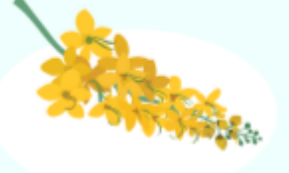




Vindplaats zingeving

Zoek de zin  EMOTIE Ik begrijp niet dat dit me overkomt	Zoek de zin  NACHTRUST Ik heb vannacht weer niet kunnen slapen	Zoek de zin  BEZOEK Ik hoop dat mijn familie vanmiddag komt	Zoek de zin  ENERGIE Als ik maar niet zo vermoeid was
Zoek de zin  GEBED Ik bid altijd om genezing maar ik geloof dat ik niet verhoord word	Zoek de zin  LEVENSMOE Soms denk ik, het hoeft niet meer	Zoek de zin  DOOD Ik wil niet als een kasplantje eindigen	Zoek de zin  LEVEN Ik wil nog wel doorleven, voor mijn kinderen

drs Beatrijs Hofland
geestelijk verzorger

Workshop Zingeving in de palliatieve zorg

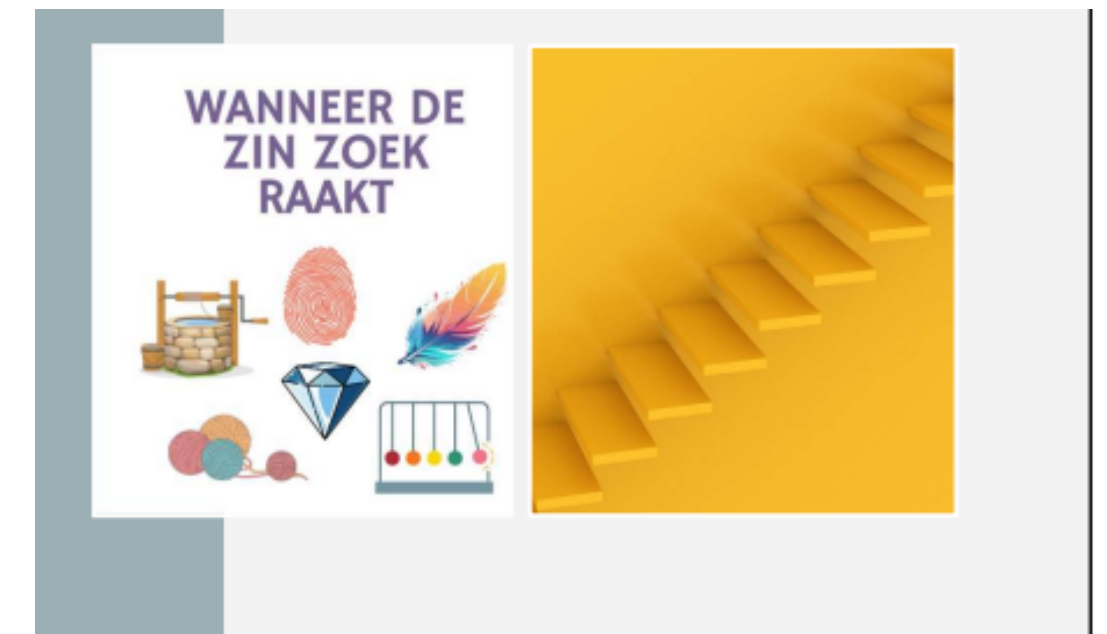
Spiritueel voetenvegen



Inhoud

Spirituele competentie ontwikkelen: Vier-zin model

1. Zinzoeken: leren signaleren.
2. Zin maken: ingaan op wat je signaleert: 3 vragen, EHBZV
3. Zinvinden: Diamantmodel, Luisteren in lagen
4. Zingeven: Hoop, Doorverwijzen: inzet Geestelijke verzorging en psychologie/maatschappelijk werk

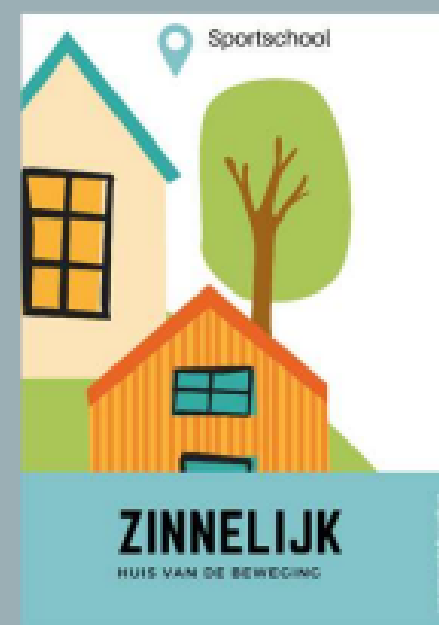
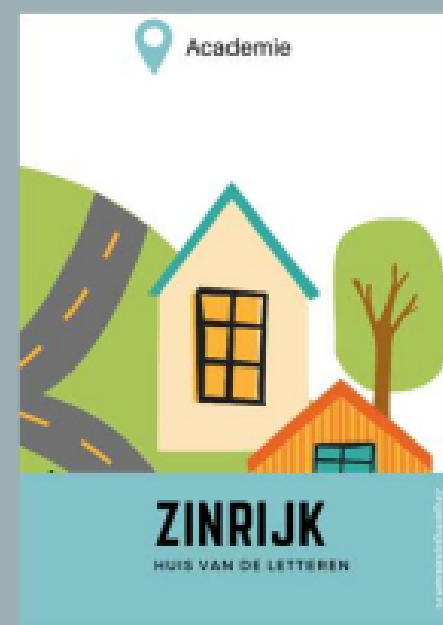
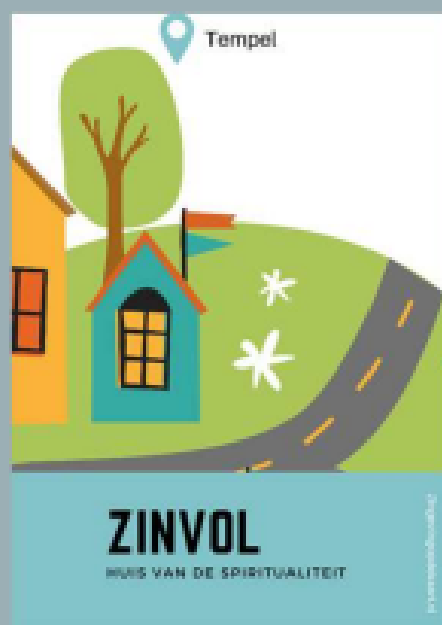




Zingeving in de
praktijk: volautomaat of
handwerk?



Vier Zienswijzen van René Gude



:Alledaagse zin (daily meaning)

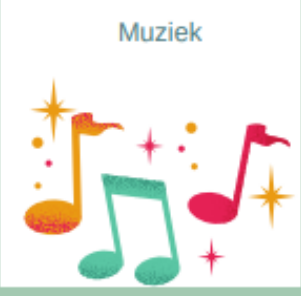
Van betekenis zijn (connection)

Ultieme zin (existential meaning)

*Baumeister, R.F. 1991

*Gude, R. 2017

*Park, C.L., 2017



Zinbronnen



Herkennen
levensvragen = duiden
zingevingaspecten van
ziek zijn



Waarom overkomt mij dit?

Wat is het goede doen in deze situatie?

Wat heeft mijn leven voor zin?

Ben ik anderen niet alleen maar tot last?

Waar put ik kracht uit?

Waarom heeft God (Allah) mij in de
steek gelaten?



Meest waargenomen zingevingsvragen

- Levenseinde (invulling hiervan)
- God (lijden/rol van God/goddelijke hierin)
- Attributies (waarom ik/schuld en rechtvaardigheidsvragen)
- Relaties met belangrijke anderen





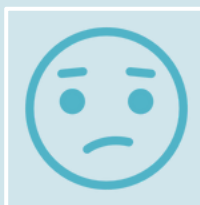
3 vragen



- wat houdt u in het bijzonder bezig op dit moment?



- aan wat of wie had u steun in eerdere situaties?



- wie zou u op dit moment graag bij u willen hebben ter ondersteuning

*verkenningvragen van het Mount Vernon Cancer Network (MVCN)



Eerste hulp bij zinverlies

Existentiële ervaringen en zingeving (Jacobs, 2020)

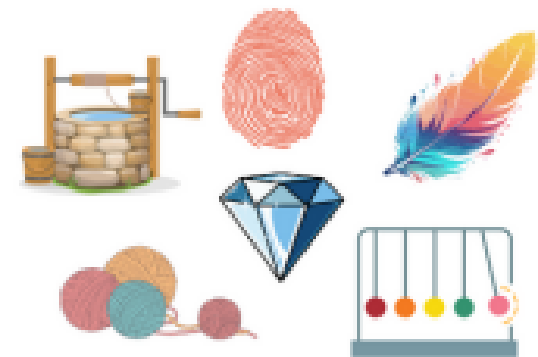
The propeller; a model of existential/spiritual strength approaches (Haufe et al., 2020).

VINDPLAATSZINGEVING.NL



Eerste hulp bij zinverlies

WANNEER DE ZIN ZOEK RAAKT





IDENTITEIT

Wat: identiteit versterken, behoud van initiatief, keuzemogelijkheden ervaren, eigen activiteiten voortzetten, rollen

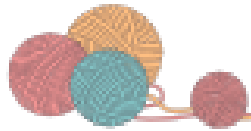
Hoe: initiatieven ondersteunen, vaardigheden uit verleden aanboren.



KRACHTBRONNEN

Wat: dagelijkse zingeving versterken. Dagelijkse routines en activiteiten volhouden geeft gevoel dat het leven doorgaat, dat niet alles verloren is

Hoe: vragen naar dagelijkse activiteiten en routines, helpen met deze mogelijk te maken



VERBINDING

Wat: verbinding herstellen of verstevigen, blijkt belangrijkste element te zijn als tegengif tegen zinverlies en tegen existentiële eenzaamheid en mogelijke traumatisering door ziekte ervaringen.

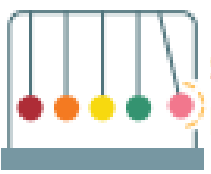
Hoe: naasten betrekken,, verbinden met traditie/God/hogere/natuur/kunst



INNERLIJKE RUIMTE

Wat: open houding voor patiënt, zorgverlener, naaste, ruimte bieden voor diepere emoties en spanningsvelden

Hoe: herkennen thema's ahv spanningsvelden Ars Moriendi model Leget



SPIRITUELE NALATENSCHAP

Wat: nalatenschap (spirituele) verkennen en benoemen.

Hoe: vragen naar waar iemand trots op is, kunnen ontvangen en geven van zorg kinderen/kleinkinderen/belangrijke naasten betrekken

bronnen: M. Haufe (2020) en Leget (2007) opvraagbaar bij vindplaatszingeving.nl

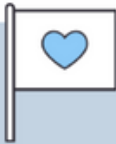
Diamantmodel

DE DIAMANT IS VOOR IEDEREEN



DIAMANTMODEL GESPREKSKAART

.....
5 stappen naar innerlijke ruimte*



Doen en laten

Hoe ga ik om met wat me overkomt?
Moet je alles doen wat mogelijk is?
Wat moet je doen? Wat moet je laten?
Is het verstandig om alle behandelingen aan te grijpen? Of kun je beter aanvaarden dat het leven eindig is. Wil je nog van heel veel mensen afscheid nemen?



Herinneren en vergeten

Hoe kijk ik terug op mijn leven?
Mooie herinneringen kunnen kracht geven. Er kunnen ook heftige herinneringen zijn die je het liefst wegstopt of vergeet. Wat is voor jou belangrijk om vast te houden en hoe doe je dat? Zijn er nog dingen om recht te zetten?



Vasthouden en loslaten

Hoe ga ik om met de mensen om mij heen? Waar vind je houvast als je moet loslaten? Wanneer moet je loslaten? En hoe gaat dat, het leven loslaten? Waar hoop je op?



Beloven en weten

Wat staat me te wachten? Waar mag ik op hopen? Op wie kan ik vertrouwen? Waar vind ik zekerheid? Waar geloof ik in? Welke grote vragen heb ik nog?



Ik en de ander -vertel je levensverhaal-

Hoe je tegen jezelf aankijkt, wordt grotendeels bepaald door wat je hebt meegemaakt in je leven. Je rol en relatie tot de mensen in je omgeving verandert als je dichtbij de dood staat. Wie is jou tot steun (geweest) en wie ben jij zelf tot steun? Wat vind ik belangrijk om nog te doen in de tijd die er nog is? Wie kunnen me helpen om beslissingen te nemen?

Vindplaatszingeving.nl 2025

*5 spanningsvelden: het diamantmodel of ars moriendi-model van Carlo Leggeri in oorsprong: Van levenskunst tot stervenskunst, 2008





Luisteren in lagen



1



-Feiten -

feitelijke uitspraak: 'dit is er
gebeurd/dit is er nu...'

2



-Emoties -

gevoelens: 'ik voel me...'

3



Biografie

sociale identiteit: 'ik was/ ben iemand
die...'

4



Zingeving - spiritualiteit-

zonder dit is er/voel ik me/ben ik....
of: zo belangrijk is dit voor me...

In elk verhaal zijn alle lagen verweven!

Luisteren in lagen



Hoop

Omgaan met hoop

IN DE PALLIATIEVE FASE



..

NIEUW PERSPECTIEF



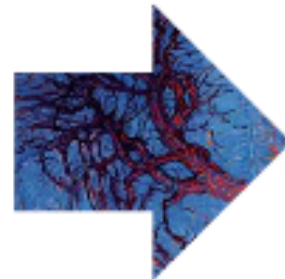
Omgaan met hoop – Richtlijnen Palliatieve zorg (palliaweb.nl) en Olsman E (2016)



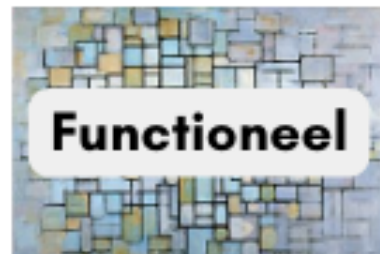
3 Casussen

1. Ik hoop dat ik volgende week nog de verjaardag van mijn kleinzoon kan vieren [vrouw van 83, terminale fase]
2. Ik hoop dat ik dit jaar rond 4 mei me eens niet zo teneergeslagen voel [man van 94, oorlog meegemaakt]
3. Ik hoop dat u me een spuitje geeft als ik echt niet meer kan [vrouw van 86, beginnende dementie]

3 Benaderingen



.....

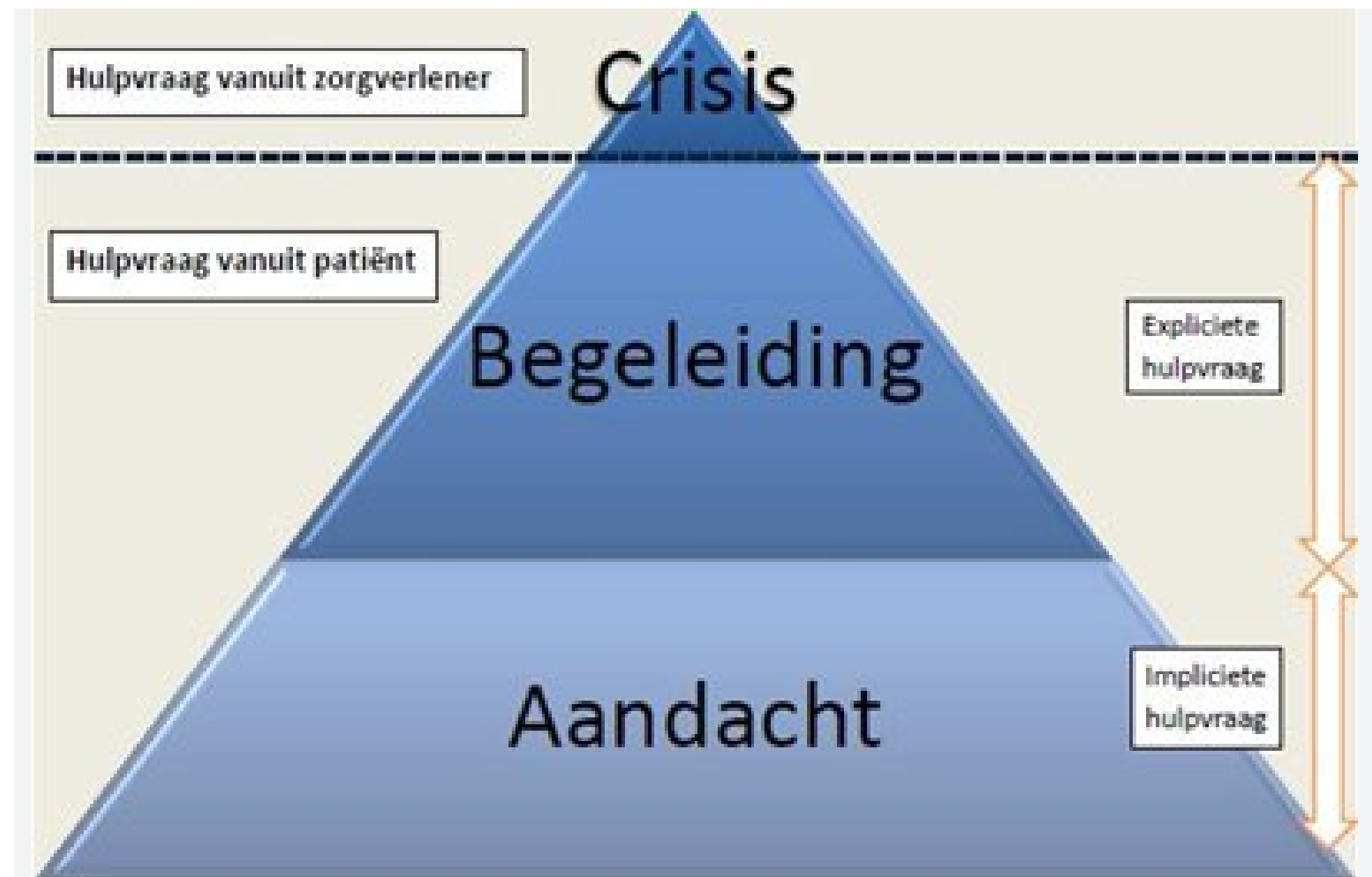


.....



.....

Doorverwijzen Abc model



Wanneer schakel ik aanvullende ondersteuning in?

Wat zie of merk ik aan de patiënt en/of naasten?

Afhankelijk
Agressief
Angstig
Apathisch

Bezorgd
Boos
Eenzaam
Onzeker

Passief
Sombor
Stil
Teleurgesteld

Teruggetrokken
Verdrietig
Verward
Wanhopig

Bespreek wat je ziet bij de patiënt en/of naasten
Vraag door om erachter te komen wat er aan de hand is*

GEESTELIJKE VERZORGING

1. Omgaan met ziekte, beperking en verlies in relatie tot het eigen levensverhaal.
2. Waarde, zin en betekenis.
3. Nadenken over het leven en/of de dood.
4. Waarom-vragen.
5. Morele keuzes /dilemma.

MEDISCH MAATSCHAPPELIJK WERK

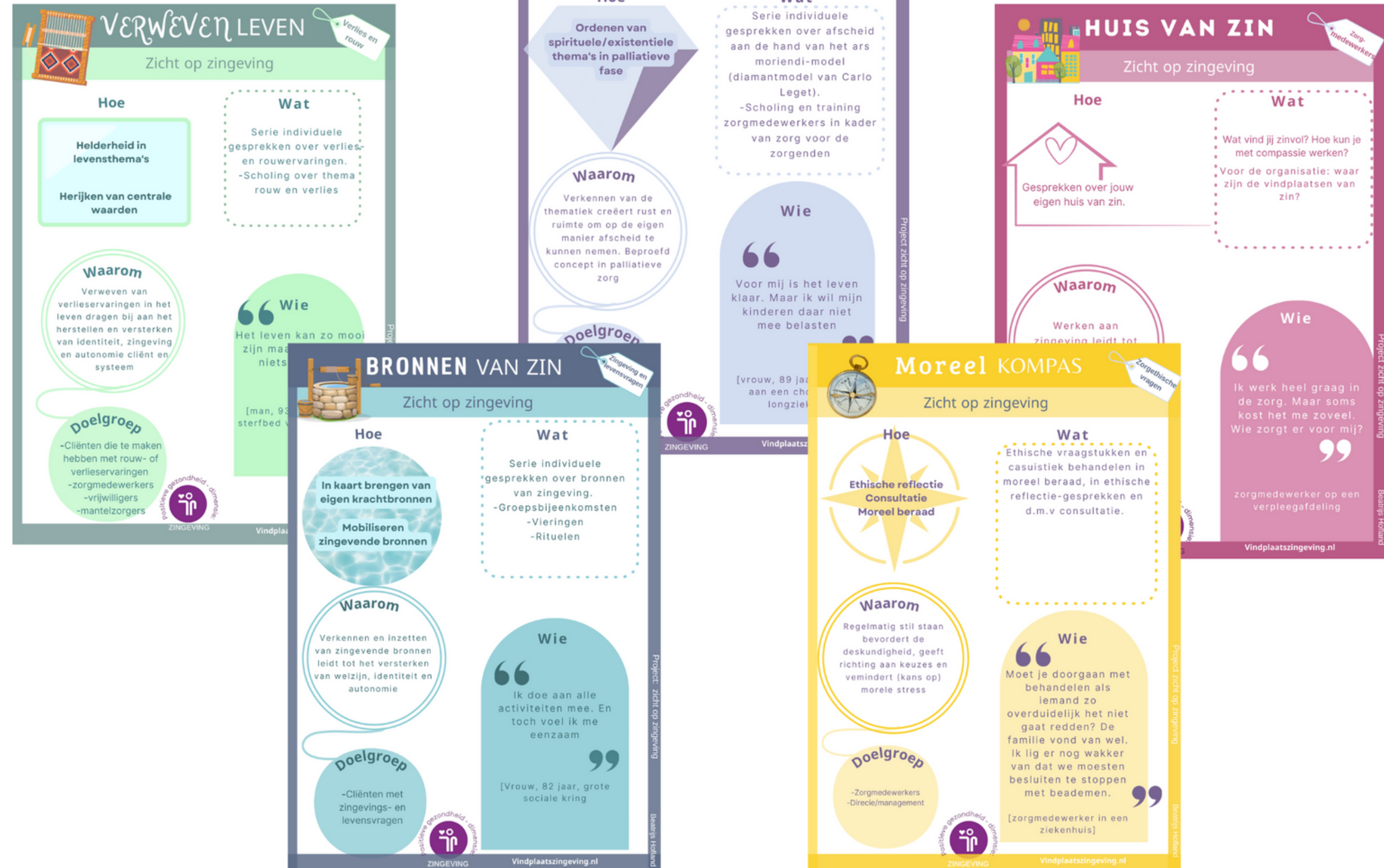
1. Omgaan met ziekte, beperking, rouw en verlies in relatie tot het functioneren.
2. Verlies van grip/controle.
3. Praktische problemen.
4. Zorgen om familie/naasten (vermoeden) huiselijk geweld.
5. Moeizame communicatie patiënt en zorgverlener.

PSYCHIATRISCHE CONSULTATIE

6. Depressie.
7. Suicidaliteit/Poging suicide
8. Angststoornissen.
9. Verwardheid of delier. bij patiënt onder de 65 jaar.
10. Eerder al bekend met psychiatrie in afgelopen jaar en bij behoefte van patiënt.



Watch my Powtoon:
Q&A: Van zorgvragen
tot levensvragen





Zorgen na trauma

Welke last draag je?

Wat ligt als een steen op je maag?

Wat kleeft aan je?

Waar wil je een dikke streep door?

Waar wil je troost voor?

Waar wil je je licht op laten schijnen?

Wat geeft je leven kleur? Wat maakt je leven LICHTer

AFSCHEID NEMEN in buitengewone situaties

Vooraf
Spreek voor dit ritueel een tijdje af met de verzorgenden/psychische verzorger op de plek waar u naaste nu is en met andere familie en vrienden thuis. Bekijk af videobellen kan en mag. Zoek passende teksten en muziek uit.*

Heilig plekje
Richt een hoekje in op tafel met belangrijke voorwerpen: foto's, kaarsje, teksten, muziek(boxje), bloemetje, belangrijke persoonlijke spulletjes

Kaarsje aansteken
Steek een kaarsje aan en noem de (geboorte)naam van de stervende

Herinneringen
Deel met elkaar de goede herinneringen, het verdriet en de dankbaarheid en alles wat je nog tegen elkaar wilt zeggen

40 Golfbrekers

Onderweg naar Pasen 2023

COMPASSIE IS EEN PRAKTISCH VERWORVEN VAARDIGHEID, ZOALS DANSSEN. JE MOET HET DOEN EN ELKE DAG IJVERIG OEFENEN. KAREN AMSTRONG

Gun jezelf een: Genoegpunt. Je doet genoeg. Punt.

DOE DE 360° Symbolische betekenis van persoonlijke voorwerpen

Sociale relaties

Sociale verhoudingen



Geluk

Geef je volle aandacht aan hetgeen waar je op dit moment mee bezig bent en zie daar de mooie aspecten van, zodat je er ten volle van kunt genieten. Dat is voor mij de sleutel tot geluk.

Patrick de Rooij

Levensboom

Wat is uw mooiste herinnering?

Waar bent u dankbaar voor?

Waar bent u trots op?

oneliner: Wat is u overkomen?

Psychologie:

Geestelijke verzorging:

Bravis ziekenhuis

Met gepaste stilte

presenteren wij de nieuwe website van Bravis Rustpunt

PODCAST

EPISODE #1

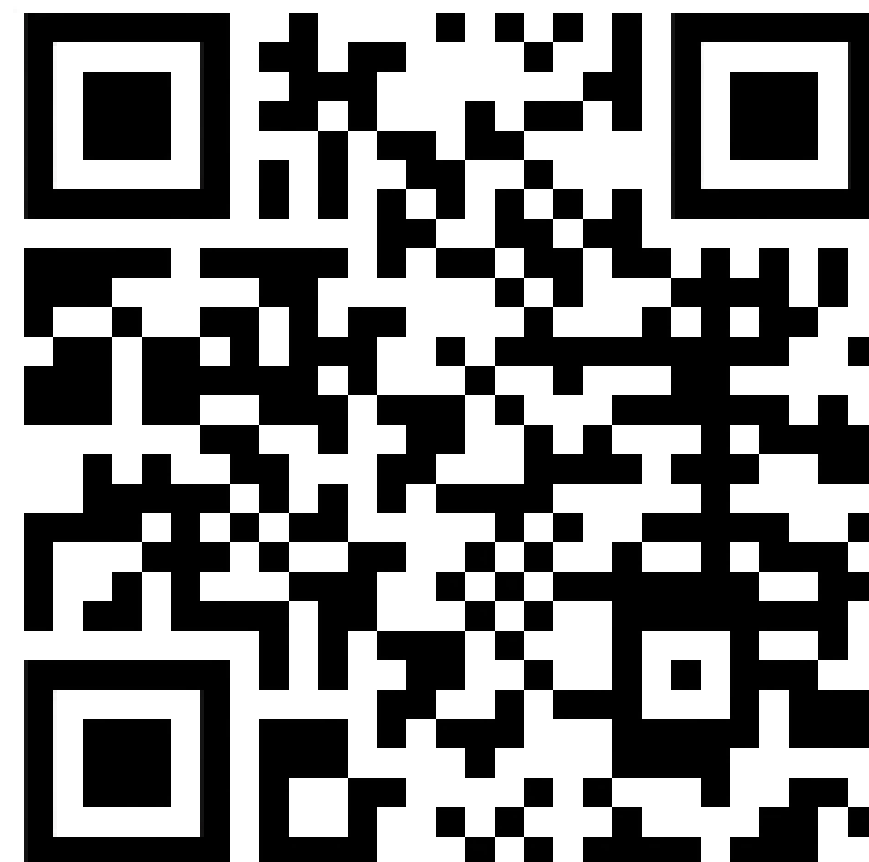
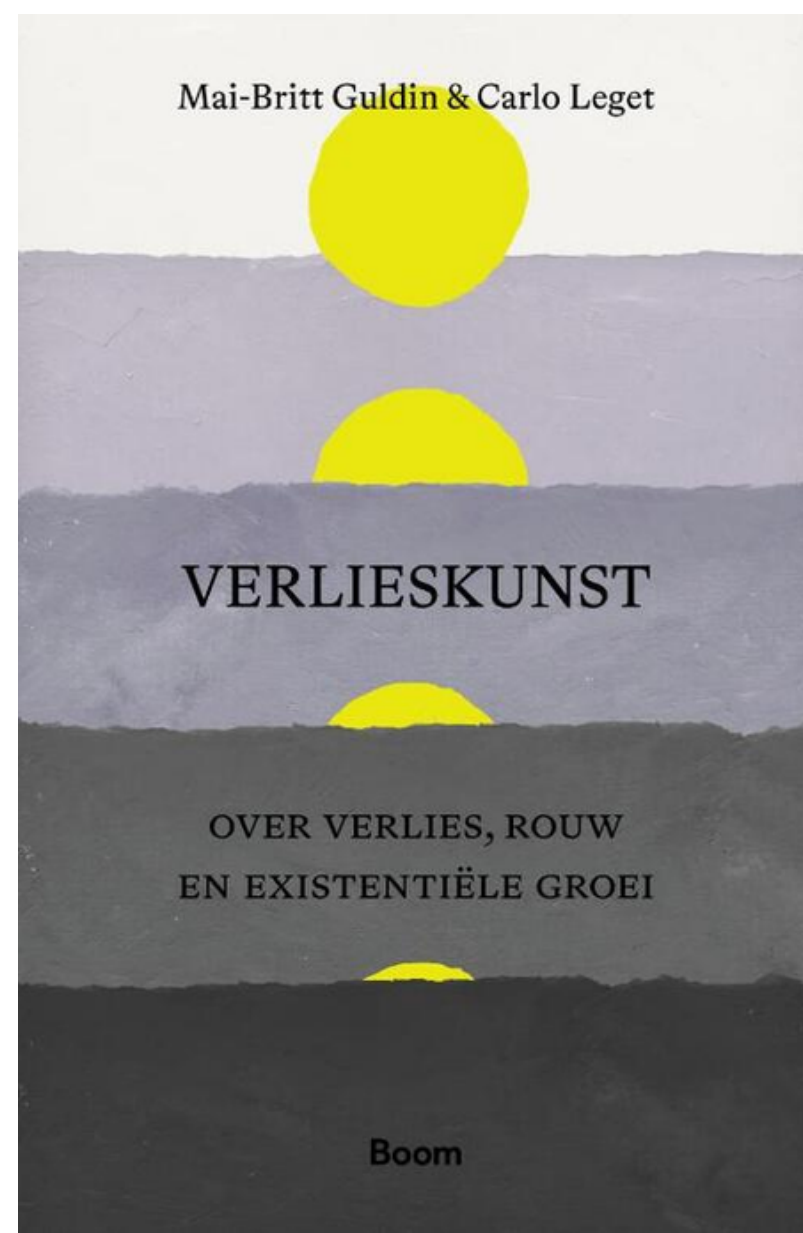


VINDPLAATS ZINGEVING



Vindplaats compassie

beeld: Albert Schweitzer Ziekenhuis
beeldbewerking: Beatrijs Hofland



Vindplaatszingeving.nl