

Aandacht voor zingeving in de opleiding tot huisarts, AVG en specialist ouderengeneeskunde

Karin Seijdell, geestelijk verzorger
Madeline Pikaar, huisarts, HAB GGZ-blok
Maastricht

Doel van deze workshop

- ▶ Kennis krijgen over zingeving en levensvragen
- ▶ Ervaring opdoen met het praten over levensvragen en zingeving, gericht op overdracht naar de artsen die je begeleidt

Programma

- Spirituele dimensie in de zorg
- Herkennen van zingevings- en levensvragen;
- Hoe je zelf levensvragen kunt begeleiden en welke vragen je kunt stellen;
- Wanneer en naar wie je kunt doorverwijzen.

Zingeving in de huisartsenpraktijk: een praktijkvoorbeeld

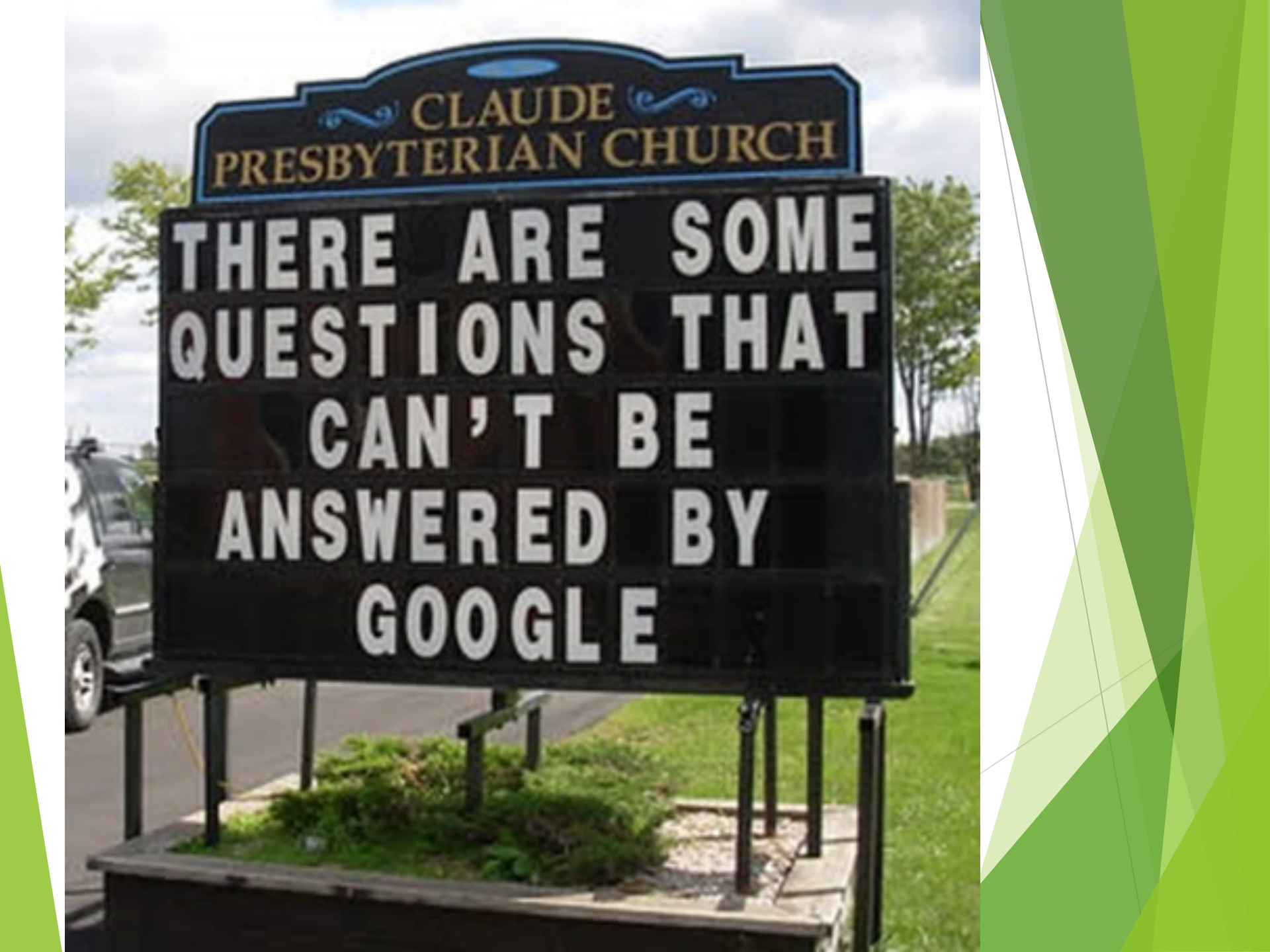


Een klein woordenboek bij Spiritualiteit en zingeving

- ▶ *Zingeving: dagelijkse en existentiële;*
- ▶ *spiritualiteit : je verhouden ten opzichte van wat voor jou betekenisvol/heilig is;*
- ▶ *existentiële dimensie: word je vaak bewust van als de zin op het spel staat*
- ▶ *Levensvragen: vragen naar zin en betekenis*

CLAUDE
PRESBYTERIAN CHURCH

THERE ARE SOME
QUESTIONS THAT
CAN'T BE
ANSWERED BY
GOOGLE



Zingeving is onderdeel van positieve gezondheid



Zingeving en de verbinding met positieve gezondheid



Zingeving

- Geniet van het leven
- Bepaal je persoonlijke doelen en missie
- Focus op wat goed gaat
- Wees dankbaar voor de goede dingen
- Blijf jezelf ontwikkelen

Herkennen van levensvragen

Komen vaak aan de oppervlakte door een ingrijpende gebeurtenis zoals ziekte, besef van ouderdom, verlies, verhuizing, scheiding, pensioen. Dit kan de zingeving onder druk zetten maar het hoeft niet.

- Veel voorkomende emoties: Rusteloosheid, woede, gelatenheid;
- Vragen rondom geloof of levensovertuiging;
- Vragen rondom levenseinde;
- Vragen over de eigen identiteit en zinervaring.

Wat zegt de patiënt?

LEVENSVRAGEN

Perdies 1008 8301 BA Arnhem www.loesje.nl

**IK RICHT ME LIEVER
OP HET AANBOD**

Loesje

'Waar heb ik dit aan verdiend?'

'Waarom moet ik zo lijden?'

'Wat heb ik verkeerd gedaan?' - 'Heb ik het goed gedaan?'

'Wat heeft mijn leven zo nog voor zin?'

'Ben ik anderen niet alleen maar tot last?'

'Wie ben ik (eigenlijk/nog)?'

Vragen om het gesprek aan te gaan

Wat houdt u op dit moment bezig?

Voor welke zaken zou u graag aandacht willen?

Waar had u steun aan in eerdere moeilijke situaties?

Door wie/ wat zou u gesteund kunnen worden?

U maakt op mij een rustige indruk, klopt dat met hoe u zich voelt?

Reflectie

- ▶ Hoe zie je je eigen rol wat betreft existentiële en spirituele vragen van patiënten? Vooral doorverwijzen/herkennen? Zelf adresseren? Of anders?

Spiritueel welzijn

- ▶ Betekenis, bedoeling
- ▶ Hoop, vertrouwen,
- ▶ Verbondenheid, liefde
- ▶ Vergeving, verzoening
- ▶ Relatie met transcendentie
- ▶ Afronden van het leven
- ▶ Troost

Spirituele distress

- Demoralisering
- Wanhoop, existentiële twijfel
- Isolement
- Verwijten, onvermogen te vergeven
- Geen gevoel van transcendentie
- Leven willen vasthouden
- Ontroostbaar zijn

De richtlijn spiritualiteit in de palliatieve zorg

- ▶ Verheldering van wat spiritualiteit in de (palliatieve) zorg kan bieden;
- ▶ Taakverdeling;
- ▶ Aandacht voor spiritualiteit en zingeving in de zorg
- ▶ Aandacht voor perspectief van patiënt en zorgverlener.

Wat is spirituele coping?

Patiënt: Hoe ga ik om met het gegeven dat ik levensbedreigend ziek ben?

Dokter/zorgverlener: Wat doet de confrontatie met vergankelijkheid met mij?

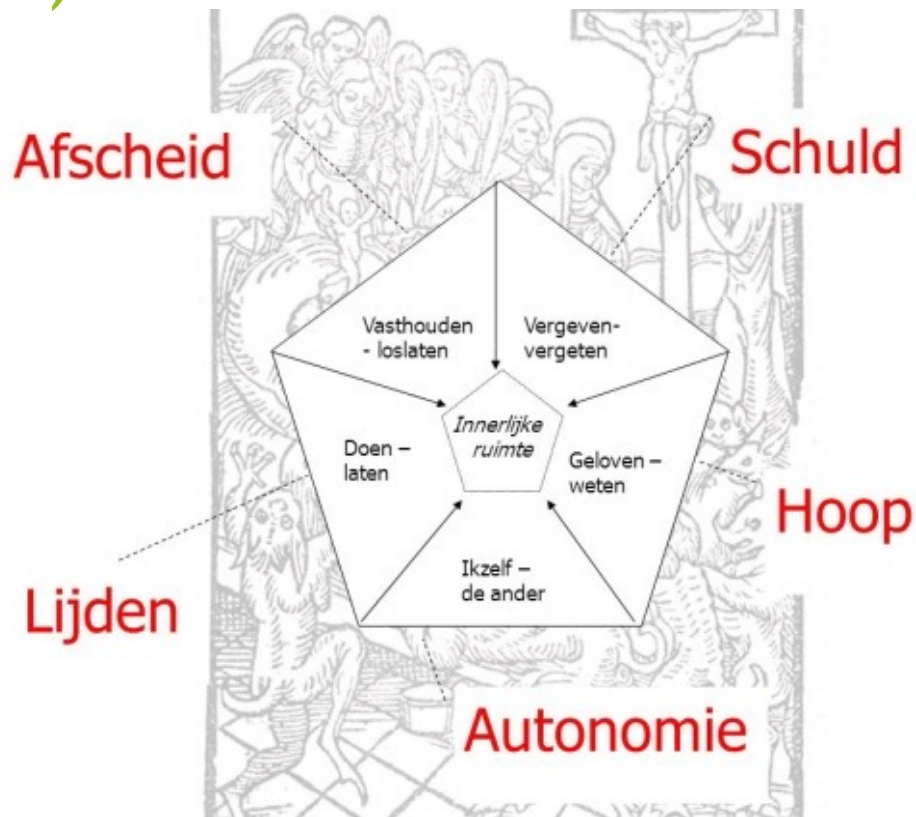
Vormen van spirituele coping

- ▶ Hoop putten uit je levensbeschouwing
- ▶ Bidden en meditatie als hulp om om te gaan met de stress van de ziekte
- ▶ Je verhaal delen
- ▶ Gedachten vormen over leven na de dood
- ▶ Bedoeling/betekenis geven aan ziekte
- ▶ Unfinished business oplossen
- ▶ Balans opmaken van het leven

Vragen

- ▶ Wat hebben de patiënt en de naasten begrepen van de situatie?
- ▶ Wat zijn de prioriteiten van de patiënt en naasten als de tijd dringt?
- ▶ Waar maken zij zich zorgen over, zijn ze ergens bang voor?
- ▶ Wat willen ze opofferen/loslaten, wat niet?
- ▶ Waaraan hebben zij steun gehad in het verleden?
- ▶ Wie willen zij om zich heen hebben?

In gesprek over de dood: het ars moriendi-model (Leget et.al.)



Welke hulp in te schakelen.

- ▶ Bij overmaat aan emoties die op dat moment meer zijn dan gepast;
- ▶ Bespreek wat je ziet aan patient en/of naasten, en vraag door om te kijken of er iets aan de hand is, en of er hulp gewenst is.

- ▶ **Psychiatrie**
- ▶ **Medisch maatschappelijk werk**
- ▶ **Geestelijke Verzorging**

Vergoeding van geestelijke verzorging thuis

- ▶ De inzet van geestelijke verzorging thuis wordt gefaciliteerd vanuit de Centra voor Levensvragen.
- ▶ Inzet is kosteloos voor een aantal gesprekken bij patiënten in de palliatieve fase en hun naasten, bij mensen van 50 jaar en ouder en bij gezinnen met een ernstig ziek kind.
- ▶ Informatie: <https://geestelijkeverzorging.nl/voor-jou/>

Wat doet een geestelijk verzorger?

Een geestelijk verzorger biedt professionele begeleiding, hulpverlening en advisering bij zingeving en levensbeschouwing.



Bronnen

- ▶ [Richtlijn spiritualiteit en zingeving in de palliatieve fase \(pallialine\)](#)

[Informatie over geestelijke verzorging voor professionals](#)

[Informatie over geestelijke verzorging voor burgers](#)