopen uiteen van hoop op genezing tot wanhoop en willen sterven. Hoe ga jij daarmee om? In de training ontvang je informatie over fasen bij een progressieve ziekte en onderzoeken we jouw reactiepatronen. Zo kun je je handelingsperspectief verruimen, zowel op het gebied van ondersteuning als op dat van zelfzorg.

Voor wie? Verpleegkundigen, fysiotherapeuten e.a. professionals in de palliatieve zorg.

Meer informatie: [Vestalia](#)

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: [Stichting Stem](#)

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: [Bureau Kwiek](#)

Ik zou zo graag een ketting rijden

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 [Relief](#)

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 [Relief](#)

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 [Relief](#)

Introductie cursus 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: [VPTZ](#)

E-learning: Dorst of doodsangst - herkennen van spirituele signalen in de terminale fase

Hoe zorg je dat iemand niet alleen lichamelijk en psychosociaal, maar ook spiritueel gezien goed sterft? De één vangt signalen van spirituele nood makkelijker op dan de ander. In 2016 verscheen hierover het boekje 'Dorst of doodsangst?' Er is nu ook een e-learning over de methodiek beschikbaar in twee delen: één gericht op uitvoering van de methodiek en één op het implementeren ervan in de dagelijkse zorgpraktijk.

Voor wie? Vrijwilligers(coördinatoren) en zorgprofessionals.

Meer informatie: [VPTZ](#)

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: [Landelijk Expertisecentrum Sterven](#)

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: [Landelijk Expertisecentrum Sterven](#)

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 nú het meeste nodig heeft.

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

Meer informatie: [Zin in Utrecht](#)

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: [Leerhuizen Palliatieve Zorg](#)

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: [Kunstzinnige Praktijk](#)

Lesmaterialen en andere hulpmiddelen

Onderwijspakket spirituele zorg

Training van hospiceteams. Resultaten: vanuit een helder en toetsbaar kader spirituele zorg verlenen, ondersteunen van de behoefte in het existentiële zijn, een door de patiënt ervaren bijdrage leveren om 'innerlijke ruimte' te bereiken en gericht zorg dragen voor kwaliteit van leven, rouwen en sterven.

Voor wie? Multidisciplinaire teams van vrijwillige en professionele zorgverleners werkzaam in hospices, hospice-units in verpleeghuizen en hospiceteams in de eerste en tweede lijn.

Meer informatie: [Academisch Hospice Demeter](#)

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 [Relief](#)

Lesbrieven Met ouderen in gesprek over levensvragen

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: [Zorg voor Beter](#)

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: [Games That Matter](#)

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: [Bureau Kwiek](#)

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

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

In *Ruimte om te sterven* legt Carlo Leget 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 zingevingscompetenties. 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.

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: [Bureau MORBidee](#)

ABC voor spiritualiteit in de zorg (boek)

Voor zorgmedewerkers is het goed af en toe even 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 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.

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.

Richtlijn spirituele zorg in de palliatieve fase

pallialine.nl/spirituele-zorg

©2018 Netwerken palliatieve zorg Utrecht-Zuid, Noordwest-Utrecht, Utrecht stad, Zuidoost-Utrecht.
Overname met bronvermelding is prima.

Contact: Margriet Wanders m.wanders@careyn.nl