

# Stappenplan: Gespreksuur over levensvragen

*voor (leerling)helpenden en -verzorgenden  
Met specifieke aandacht voor levensvragen van  
migranten*



Auteur: Marije Vermaas  
Expertisenetwerk Levensvragen en Ouderen, juni 2011

## Inleiding

*“Heeft mijn leven zin? Doe ik er toe? Maak ik verschil, draag ik wat bij? Heb ik goed geleefd?”*

Ieder mens heeft levensvragen. In iedere cultuur worden de vragen wellicht anders gesteld, maar ieder mens zoekt naar zin en zingeving. Met name als men iets ingrijpends heeft meegemaakt, of wanneer men ouder wordt. Direct of indirect uiten ouderen deze vragen tegen de mensen om hen heen. Om bevestiging te zoeken, nieuwe inzichten te delen of om onder woorden te brengen wat er in hen leeft. Dit lucht op, geeft nieuwe levensmoed en bevestigt dat men ertoe doet als mens.

Medewerkers en vrijwilligers in zorg en welzijn komen dagelijks met levensvragen van ouderen in aanraking. Het contact hierover rekenen zij dikwijls tot het hart van hun werk. Gesprekken waarin levensvragen ruimte en aandacht krijgen zijn voor hen vaak de ontmoetingen met een gouden randje. Soms weten ze zich echter nauwelijks raad met de situatie of hebben ze het gevoel dat er onvoldoende tijd voor is. Nog lastiger wordt het, als de vragen worden geuit door iemand van een andere cultuur of met een andere geloofsachtergrond.



### Doel van het gespreksuur

Dit stappenplan helpt teamleiders en opleiders een gespreksuur vorm te geven over levensvragen, met als specifiek aandachtspunt levensvragen van allochtone ouderen.

Doel van het gespreksuur is het bevorderen van de deskundigheid van de verzorgenden over levensvragen en zingeving. De zorgmedewerkers leren in dit uur:

- wat levensvragen zijn
- hoe zij in hun dagelijkse praktijk aandacht aan deze levensvragen kunnen besteden
- welke kwaliteiten zij daarvoor nodig hebben.

Er is bovendien specifiek aandacht voor de levensvragen van migranten. Ook krijgen zij concrete aanbevelingen mee, zodat zij beter kunnen omgaan met de levensvragen van (allochtone) ouderen.

Het stappenplan is te gebruiken binnen een (thuis)zorgorganisatie die zorg verleent aan autochtone en allochtone ouderen.

Voor de teamleiders is veel informatie beschikbaar in de bijlagen.

Zorgmedewerkers kunnen zich voor het lesuur aanmelden, maar de teamleider kan ook besluiten de zorgmedewerkers specifiek uit te nodigen voor het gespreksuur. Een kleine groep van maximaal 5-6 personen biedt een veilige sfeer en de mogelijkheid om uitvoerig



met elkaar in gesprek te gaan. Het stappenplan is een vol programma, u kunt als teamleider besluiten enkele stappen over te slaan.

Het stappenplan is gebaseerd op de projectstage “Zomaar een vraagje...?” van studenten HBO-Verpleegkunde van de Gereformeerde Hogeschool te Zwolle (Emerentia Griffioen en Geerke Valk), die dit gespreksuur hebben getest tijdens een klinische les van een (thuis)zorgorganisatie.

### Het Expertisenetwerk Levensvragen en Ouderen

Het Expertisenetwerk wil ervoor zorgen dat ouderen kunnen rekenen op aandacht voor en ondersteuning bij hun levensvragen. Het Expertisenetwerk Levensvragen en Ouderen is een samenwerking van ActiZ, Agora, Humanistisch Verbond, LOC Zeggenschap in zorg, MOgroep, PCOB, PthU, Reliëf, Unie KBO, Vereniging Het Zonnehuis en Vilans.

De activiteiten van het Expertisenetwerk worden mede mogelijk gemaakt door: Brentano, Ministerie van VWS, Ouderenfonds, PIN, Porticus, R.C. Maagdenhuis, RCOAK, Skanfonds, Sluyterman van Loo, Vereniging Het Zonnehuis en VSBfonds.

Kijk voor meer informatie op [www.netwerklevensvragen.nl](http://www.netwerklevensvragen.nl) of neem contact op via [levensvragen@vilans.nl](mailto:levensvragen@vilans.nl).

#### **Inhoud van dit stappenplan**

- Benodigde hulpmiddelen bij het gespreksuur
- Stappen voor het gespreksuur
- Bijlage 1: Informatie over levensvragen, en specifieke vragen van allochtone ouderen
- Bijlage 2: Competenties van verzorgenden en het Neuman Model
- Bijlage 3: Literatuur en Materiaal



### Benodigde hulpmiddelen tijdens het gespreksuur

#### Accessoires:

- ✓ Flapover
- ✓ Stift voor de flapover
- ✓ Beamer
- ✓ Laptop
- ✓ Horloge of klok om de tijd in de gaten te houden

#### Boeken:

- ✓ Mulder, M., Scheeres-Feitsma, T., (2010) *Met ouderen in gesprek over levensvragen, tien lesbrieven over levensvragen en zingeving voor zorgverleners in de ouderenzorg*, Sting, LOC Zeggenschap in zorg en Expertisenetwerk Levensvragen en Ouderen

#### Spel/dvd:

- Dvd *Gesprekken over levensvragen*, Utrecht: Expertisenetwerk Levensvragen en Ouderen (2008). Te bestellen via [www.netwerklevensvragen.nl/producten](http://www.netwerklevensvragen.nl/producten)
- Dvd *Leren omgaan met levensvragen. Educatieve spelsituaties over contact met cliënten over levensvragen*, Utrecht: Expertisenetwerk Levensvragen en Ouderen en Vereniging Het Zonnehuis (2010). Te bestellen via [www.netwerklevensvragen.nl/producten](http://www.netwerklevensvragen.nl/producten)
- Dvd *Meer dan vergeten*, Noom (2009) Te bestellen via [www.netwerknoom.nl](http://www.netwerknoom.nl)
- Dommissie, R., (2007) *Associatiekaarten*, Thema Zaltbommel Te bestellen via [www.bol.com](http://www.bol.com)

Tip: Bedenk ter voorbereiding voor het gespreksuur wie de toehoorders van het gespreksuur zijn, welke achtergrond informatie zij al hebben, welke informatie zij verwachten tijdens het gespreksuur tot zich te kunnen nemen? Wat hopen de deelnemers na het gespreksuur te hebben geleerd?

Door middel van gesprekken met bijvoorbeeld een leidinggevende van het team kunt u onderzoeken met welke doelgroep u te maken krijgt en in welke situatie zij verkeren. Vanuit deze informatie kan het gespreksuur 'op maat' ingevuld worden.

## Stappen voor het gespreksuur

### Stap 1: Introductie (10 min.)

Start het gespreksuur met een korte introductie en voorstelronde.

- Wie ben je, wat doe je, wat verwacht je van dit gespreksuur?

### Stap 2: Uitleg over levensvragen (20 min.)



Tijdens deze stap krijgt u inzicht in de kennis van verzorgenden over levensvragen en leren verzorgenden wat levensvragen zijn.

- Vraag de verzorgenden wat zij verstaan onder levens- en zingelevingsvragen. Schrijf de woorden die zij noemen tijdens de brainstorm direct op een flapover.
  - Vraag de verzorgenden of zij levensvragen in de praktijk tegen komen. Kunnen ze hier voorbeelden van noemen?
  - Laat de verzorgenden een aantal van de *Associatiekaarten* zien en vraag bij iedere kaart aan de verzorgenden om daarmee de link naar levensvragen te leggen. Op deze manier leren verzorgenden heel divers na te denken over levensvragen.
- Laat de definitie van levensvragen zien (op een flapover) en bespreek met de verzorgenden: herkennen zij hun woorden die zij noemden tijdens de brainstorm? Kunnen ze met deze definitie uit de voeten?

Definitie levensvragen: *“Wanneer iemand iets meemaakt wat hem/haar diep raakt dan kan die persoon dat niet zomaar vergeten. Dat worden de bestaanservaringen genoemd. Vragen die naar aanleiding van de bestaanservaringen ontstaan worden levensvragen genoemd”* (Hanssen e.a., 2007).

- Bespreek onderstaand praktijkvoorbeeld:

Praktijkvoorbeeld 1: Mevrouw D. is sinds 5 jaar weduwe en ontvangt iedere dag thuiszorg. Een thuisverzorgende merkt op dat mevrouw geen enkele foto's van haar kinderen heeft staan, terwijl de foto's enkele weken daarvoor prominent aanwezig waren. De verzorgende neemt aan dat mevrouw niet langer over haar kinderen wil praten, omdat haar zoon een half jaar geleden overleden is. De thuisverzorgende besluit daarop niet meer naar haar kinderen te vragen.

Gespreksvragen:

- Wat vind je van de reactie van de thuisverzorgende?



- Wat zou jij doen?
- Wat zou de reden kunnen zijn dat mevrouw alle foto's heeft weggestopt?
- Welke levensvragen kunnen hieraan ten grondslag liggen?
- Vind jij het belangrijk dat deze verandering in het gedrag van mevrouw in het thuiszorg team wordt besproken? Waarom wel / niet?
  - Vraag de verzorgenden hoe en wanneer levensvragen ontstaan. Geef daarna uitleg over het ontstaan van levensvragen (bijlage 1).

### *Stap 3: Specifieke levensvragen van migranten (10 min.)*

In deze stap leren verzorgenden levensvragen van ouderen met een allochtone achtergrond te herkennen en ermee om te gaan.

- Leg uit dat allochtone ouderen veelal dezelfde levensvragen hebben als autochtone ouderen, maar dat bij hen een aantal specifieke vragen leven. Geef hiervan een aantal voorbeelden van levensvragen die allochtone ouderen hebben (bijlage 1). Schrijf deze levensvragen eventueel op de flapover erbij.
- Laat een filmfragment zien van scene vijf van de dvd *Omgaan met levensvragen* van een vrouw met een niet-Nederlandse achtergrond.
- Bespreek welke levensvragen in het filmfragment aan de orde komen.
- Vraag de verzorgenden of zij ervaring hebben met allochtone cliënten en of zij deze levensvragen bij hun cliënten herkennen. Indien er geen ervaringen zijn, bespreek dan onderstaand praktijkvoorbeeld.

Praktijkvoorbeeld 2. Mevrouw A. is in 1970 als vluchteling vanuit Algerije naar Nederland gekomen. In Algerije heeft zij een tijd meegemaakt van armoede, opstand en rebellen. Zij zag mensen voor haar ogen sterven en heeft veel angst gekend. Nu zij door een valincident veel alleen thuis zit, herleeft ze veel van deze herinneringen. Daarom reageert ze vaak wat schrikkerig als de thuisverzorgende haar aanraakt.

Gespreksvragen:

- Welke levensvragen kunnen bij deze mevrouw een rol spelen?
- Hoe kan je als verzorgende aandacht voor deze levensvragen hebben? (bv. benoemen van de schrikkerigheid, afspraken maken dat verzorgende duidelijk aangeeft wat ze doet etc.)

### *Stap 4. Belang van aandacht en zorg voor levensvragen (10 min.)*

In deze stap leren verzorgenden inzien waarom aandacht voor levensvragen belangrijk is.

- Vraag de verzorgenden wat volgens hen het nut is van het zorg dragen voor de levensvragen van ouderen in de thuiszorg.
- Bespreek het Neuman System Model (Verberk e.a., 2006) en leg op basis daarvan uit waarom aandacht voor levensvragen belangrijk is (bijlage 2).
- Vraag de verzorgenden of zij signalen willen benoemen vanuit de praktijk, waaruit een verzorgende kan opmerken dat ouderen behoefte hebben aan een persoonlijk gesprek. Schrijf deze signalen op een flapover.
- Bespreek onderstaand praktijkvoorbeeld.

Praktijk voorbeeld 3: Een verzorgende komt 's morgens bij Meneer B. om de ADL te doen. Normaal gesproken is meneer al uit bed en heeft hij al ontbeten. Dit keer treft de verzorgende meneer nog in bed aan. Hij antwoordt niet op haar vragen en heeft een passieve houding. De verzorgende vertelt dat ze wil beginnen met de ADL, maar meneer werkt niet mee. Dit belemmert het werk voor de verzorgende, waar zij zich aan ergert. Als de verzorgende zegt dat ze eerst naar een ander cliënt gaat, antwoordt meneer het volgende: "Het hoeft voor mij toch allemaal niet meer, kom maar niet meer terug".

#### Gespreksvragen:

- Is dit een herkenbare situatie?
- Wat zou een achterliggende levensvraag van meneer kunnen zijn?
- Wat zou jij doen?
- Bedenk plenair hoe de situatie er uit zou kunnen zien als de verzorgende tijd neemt voor de levensvragen van meneer.
  - Laat een filmfragment van "Gesprekken over levensvragen, mevrouw Willems" zien. Bijvoorbeeld (02.10-3.10): in dit filmfragment komt het belang van een goed gesprek naar voren. Het laat zien hoe verzorgenden dit gesprek kunnen aangaan.
  - Geef verzorgenden de ruimte om kort op het filmfragment te reageren.

#### Stap 5. Rol van de verzorgende (10 min.)

In deze stap wordt gekeken naar de rol van verzorgenden met betrekking tot de zorg voor levensvragen en de kwaliteiten die de verzorgenden daarvoor nodig hebben.

- Vraag de verzorgenden wat zij denken welke verwachtingen ouderen hebben ten aanzien van de zorg voor levensvragen. Schrijf de woorden weer op een flapover. Voorbeelden kunnen zijn:

Luisterend oor
Tijd nemen voor een gesprek



Vertrouwen hebben in geheimhouding
Helpen bij hun problemen, oplossingen vinden, doorverwijzen
Hart luchten
Steun
Tips krijgen

- Vraag de verzorgenden welke kwaliteiten zij nodig hebben om aan deze verwachtingen te kunnen voldoen en om te gaan met levensvragen?

Voorbeelden van kwaliteiten kunnen zijn:

- ✓ Oplettendheid
  - ✓ Respectvol zijn
  - ✓ Flexibiliteit
  - ✓ Inlevingsvermogen
  - ✓ Belangstellend zijn
  - ✓ Grenzen aangeven
  - ✓ Verantwoordelijk zijn
  - ✓ Betrouwbaar zijn
- Vraag de verzorgenden om voorbeelden te geven van situaties waaruit blijkt dat deze kwaliteiten nodig zijn.
  - Vraag de verzorgenden wat zij lastig en moeilijk vinden in het omgaan met levensvragen. Hoe gaan anderen daar mee om? Welke tips kunnen de verzorgenden aan elkaar geven?

#### *Stap 6. Afsluiten (5 min.)*

- Geef de verzorgenden gelegenheid om vragen te stellen.
- Bedank de verzorgenden voor hun aandacht en tijd.
- Geef aan dat verzorgenden kunnen doorverwijzen naar de geestelijk verzorger van de instelling. Dit geldt veelal niet voor thuiszorginstellingen.
- Laat de verzorgenden weten waar ze terecht kunnen voor meer informatie, of wanneer een eventueel vervolg volgt.





- Verwijs naar de volgende praktische materialen die verzorgenden kunnen gebruiken om te leren hoe zij met levensvragen kunnen omgaan:
  1. De lesbrieven *Met ouderen in gesprek over levensvragen, tien lesbrieven over levensvragen en zingeving voor zorgverleners in de ouderenzorg*. In deze lesbrieven worden waarin tien thema's behandeld die verzorgenden kunnen gebruiken tijdens een invulling van een werk-/teamoverleg of in gesprek met de cliënt.
  2. Het werkboek *Er zijn voor de cliënt, met al je voelsprietten*
  3. De dvd *Leren omgaan met levensvragen*: aan de verzorgende worden tips gegeven over hoe het beter kan.

**Tips voor een vervolg en verdieping:**

- Gesprekstechnieken en materialen  
In een vervolg kan dieper ingegaan worden op bepaalde gesprekstechnieken en materialen om te gebruiken in het contact met cliënten.
  - Vraag de verzorgenden op welke manier je aandacht kunt hebben voor levensvragen?
  - Geef zelf ook een aantal voorbeelden (bijlage 1).
- Bespreek een van de materialen uit de materialenlijst (bijlage 3) en oefen daarmee.
- Oefen vaardigheden door middel van een rollenspel hoe verzorgenden op levensvragen en signalen kunnen reageren.



## Bijlage 1 - Wat zijn levensvragen?

Iedereen heeft een levensvisie: een manier om naar het leven te kijken. De een vindt zingeving in muziek, de ander haalt levensinspiratie uit boeken of godsdienst. In het contact met een cliënt zie je vaak de dagelijkse levensvragen tot uiting komen. Iemand ziet bijvoorbeeld op tegen de toekomst, of vraagt zich of het leven op deze manier nog wel betekenisvol is.

Levensvragen worden door deskundigen verschillend gedefinieerd. Eén van de definities van levensvragen luidt: "Belangrijke vragen waar ieder mens mee te maken krijgt, onder meer over leven en dood, goed en kwaad, de wereld, godsdienst en zingeving" (Thesaurus 2011). Levensvragen worden zelden op een directe manier gesteld. Vaak leven de vragen onder de oppervlakte. Mensen komen er pas mee als er ruimte en tijd voor is, in vertrouwelijk contact met een ander.

- 'Bij mijnheer Berends kan ik niets goed doen, hij klaagt altijd dat we geen rekening met hem houden', verzucht de verzorgende in de pauze tegen haar collega.
- 'Elke week vertelt mevrouw Willems weer dezelfde jeugdherinneringen, ik kan er niet meer tegen', geeft de bezoekerwilliger toe aan de coördinator.
- 'Mevrouw Boom zegt maar steeds dat ze zich zo alleen voelt, maar ze wil niets doen met anderen, wat kan ik dan nog?', vraagt de activiteitenbegeleidster zich af.
- Verzorgende Alie vertelt dat cliënten soms zeggen *Ik wou dat ik dood was*. Alie: "Daar moet ik altijd een enorme brok in mijn keel van wegslikken. Want ik kan me heel goed voorstellen hoe ellendig mensen zich dan kunnen voelen. Als de kwaliteit van leven steeds minder wordt en je geest je steeds meer in de steek laat en je je daar dan ook nog zo pijnlijk bewust van bent. Dat moet heel erg moeilijk zijn. Ik kan heel veel voor mensen doen, ik kan heel ver met ze meegaan, maar met deze 'doodswens' kan ik ze niet helpen. Mijn 'geluk' in dit geval is dat ik nachtdiensten draai, waardoor ik er echt voor deze bewoner kan zijn. Ik luister, ga mee met het gevoel en probeer rust te brengen."

Achterliggende vragen bij deze ouders kunnen zijn:

Wat betekent ouder worden voor mij?

Waarom is mijn leven zo gelopen?

Waar gaat het om?

Waarom voel ik me zo eenzaam?

Waar doe ik het voor?

Waarom moet ik zoveel meemaken?

Het zijn vragen naar de zin van het bestaan. Levensvragen komen daarom vaak tot uiting bij zogenaamde bestaanservaringen. Voorbeelden van deze ervaringen zijn bijvoorbeeld

geboorte, verhuizing en afscheid, ziekte, dood, verlies of bepaalde conflicten die blijvende indruk nalaten. Ook kan je denken aan religieuze ervaringen die ingrijpende bestaansveranderingen zijn.



#### Belang van aandacht voor levensvragen

Er zijn verschillende redenen waarom het belangrijk is zorg voor levensvragen te hebben. Lichaam, psyche en sociale verbanden zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden. Spiritualiteit maakt daar onderdeel van uit. Spiritualiteit, zingeving heeft daarom effect op het mentaal welbevinden en welzijn van bewoners, omdat het invloed heeft op hoe mensen met een bestaanservaring, zoals bijvoorbeeld een ziekte, ouder worden of overlijden van een naaste. De manier waarop mensen zich aanpassen aan een nieuwe situatie ('coping') wordt beïnvloed door hun spiritualiteit. Patiënten hebben er behoefte aan dat zorgverleners aandacht hebben voor datgene wat hen ten diepste bezig houdt (Johnston-Taylor, 2007). Aandacht voor hun levensvragen geeft ouderen een opgelucht en waardevol gevoel. Het geeft hen het gevoel dat zij er toe doen en dat zij er mogen zijn. Bovendien krijgen gebeurtenissen en gevoelens een plek door erover te praten.

Voor ouderen is herkenning en erkenning van hun levensvragen belangrijk omdat zij meer verbinding voelen en een betere kwaliteit van bestaan ervaren. Een gesprek in vertrouwelijke sfeer over wat mensen bezig houdt, is heel belangrijk voor een cliënt. Even rustig praten over wat hen bezig houdt en daarin begrip voelen doet veel goed. Daarom is ruimte voor spiritualiteit en zingeving zo belangrijk in de gezondheidszorg. Het ondersteunt het genezingsproces (Bakker, 2004).

#### *Het Neuman Systems Model*

Het Neuman Systems Model (Verberk e.a., 2006; 2011) helpt duidelijk te maken waarom spirituele zorg als onderdeel van de gezondheidszorg belangrijk is. Het Neuman Systems Model ziet de mens als een systeem dat bestaat uit een intern milieu met daarom heen een extern milieu. Deze beide milieus hebben invloed op elkaar en beïnvloeden het systeem van de mens. Het systeem van de mens bestaat uit 5 variabelen namelijk fysiek, psychische, sociaal-cultureel, ontwikkelingsbepaald en spiritueel. Deze vijf variabelen zijn van elkaar te onderscheiden maar niet te scheiden. Dit model laat zien



dat een “gezond” persoon iemand is waarbij alle vijf de variabelen met elkaar in balans zijn. Wanneer bijvoorbeeld de psychische variabele in disbalans is zal dat opgevangen moeten worden door de andere variabelen. Wanneer dat niet mogelijk is dan is die persoon “ziek”. Hieruit blijkt dat disbalans van de psychische variabele kan leiden tot verandering van de fysieke gezondheid. Vanuit dit systeem gezien kunnen levensvragen de oorzaak zijn van lichamelijke klachten zoals angsten, slapeloosheid of gevoel van somberheid. Daarom is het belangrijk om de achtergrond van levensvragen boven tafel te krijgen. Zodat daar aan gewerkt kan worden en het systeem in balans blijft.

#### *Levensvragen herkennen*

Het komt regelmatig voor dat verzorgenden niet ingaan op signalen die ouderen geven, waardoor het kan zijn dat verzorgenden alleen praten met ouderen over levensvragen als ouderen daar zelf expliciet over beginnen. Dit noemen we “handelingsverlegenheid”. Terwijl ouderen zelf vaak een “vraagverlegenheid” kennen, iemand niet tot last willen zijn en pas over levensvragen beginnen als zij merken dat de verzorgende er echt aandacht en tijd voor heeft (of neemt). Verzorgenden moeten daarom leren om signalen van ouderen op te pikken. Een signaal zou bijvoorbeeld kunnen zijn dat de oudere zich opeens heel anders gedraagt. Of een opmerking maakt waarin een levensvraag verscholen zit.

Verzorgenden kunnen op zo’n moment doorvragen en belangstelling tonen.

Het is goed om te praten, want dat lucht de ouderen op. Verzorgenden mogen zelf initiatief nemen om dit gesprek aan te gaan, wanneer zij daar aanleiding toe zien. Zelf het initiatief nemen om vragen aan de ouderen te stellen is belangrijk.

Voor tips over gesprekstechnieken, kunt u kijken op:  
<http://www.netwerklevensvragen.nl/smartsite.dws?id=139226>

#### Levensvragen bij allochtone ouderen

Bij allochtone ouderen spelen ook andere specifieke (levens)vragen een rol. Verzorgenden vinden het niet altijd makkelijk hier mee om te gaan, vanwege taalbarrière, cultuurverschil, verlegenheid om door te vragen. Toch hebben juist allochtone ouderen ook vaak behoefte aan aandacht voor deze vragen. Verzorgenden hoeven zelf geen kennis van godsdiensten of levensbeschouwingen te hebben om migranten tot steun te zijn bij levensvragen. Enige kennis is nuttig, maar door goed naar de oudere te luisteren en door te vragen, krijgen ouderen het idee dat zij hun verhaal kwijt kunnen en dat er over hun levensvragen gesproken mag en kan worden.

#### *Welke vragen spelen specifiek bij allochtone ouderen?*

Bij allochtone ouderen spelen specifieke levensvragen, zoals:

- Wil ik terug naar mijn land van herkomst?
- Wil ik oud worden in Nederland of in mijn land van herkomst?
- Wil/kan ik nog op vakantie naar mijn herkomstland?
- Hoe is het met mijn (klein)kinderen/ familie?
- Hoe houd ik contact met mijn burens of mensen uit de gemeenschap?



- Welke steun ontvang ik vanuit mijn geloof?
- Hoe kan ik mijn geloof in dit land beleven en rond het sterven de juiste rituele begeleiding ontvangen?
- Hoe accepteer ik de ziekte en de ouderdom?
- Hoe houd ik nog contact met mijn burens of mensen uit de gemeenschap?

*Waar hebben allochtone ouderen behoefte aan?*

Allochtone ouderen hebben behoefte om hun levensvragen te delen met anderen. Dit doen zij, net als autochtone ouderen, alleen wanneer er vertrouwen is. Voor allochtone ouderen geldt vaak dat zij behoefte hebben hun levensvragen te bespreken met iemand die buiten hun familie staat. Vaak geven allochtone ouderen hun vragen/problemen wel prijs geven aan verzorgenden, omdat zij niet willen dat familie, burens of kennissen op de hoogte zijn van privé problemen.

Bij vluchtelingen spelen vaak specifieke problemen en vragen. Kennisinstituut Pharos heeft hier veel ervaring mee. Kijk op [www.pharos.nl](http://www.pharos.nl) voor mee informatie.



## Bijlage 2 - Competenties van verzorgenden

### *Vereisten vanuit de opleiding*

Volgens de kwalificatie 309.13 moeten verzorgenden: "Cliënten begeleiden bij belangrijke levensgebeurtenissen" (Bouwknegt e.a., 2004). Verzorgenden hebben dus ook een taak voor het mentale welbevinden van de cliënt. Zij bieden niet uitsluitend lichamelijke zorg. Dit komt ook terug in de Norm Verantwoorde Zorg thuis. Hierin worden vier domeinen onderscheiden, waaronder geestelijk welbevinden.

### *Kwaliteiten van verzorgenden*

Uit onderzoek blijkt dat verzorgenden vinden dat zij aan de volgende kwaliteiten moeten voldoen in de zorg voor levensvragen:

Iedere oudere en situatie is uniek, daarom is het belangrijk dat verzorgenden zich aan iedere situatie kunnen aanpassen. Zij bieden hierdoor zorg op maat. Hiervoor is respect, flexibiliteit en aanpassingsvermogen noodzakelijk. Andere kwaliteiten die verzorgenden noemen zijn: inlevingsvermogen, belangstelling tonen, verantwoordelijkheid nemen en betrouwbaar zijn. Een verzorgende beschrijft het als volgt: "Door inlevingsvermogen weet de verzorgende op welke wijze zij met de allochtone ouderen omgaat en toont zij belangstelling." De verzorgenden geven ook aan dat het van belang is, dat zij hun eigen grenzen kunnen aangeven. Op deze wijze weten ouderen wat zij van verzorgenden mogen verwachten en dat maakt verzorgenden betrouwbaar.

Tot slot noemen verzorgenden ook de volgende kwaliteiten: vriendelijkheid, onderscheidingsvermogen, samenhang zien, voorzichtig en bedachtzaam zijn, zelfverzekerd en goed kunnen luisteren. De uitleg die zij hierbij geven luidt: Een verzorgende zal vertrouwen winnen wanneer zij vriendelijk is. Door een luisterend oor te bieden en een signalerende houding, kunnen achter bepaalde uitspraken "levensverhalen" ontdekt worden. Hierover kunnen verzorgenden in gesprek gaan met (allochtone) ouderen (Valk en Griffioen, 2010).



## Bijlage 3 - Literatuur en materiaal

### Aanbevolen literatuur over levensvragen en zingeving:

- ✓ Bakker D.J. (2004) *Spiritualiteit en zingeving in de gezondheidszorg*, KOK Kampen
- ✓ Hansen, K., Van Kaam, T., Mulder, M. (2007) *Aandacht voor levensvragen in de zorgpraktijk*, Vereniging van Geestelijk Verzorgers in Friesland Drachten
- ✓ Elizabeth Taylor, Peterjan van der Wal & Janco Wijngaard (2010) *Tja, wat zal ik zeggen... met cliënten in gesprek over spiritualiteit*, Boekencentrum Zoetermeer
- ✓ Verberk, F., Kuiper, de, M. (2006) *Verpleegkunde volgens het Neuman System Model, vertaling en bewerking voor de Nederlandse praktijk*, Koninklijke Van Gorcum BV, Assen
- ✓ Griffioen E., Valk G., (2010) *Projectverslag Zomaar een vraagje*, Expertisenetwerk Levensvragen en Ouderen, Vilans Utrecht
- ✓ Evelyn Noltus en Mini Jurjens, *Lachrimpels en littekens. Geestelijke verzorging in het verzorgings- en verpleeghuis* (2010). Reliëf / Deo Volente / VGVZ, Heeswijk. Bestellen via [www.reliëf.nl](http://www.reliëf.nl)
- ✓ Sonja 't Hart-Hartog, *Wat doe je daar nu eigenlijk? Fragmenten van humanistische geestelijke verzorging in een verpleeghuis* (2010). De Graaff / Humanistisch Verbond, Utrecht. Bestellen via [info@humanistischverbond.nl](mailto:info@humanistischverbond.nl)
- ✓ *Wegwijzer in religies en levensbeschouwingen voor zorgverleners* (2009). Margreet van Steenbeek (red.), Utrecht, UMC Utrecht. Bestellen via Dienst Geestelijke verzorging, [J.Teunissen@umcutrecht.nl](mailto:J.Teunissen@umcutrecht.nl)
- ✓ *Werken aan mentaal welbevinden. Vijf startpunten voor de zorgorganisatie* (2010). ActiZ (eindred.), Bunnik, publicatienummer 10.002. Bestellen via [www.netwerklevensvragen.nl/producten](http://www.netwerklevensvragen.nl/producten)

### Websites over zingeving in zorg en welzijn

- ✓ [www.netwerklevensvragen.nl](http://www.netwerklevensvragen.nl)
- ✓ [www.stichtingevenanders.nl](http://www.stichtingevenanders.nl)
- ✓ [www.venvn.nl](http://www.venvn.nl)
- ✓ [www.zlpwijzer.nl](http://www.zlpwijzer.nl)

### Werkvormen over aandacht voor levensvragen en zingeving in zorg en welzijn

- ✓ *Aandacht voor levensvragen in de zorgpraktijk. Twee scholingen voor verzorgenden en verpleegkundigen in zorginstellingen* (2007). K. Hansen, T. van Kaam en M. Mulder

- ✓ *Elkaar beter leren kennen. Handleiding voor het opzetten van Gespreksgroepen over levensthema's voor nieuwe bewoners van woon-zorgcentra* (2010). Expertisenetwerk Levensvragen en Ouderen en Marcelle Mulder. Downloaden via [www.netwerklevensvragen.nl/producten](http://www.netwerklevensvragen.nl/producten)
- ✓ *Er zijn voor de cliënt, met al je voelsprietten* (2011). Expertisenetwerk Levensvragen en Ouderen / V&VN, Utrecht. Downloaden via [www.netwerklevensvragen.nl](http://www.netwerklevensvragen.nl)
- ✓ *Even Anders, levensbeschouwelijk kaartspel* (2007). Stichting Even Anders
- ✓ *Gesprekken over levensvragen* (2008), dvd. Expertisenetwerk Levensvragen en Ouderen
- ✓ *Leren omgaan met levensvragen. Educatieve spelsituaties over contact met cliënten over levensvragen*, (2010) dvd. Expertisenetwerk Levensvragen en Ouderen en Vereniging Het Zonnehuis
- ✓ *Met ouderen in gesprek over levensvragen. 10 lesbrieven over levensvragen en zingeving voor zorgverleners in de ouderenzorg* (2009). Trijntje Scheeres-Feitsma en Marcelle Mulder
- ✓ *Mijn leven in fragmenten. Met dementerenden in gesprek over hun leven, methode voor het maken van een levensboek* (2007). Reliëf: Wout Huizing en Marie-Elise van den Brandt
- ✓ *Mijn leven in kaart. In gesprek met ouderen over hun levensverhaal, methode voor het maken van een levensboek*(2007). Reliëf: Wout Huizing en Thijs Tromp
- ✓ *Scoren op Kwaliteit*, spel. LOC Zeggenschap in zorg
- ✓ *Sprekende handen. Een methodiek voor ontmoetingsgroepen met dementerende mensen* (2010). Paula Irik en Irene Maijer-Kruijssen
- ✓ *Tja, wat zal ik zeggen... Met cliënten in gesprek over spiritualiteit* (2010), werkboek. Elizabeth Johnston Taylor, Peterjan van der Wal en Janco Wijngaard

#### Websites en Literatuur over positie oudere migranten

- ✓ [www.vilans.nl/diversiteit](http://www.vilans.nl/diversiteit)
- ✓ [www.netwerknoom.nl](http://www.netwerknoom.nl)
- ✓ [www.pharos.nl](http://www.pharos.nl)
- ✓ [www.kleurrijkezorg.nl](http://www.kleurrijkezorg.nl)