

Cursushandleiding

*Tja, wat zal ik zeggen....,
met cliënten in gesprek over spiritualiteit*

*N.a.v. het gelijknamige boek van Elizabeth Johnston Taylor,
in het Nederlands hertaald onder redactie van
Peterjan van der Wal en Janco Wijngaard.*

Marije Stegenga
december 2009

Inleiding

Het boek *Tja, wat zal ik zeggen...., met cliënten in gesprek over spiritualiteit* is een toegankelijk boek dat geschreven en vertaald is met het oog op zorgmedewerkers in de ouderenzorg. Het boek beschrijft het belang van aandacht voor spiritualiteit en zingeving van cliënten en leert de lezer te signaleren wat er speelt bij cliënten. Aan de hand van eenvoudige en praktische oefeningen wordt de lezer steeds bekender met het thema spiritualiteit en ontwikkelt vaardigheden waarmee zij in gesprek kan gaan met de cliënt over dit thema. Gebleken is dat de meeste zorgmedewerkers vooral leren vanuit de praktijk, in gesprekken en door oefening en niet enkel door middel van literatuur. Deze scholing kan goed worden ingezet om zorgmedewerkers te helpen zich de kennis en vaardigheden die in dit boek voor het voetlicht komen eigen te maken.

Om de theorie en de vaardigheden die in het boek worden aangeleerd ook te borgen binnen de dagelijkse zorgpraktijk adviseren wij u de stof die in de cursus aan bod komt, ook geregeld terug te laten komen. Bijvoorbeeld in de vorm van terugkombijeenkomsten of tijdens de reguliere werkoverleggen.

Toepassing

U kunt deze cursus zelf organiseren. Deze scholingsopzet geeft u een handreiking waarmee u met behulp van het boek en de bijbehorende DVD een cursus kunt geven die aansluit bij uw organisatie. U kunt natuurlijk ook een trainer van Reliëf inschakelen die de cursus binnen uw organisatie verzorgt. Tevens is het mogelijk om een 'train de trainer' cursus af te nemen, zodat u en uw collega's leren om aan deze cursus in uw organisatie leiding te geven.

De groep moet tijdens de scholing zeker niet te groot zijn. Het ideale aantal deelnemers is negen.

Zo kan iedereen aan het woord komen en zal niemand achter blijven. Bovendien is dit een ideaal aantal om in groepen te werken, waarbij de groepen ook nog overzichtelijk blijven voor de cursusleider.

Programma

Vorbereiding 1^e dagdeel

Ter voorbereiding op het eerste dagdeel krijgen de deelnemers de volgende opdrachten.

- *Beantwoord de volgende vraag:*
Deze cursus gaat over spiritualiteit in de zorg. Schrijf eerst eens op, zonder in het boek te lezen, waar jij aan denkt als het gaat over spiritualiteit. Schrijf gerust vijf dingen op waar je spontaan aan moet denken.
- *Lees hoofdstuk 1 en 2.*
Maak uit deze hoofdstukken opdracht 2.3 en 2.5.
- *Denk aan een situatie waarin je contact had met een cliënt, die het erg moeilijk had en je jezelf afvroeg: 'Tja, wat zal ik zeggen...'*
Noteer die ervaring zo nauwkeurig mogelijk, dus wat de cliënt zei of deed, waardoor die vraag bij jou opkwam. Bewaak de anonimiteit van de cliënt en gebruik daarom een andere naam.

Neem de uitgewerkte opdrachten mee naar de eerste bijeenkomst.

Dagdeel 1

Opening en welkom

De cursusleider of de organisatie heet de deelnemers welkom en schetst de aanleiding c.q. doelstelling van de cursus (verantwoording). Tevens wordt het programma globaal doorgenomen.

Kennismaking en het verkennen van de verwachtingen van de cursus

De deelnemers stellen zich aan elkaar voor. Daarbij vertelt men elkaar en de cursusleider wat de verwachtingen van de cursus zijn, wat de reden is dat de deelnemer zich heeft ingeschreven voor de cursus en wat de deelnemer hoopt te leren.

Theorie van het begrip 'spiritualiteit'

De cursusleider bespreekt het begrip spiritualiteit met de deelnemers, maakt daarbij duidelijk dat spiritualiteit iets algemeen menselijks is en duidt het onderscheidt tussen de begrippen religie, levensbeschouwing, spiritualiteit en geloof. Hier komt theorie uit hoofdstuk 1 en hoofdstuk 4 aan bod.

Theorie van de begrippen 'zielepijn' en 'zielevreugd'

De cursusleider bespreekt de begrippen 'zielepijn' en 'zielevreugd' met de deelnemers en maakt daarbij duidelijk hoe ingrijpende positieve en negatieve situaties in een mensen-leven zielepijn en zielevreugd teweeg kan brengen. Tevens duidt de cursusleider dat dit geldt voor zowel de deelnemers in de groep als de cliënten waarvoor zij zorgdragen.

Hier komt theorie uit hoofdstuk 1 en hoofdstuk 4 aan bod.

Spirituele behoefte herkennen aan de hand van de DVD *Levensvragen van het Expertisenetwerk Levensvragen en Ouderen*

Uit het boek oefening 1.1.

Bekijk één van de interviews op de DVD '*Gesprekken over levensvragen*'.

Werk je in de thuiszorg, kijk dan naar het gesprek met mw. Willems. Werk je in de verzorging of de verpleging, kijk dan naar het gesprek met dhr. Van Witzenburg.

Plenair worden de volgende vragen besproken:

- Wat roept dit gesprek bij je op?
- Wat herken je er van in je werk?
- Welke levensvragen komen hier volgens jou aan de orde?
- Hoe gaat meneer of mevrouw met die levensvragen om?
- Hoe geeft deze meneer of mevrouw betekenis aan zijn of haar leven?
Wat vind je daar zelf van?

Verkenning van de praktijk: delen van de meegebrachte casus in drietallen

De deelnemers bespreken in drietallen de casuïstiek die ze hebben voorbereid voor de cursus. Een persoon vertelt de casus, de anderen luisteren.

- Wat beleeft de cliënt?
- Wat beleeft de hulpverlener?
- Welke opmerkingen of signalen van de cliënt verwijzen naar zielepijn/zielevreugd of naar spiritualiteit.

Na afloop van het eerste dagdeel krijgen de deelnemers ter voorbereiding op het tweede dagdeel een **voorbereidingsopdracht** mee.

Vorbereiding 2^e dagdeel

Ter voorbereiding op het tweede dagdeel krijgen de deelnemers de volgende opdracht.

- *Oefening 3.1 uit het boek:*
Vraag een of twee cliënten hoe het voelt wanneer een zorgverlener echt luistert. Wanneer je geen cliënt kunt spreken, vraag het dan aan een goede vriend of beantwoord de vragen zelf. Je kunt vragen stellen zoals:
 - Hoe weet je wanneer jouw zorgverlener luistert? Waar merk je dat aan?
 - Hoe voelt het wanneer jouw zorgverlener echt lijkt te luisteren?
 - Wat doet het emotioneel met je wanneer hij niet luistert? En wat voel je dan lichamelijk?

Schrijf de reacties op die indruk op je hebben gemaakt.

Dagdeel 2

Welkom, vragen, programma

De cursusleider heet de deelnemers welkom en inventariseert of de deelnemers vragen hebben n.a.v. de vorige keer. Tevens gaat de cursusleider in gesprek met de deelnemers ten aanzien van de opgedane kennis en de toepassing in de praktijk gedurende de afgelopen periode.

Bespreken van huiswerk

De deelnemers hebben aan cliënten gevraagd, wat volgens hen echt luisteren is. Welke reacties hebben ze gekregen? Hoe was het om deze gesprekken te voeren?

Wat is echt luisteren?

In groepen en plenair, n.a.v. de huiswerkopdracht en eigen ervaringen

De deelnemers brainstormen in groepen van 3 (á 4) personen ten aanzien van het thema luisteren. Wat is belangrijk bij luisteren, waar moet je op letten? Dit wordt plenair nabesproken en aangevuld met theorie uit hoofdstuk 3 en hoofdstuk 6.

Tja, wat zal ik zeggen? Reageren op vragen of opmerkingen van spirituele aard

Bij de voorbeelden in oefening 5.2 benoemen de deelnemers wat er volgens hen niet goed is aan het antwoord en wat je beter kan zeggen.

Zo ontstaat er plenair een lijstje *do's* en *don'ts*, deze worden aangevuld door de cursusleider m.b.v. de richtlijnen en de basisvaardigheden in hoofdstuk 5. LET OP het doel is níet dat alle richtlijnen en vaardigheden worden besproken, maar dat er een aantal zodanig over het voetlicht komen dat de deelnemers ze herkennen en ermee aan de slag kunnen.

Oefenen in groepen

In groepen van drie gaan de deelnemers de casuïstiek die is voorbereid voor het eerste dagdeel, of andere actuele casuïstiek uitspelen. Het betreft casuïstiek waarbij de verzorgende zich afvroeg: "Tja... wat zal ik zeggen?" Degene die de casus heeft ingebracht speelt de cliënt na, een ander probeert te reageren, de derde observeert. Na afloop wordt de casus nabesproken.

Het is leerzaam voor de deelnemers om zo de handelingsalternatieven van collega's te zien. Bovendien helpt deze oefening om de koppeling van theorie naar vaardigheden te maken.

Bij dit onderdeel is het heel belangrijk dat de cursusleider de groepen intensief begeleidt, met name bij het nabespreken!

Theorie van het begrip 'wounded healer'

De cursusleider introduceert dit begrip en vraagt of de deelnemers het herkennen.

De tips hoe je als 'wounded healer' in de zorg overeind kunt blijven (zoals omschreven aan het eind van hoofdstuk 2) worden besproken.

Indien de sfeer in de groep dit toelaat, kan men met elkaar delen wat voor een ieder de eigen spiritualiteit ondersteunt.

De deelnemers wordt gevraagd straks op weg naar huis op de fiets of in de auto oefening 2.6. te doen. Ga bij jezelf na wat jou inspiratie geeft en in moeilijke momenten steunt.

Evaluatie en afsluiting

Benodigd materiaal

- De DVD en het boek van Lyndon Johnston Taylor, *Tja, wat zal ik zeggen..., met cliënten in gesprek over spiritualiteit.*
- Flapover en stiften
- DVD-speler (alleen tijdens het eerste dagdeel)