

## Vorming “Samen warmhartig en veerkrachtig”

### 0. Woord vooraf

Met het einde van het jaar van barmhartigheid in zicht, werkte Ilse De Deyne een vorming uit die de thema's barmhartigheid en veerkracht samenbrengt. De vorming werd geschreven op maat van medewerkers in de ouderenzorg en met deze bundel kunnen pastores zelf aan de slag gaan in hun voorziening.

De inspiratie om barmhartigheid aan veerkracht te koppelen, kwam er vanuit het verhaal van de Barmhartige Samaritaan enerzijds en een bevlogen pleidooi voor vorming rond het thema morele stress anderzijds. Wat als we barmhartigheid benaderen als iets wat we niet alleen aan anderen, maar ook aan onszelf kunnen schenken? Kan het verhaal van de barmhartige Samaritaan inspirerend zijn voor mensen die werkzaam zijn in de zorg? Kunnen de werken van barmhartigheid een kapstok zijn om over barmhartigheid en veerkracht na te denken in heel concrete thema's? Hoe speelt ethiek in de alledaagse handelingen een rol? Deze bundel (met bijhorende powerpoint) reikt hiervoor enkele uitgewerkte mogelijkheden aan, die aangepast kunnen worden naargelang de eigenheid van de voorziening en de noden die er leven.

Deze vorming werd reeds in praktijk gebracht in WZC Marialove (vzw Curando O.L.V. van 7 Weeën Ruiselede). Wie met deze bundel aan de slag wil, kan voor meer informatie en tips steeds contact opnemen: [ilse.dedeyne@bisdombrugge.be](mailto:ilse.dedeyne@bisdombrugge.be)

**Noot:** De opdrachten uit de methodiekenbundel morele stress (ESF project “morele stress in de ouderenzorg”) zijn te vinden op de website <http://morelestress.be>. Het is aan te raden om de nodige achtergrondinformatie op de website door te nemen vooraleer met de bundel aan de slag te gaan.

### 1. Hoe zien wij goede (ouderen)zorg? Droom en realiteit...

#### 1.1. Info bij de inleiding

We willen vertrekken vanuit de vraag wat goede ouderenzorg is. Met andere woorden: welk ideaal houden medewerkers zelf voor ogen? De waarden die hierbij oplichten, kunnen vervolgens getoetst worden aan zowel de missie en visie van de voorziening als aan de realiteit. Door het werken met verschillende opdrachten uit de methodiekenbundel ‘morele stress’ (voor meer achtergrond en de methodiekenbundel: zie [www.morelestress.be](http://www.morelestress.be)) wordt uitdrukkelijk aandacht gegeven aan veerkracht van individuele personeelsleden en teams.

#### 1.2. Naar het ideaal

##### 1.2.1. *Eerste impuls: “wat is een goed mens?”*

Er is een reeks gestart op de website van Canvas waarbij verschillende mensen telkens één van de “grote vragen” voorgeschoteld krijgen en deze vraag in zo'n 2 minuten moeten beantwoorden.

Anne kreeg de vraag: wat is een goed mens?

Bron: <http://www.canvas.be/video/genre/educatief-spiritueel/anne-vandenhoeck-wat-maakt-iemand-een-goed-mens> (1'49)

Als jullie de vraag zouden krijgen wat een goed mens is, komen er misschien wel een aantal dingen van wat Anne zegt terug: dat je niet alleen goed moet proberen te zijn, maar ook het goede moet proberen te doen, dat je daar niet helemaal zelf over kan oordelen, enz.

### 1.2.2. Tweede impuls: “wat is een goede medewerker in een woonzorgcentrum?”

Vandaag gaan we een stap verder. Jullie krijgen niet de vraag wat een goed mens is, maar wat een goede medewerker van een woonzorgcentrum is. Wat vind je zelf belangrijk voor iemand die in een woonzorgcentrum werkt? Wat maakt dat iemand met jouw job ook echt goed functioneert in de context van een woonzorgcentrum?

#### 1.2.2.1. Mijn beeld op zorg (morele stress fiche 6)

Info bij deze werkvorm is te vinden in de methodiekenbundel morele stress.

Samenvatting van deze werkvorm: Leg prenten uit tijdschriften op tafel en laat de deelnemers één prent uitkiezen die voor hen goede (ouderen)zorg typeert en/of iets zegt over hun visie op goede (ouderen)zorg.

Laat de deelnemers in groepen van 4 à 5 samenzitten en de prenten bespreken: waarom koos je deze prent? Wat zegt die prent jou over ouderenzorg? Laat in elke groep iemand noteren welke zaken er als belangrijk naar voren kwamen.

Daarna laat je elke groep aan bod: wat hebben ze opgeschreven?

De waarden die naar voren komen in het gesprek, worden op een flapover geschreven of getypt (en intussen geprojecteerd).

#### 1.2.2.2. Missie en visie

Deel vervolgens de missie/visie van je voorziening/vzw uit.

Laat elke groep nu in de missie en visie aanduiden welke waarden reeds ter sprake kwamen in het groepsgesprek (zie flapover / projectie).

Vraag een groep om een conclusie: werd er veel of weinig aangeduid? Herkennen de andere groepen dit?

Eventueel kan je hier verder op ingaan: wat ontbrak? Zijn de waarden die niet aangeduid werden ook belangrijk voor hen? Hoe kunnen die waarden in praktijk gebracht worden?

#### 1.2.2.3. Superman (morele stress fiche 12)

Info bij deze werkvorm is te vinden in de methodiekenbundel morele stress.

Samenvatting werkvorm: Deelnemers krijgen nu een blad met het supermanlogo. Vraag hen om op dit blad een tiental waarden op te schrijven die voor hen het belangrijkste zijn in hun job (waarden zijn ter inspiratie nog steeds zichtbaar op flapover of geprojecteerd). Vraag vervolgens om een superman uit het blad te scheuren: hoofd, lichaam met superman logo op de borst, benen, ...

Benoem wat je ziet (hoe de supermannen eruit zien, aarzeling van sommigen om te gaan scheuren, ...) en vraag wie er geprobeerd heeft om alle waarden in de superman te houden. Benoem dat er ook in de praktijk soms eens door waarden gescheurd wordt, om allerlei redenen, en het belang van samenwerken/elkaar aanvullen.

## 2. Het begrip 'Barmhartigheid'

### 2.1. Info bij de verwerking van 'barmhartigheid'

Ook religies en levensbeschouwingen proberen een antwoord te bieden op de vraag wat van iemand een goed mens kan maken. Binnen de christelijke traditie is 'barmhartigheid' een onmisbare invalshoek.

Wat betekent barmhartigheid? Hoe kan barmhartigheid tegenover bewoners, collega's, bezoekers... vorm krijgen? Kan je ook barmhartig zijn tegenover jezelf?

Daarnaast zijn er de zeven werken van barmhartigheid. Vele religieuzen hebben vanuit hun geloof heel wat van die werken in praktijk gebracht. Indien van toepassing, kan je verwijzen naar de eigen ontstaansgeschiedenis van de voorziening. De zeven werken van barmhartigheid bieden tot slot ook een kapstok om, vanuit de invalshoek van ethiek en zingeving, na te denken over enkele concrete thema's in de zorg.

### 2.2. Het begrip barmhartigheid en de barmhartige Samaritaan

#### 2.2.1. Eerste impuls: barmhartigheid voor jezelf en anderen

Anne liet in haar antwoord op de vraag 'wat is een goed mens' het woord 'barmhartigheid' vallen. Toon het filmpje opnieuw en vraag de deelnemers hierop te letten.

Na het filmpje kan je volgende vragen stellen:

- Wat zou ze bedoelen met barmhartigheid?
- Wat kan barmhartigheid voor de ander betekenen?
- Wat kan barmhartigheid voor jezelf betekenen?

#### 2.2.2. De parabel van de barmhartige Samaritaan

- Toon het schema in de powerpoint en vraag of men het verhaal kan reconstrueren vanuit de afbeelding (een dappere deelnemer of samen...)
- Vul indien nodig verder aan of geef wat extra achtergrondinfo: vb. statuut van de Samaritaan, stel de vraag welke redenen zouden kunnen meespelen om niet te helpen, actualiseer (vb.: als jij iemand op straat ziet die slachtoffer is van geweld, wat zou jij dan doen?)
- Waarom wordt de Samaritaan een barmhartige Samaritaan genoemd? Hoe zou je hem omschrijven? Is hij zo'n perfect "supermannetje"? Waarom wel/niet?
- Zou je kunnen zeggen dat de Samaritaan niet alleen goed doet voor de ander, maar ook zorg draagt voor zichzelf?
  - o Vb: neen, want de Samaritaan loopt mogelijks risico (zijn de rovers nog in de buurt?)
  - o Vb: ja, want de Samaritaan luistert naar zijn hart, zal geen last hebben van een knagend geweten, gooit niet al zijn eigen plannen overboord maar brengt het slachtoffer naar de herberg, ...

- Beeld van de herberg. Hier kan je de link maken met ouderenzorg: vele mantelzorgers hebben reeds heel wat zorg opgenomen, maar kunnen nu niet meer alles alleen... Hun familielid wordt naar 'de herberg' gebracht om de zorg te delen. Vaak leeft het idee dat je als christen jezelf moet wegcijferen, maar dit verhaal toont aan dat je niet alles helemaal in je eentje hoeft op te nemen.
- Barmhartigheid tegenover jezelf is soms moeilijker dan barmhartig zijn tegenover de ander. Vb. reactie tegenover een vriend(in) is vaak milder dan je reactie tegenover jezelf als iets misloopt. Eventueel kan je hier kort op ingaan.

### 3. De zeven werken van barmhartigheid

#### 3.1. Info bij de zeven werken van barmhartigheid

Religie heeft steeds mee gezocht naar een antwoord op de vraag hoe mensen in het leven moeten staan, hoe ze geluk kunnen vinden, hoe ze een goed mens kunnen zijn.

In het christendom wordt in dit kader veel belang gehecht aan de werken van barmhartigheid. Doorheen de tijd zijn er altijd mensen geweest die vanuit hun christelijk geloof geprobeerd hebben om één of meer van deze zeven werken van barmhartigheid te realiseren. Zo ontstonden vanuit religieuze congregaties heel wat christelijke voorzieningen, bewegingen en diensten waar mensen steeds terecht konden.

Het jubeljaar van de barmhartigheid, dat loopt van 8 december 2015 (hoogfeest van Maria-Onbevlekt-Ontvangen) tot 22 november 2016 (hoogfeest van Christus, Koning van het heelal), wil ons herinneren aan het belang van de barmhartigheid.

Naast de zeven lichamelijke werken van barmhartigheid, zijn er nog zeven geestelijke werken van barmhartigheid: lastige mensen verdragen, onwetenden onderrichten, vergeven wie ons beledigen, bedroefden troosten, bidden voor levenden en doden, wie fout is terechtwijzen en de twijfelaars goede raad geven.

#### 3.2. Wat zijn de zeven werken van barmhartigheid?

Wist je dat er een Suske en Wiske stripverhaal over de zeven werken van barmhartigheid gaat?

Probeer de zeven werken met de groep op te sommen.

Vul eventueel aan: de hongerigen spijzen, de dorstigen laven, de naakten kleden, de vreemdelingen herbergen, de zieken bezoeken, de gevangenen nabij zijn en de doden begraven.

#### 3.3. De zeven lichamelijke werken van barmhartigheid

De foto in de powerpoint toont de fototentoonstelling van het ccv in Bisdom Gent. Meer info: <https://www.kerknet.be/bisdom-gent/artistiek-nieuws/de-werken-van-barmhartigheid-fototentoonstelling>

##### 3.3.1. De hongerigen spijzen

###### 3.3.1.1. Komen eten

De meesten kennen het programma 'Komen eten'. Wat wordt er naast de kwaliteit van de maaltijd nog beoordeeld? Zijn dit ook zaken die bij ons belangrijk zijn voor een goede maaltijdzorg? Waar kunnen we op letten?

vb. voldoende tijd, bewoner zit rechtop, warme maaltijd ook warm opdienen, lekker eten, maaltijd mooi presenteren, rustige en gezellige sfeer, mooie aankleding van de tafel, zelfredzaamheid respecteren/bevorderen,...

### 3.3.1.2. Ouderen zijn geen behoeftewezens maar zinwezens

Eventueel kan je onderstaand artikel binnenbrengen met het onderscheid tussen de mens als behoeftewezen en de mens als zinwezen zoals het in het afstudeerproject van N. Adriaens wordt uitgelegd. Ook het onderscheid tussen de biologisch/nutritionele kijk en de ruimere kijk op het maaltijdgebeuren van C. Gastmans en L. Vanlaere kan aangehaald worden. Herkenbaar?

"Fysiologische aspecten van voeding krijgen hierbij vaak de meeste aandacht. Ondervoeding is immers een belangrijke risicofactor die aanleiding geeft tot een grotere mortaliteit, een vertraagde herstelperiode bij ziekte, functieverlies en een verhoogde kans op opname in een woon- en zorgcentrum. In publicaties wordt echter te gemakkelijk ervan uitgegaan dat ouderen op de eerste plaats behoeftige wezens zijn met allerlei noden waaraan men tegemoet moet komen, omdat het leven dat nu eenmaal vereist. Het menselijk leven van een oudere mens wordt herleid tot een aantal gedragsfenomenen die we terugvinden bij dieren. **Het is belangrijk dat ouderen niet beschouwd mogen worden als een behoeftewezen, maar wel als een zinwezen.**

Hier voelt men iets van de kleine dagelijkse beslissingen die zorgverleners nemen. Ze zijn zelden zo klein als ze lijken. Want wat een zieke zich zal herinneren, is niet de snelheid waarmee de arts erin geslaagd is de dehydratatie te corrigeren, maar eerder de wijze waarop dit is gebeurd. Het verschil namelijk tussen de beker water die hem werd aangeboden of die hem tussen de tanden werd geduwd. Het verschil tussen dat verse glas water of die beker die er al stond sinds gisteren. Het verschil tussen tijd krijgen om te drinken of net voldoende om zich niet te verslikken. Het verschil tussen 'moeten drinken' en mogen zeggen: 'Mag ik nog even wachten?' (Montaine, 2000)"

(bron: Adriaens Nathalie, Ethische aspecten omtrent de maaltijdzorg. Theoretische en praktische aanbeveling op een afdeling acute geriatrie, p. 8-9 via

<http://doks.pxl.be/doks/do/files/FiSe8ab2a8214b78acca014c3270685b1f7e/Ethischeaspecten.pdf;jsessionid=F59BCA72BB1023C826A0E3BA6AB8C55A?recordId=SEtd8ab2a8214b78acca014c3270685a1f7d>)

"Een van de meest algemene opmerkingen die over de humane betekenis van de maaltijd kan worden gemaakt, is dat het gebruiken van een maaltijd wezenlijk verschilt van het behoeftegestuurde opnemen van voedsel. Een hond wordt net als andere dieren 'gevoederd'. Het zou komisch klinken als we over het varken zouden zeggen dat het een maaltijd gebruikt. Omgekeerd zouden we even schrikken en misschien zelfs verontwaardigd reageren als in de supermarkt de diepvriesmaaltijd zou worden aangeduid met de benaming 'diepvriesvoedsel' of nog erger met 'diepvriesvoeder'. Alleen al de uitdrukking 'een maaltijd gebruiken' of 'tafelen' in plaats van 'voederen' maakt duidelijk dat het om veel meer gaat dan het biologisch verschijnsel van 'het stillen van de honger'. Het is waar dat we als we lange tijd niet eten, langzaam maar zeker sterven. Dat is een biologisch principe. Maar we eten niet alleen om in leven te blijven. Een louter biologische of nutritionele kijk op het maaltijdgebeuren – als dit al mogelijk zou zijn – doet tekort aan de rijke betekenissen die verbonden zijn aan bijvoorbeeld een maaltijd die in familiekring wordt gebruikt."

Bron: Gastmans C. & Vanlaere L., Cirkels van zorg. Ethisch omgaan met ouderen., Davidsfonds, Leuven, 2005, p. 85.

### 3.3.1.3. Honger in een symbolische betekenis: waar hebben mensen honger?

Je kan honger hebben ook symbolisch invullen. Dan staat de honger voor iets waar je nood aan hebt of naar verlangt.

- Waar hebben bewoners honger naar? Wat hebben ze ten diepste nodig?  
Vb. waardering, aandacht, respect, bevestiging, genegenheid, erkenning, vriendschap, ...  
Eventueel kan je hierbij verwijzen naar de missie en visie, persoonsgerichte zorg...

### 3.3.2. De dorstigen laven

Symbolische betekenis: op zoek naar de bron, vervulling, geluk

#### 3.3.2.1. De Batterij

- Zie morele stress, fiche 30
- Samenvatting werkvorm: Wat zijn je 'plusmomenten', de zaken die je batterijen opladen, waar je voldoening uithaalt, een verfrissende ervaring waarvan je dacht 'hier doe ik het voor'... Wat maakt een dag tot een geslaagde dag?
- Wat zijn je 'minmomenten' (negatieve of uitputtende situaties die energie opeisen)?

#### 3.3.2.2. What makes you tick?

Je kan het thema ook benaderen vanuit onderstaande tekst. Wat geeft energie? Waarvoor doen medewerkers het? Wat is er nodig om het enthousiasme en de werkvreugde te bewaren of terug te vinden?

#### **Tribes bouwen – what makes you tick**

"Waarom ben je eigenlijk terug gekomen van vakantie? Ben je niet lekker voor je tent blijven zitten, je over cultuur blijven verwonderen, in het zwembad blijven liggen, blijven wandelen, surfen, terrasjes pakken? Waarom zou je je *backpack* weer verruilen voor je pak; zelf weer gaan koken in plaats van te eten bij dat zalige restaurantje in Toscane?

Waarom gooi je jezelf weer in stress en deadlines? Waarom werken jij en de mensen uit jouw tribe eigenlijk hier? Loonstrookje? Pensioen? Passie voor het vak? Drive? De wereld verbeteren? Omdat je collega's zo leuk zijn?

De maand september is een goed moment om er weer eens bij stil te staan. Je Tribe te verstevigen. *What makes you tick*, waar ga je van aan. *What makes you run*. En hoe organiseer je dat de harten van de mensen waarmee je werkt blijven tikken, hoe zorg je dat de passie van medewerkers voor hun organisatie blijft stromen. Dat het oprecht de moeite waard is om uit een hangmat te komen..."

Bron: <http://www.managementimpact.nl/organisatie/artikel/2016/9/tribes-bouwen-what-makes-you-tick-1017505>

#### 3.3.2.3. Wat maakt onze bewoners gelukkig(er)?

Kasper Bormans heeft het in het boek 'Wat Alz' over dromen. Waar dromen bewoners van? Wat maakt hen gelukkig(er)? Hij bekritiseert dat we bewoners vaak benaderen vanuit hun verleden (reminiscentie) en heden, maar zelden vanuit toekomstperspectief (hoop, dromen...).

- Waar dromen bewoners van? Waar kijken ze nog naar uit? Waarvoor staan ze 's morgens op?
- Hoe kunnen we bewoners perspectief geven?
- Wat betekent hoop voor bewoners? Waar kunnen ze nog op hopen? Wie graag het thema hoop verder uitdiept, kan de masterproef "*Hoop doet leven! Een pastoraaltheologische analyse van het fenomeen hoop in relatie tot de spiritualiteit van de geriatrische patiënt*" van Inge Neyens hier lezen:  
<http://www.pastoralezorg.be/page/hoop-doet-leven/>

#### 3.3.2.4. Tip: de daad bij het woord voegen: pauze

Dit is een ideaal moment om even de daad bij het woord te voegen en even een korte pauze in te lassen.

### 3.3.3. De vreemdelingen herbergen

#### 3.3.3.1. Nergens beter dan thuis? Thuisgevoel van bewoners

- Bewoners zeggen vaak dat ze liever thuis waren en dat hun nieuwe 'thuis' in het woonzorgcentrum niet hetzelfde is.
  - o Wat betekent 'thuis zijn'? Wat maakt dat je je ergens thuis voelt? Wanneer kan een huis een 'thuis' worden? Wat is er nodig opdat bewoners zich thuis zouden voelen?
  - o Herken je de citaten? (zie powerpoint)
    - "Een plaats waar ik mij thuis voel, is een plek waar er amusement is en gezelligheid heerst. Ook moet je je er op je gemak voelen en kunnen praten met de mensen waar je op dat moment mee samen bent. Het is gewoon een plaats waar je jezelf kan zijn, en niet in je schelp hoeft te kruipen omdat je bang bent voor de reactie van anderen." (Bron: [http://www.kuleuven.be/thomas/uploads/file/blocks/1002/bijnschrift\\_jks\\_ept06.pdf](http://www.kuleuven.be/thomas/uploads/file/blocks/1002/bijnschrift_jks_ept06.pdf))
    - "Doordat mensen zich bij ons thuis voelen, durven ze makkelijker zichzelf te zijn, waardoor helaas ook hun slechte kantjes sneller boven water komen." (Johan Struyvelt, vrijwilliger bij Poverello. Bron: <https://www.kerknet.be/kerk-leven/artikel/bediening-aan-tafel-0>)
    - "Ik voel me thuis wanneer ik "alles weet te vinden" en wanneer ik mezelf kan zijn. Ik kan pas mezelf zijn wanneer ik kan opschieten met de mensen om mij heen en kan doen wat ik wil. Wanneer je je ergens thuis voelt, zal je geen masker opzetten." (Bron: [http://www.kuleuven.be/thomas/uploads/file/blocks/1002/bijnschrift\\_jks\\_ept06.pdf](http://www.kuleuven.be/thomas/uploads/file/blocks/1002/bijnschrift_jks_ept06.pdf))
    - "Je voelt je niet thuis waar je woont, maar waar ze je begrijpen." (Christian Morgenstern)
    - "Nergens beter dan thuis."
    - "De enkeling kan niet zonder de gemeenschap, en de gemeenschap niet zonder de enkeling" (Bonhoeffer)

- “Mijn vader nam de vreemdelingen niet op om zijn eigen geweten te sussen, maar omdat hij iets waardevols in hen zag.” (Anselm Grün, *Leven met compassie*, p. 47)

### 3.3.3.2. Hoe kunnen vrijwilligers en medewerkers zich thuis voelen?

- Wat is er nodig opdat medewerkers en vrijwilligers zich hier thuis zouden voelen?
  - Herinner je jouw eerste dag hier?
  - Wat is nodig om mensen een warm welkom te geven en toe te laten dat ze echt opgenomen worden in het team, kansen krijgen om het beste van zichzelf te geven en te groeien in kennis, competenties...? Wat maakt dat je je echt thuis kan voelen in een team?

### 3.3.3.3. “Thuis is waar je heen gaat, waar je echt jezelf mag zijn...” Diversiteit!

- “Goede zorg is wanneer je de bewoner verzorgt zoals je later zelf verzorgd zou willen worden.” Ben je het hiermee eens? Waarom wel/niet?
- Wat maakt jou gelukkig? Wat maakt onze bewoners gelukkig? Is dit voor iedereen hetzelfde?

### 3.3.4. De naakten kleden

#### 3.3.4.1. Waardigheid

Figuurlijk: “niemand in zijn hemd zetten”, “niemand in de kou laten staan”, niemand dwingen zich “bloot te geven”, niemand blootstellen aan onderdrukking, eenzaamheid... een warme mantel om elkaar heen slaan. De naakten kleden kan dus om waardigheid gaan.

Ook: gaan we de fouten/gênante situaties van collega’s, bewoners, ... extra belichten, of discreet behandelen? → geen onnodig leed toevoegen.

Je kan hierbij verwijzen naar een recente casus.

Vb. de casus van het woonzorgcentrum in Puurs (zie powerpoint). Deze casus ligt recent in het geheugen: vraag de deelnemers om even samen te vatten wat er in de media gebracht is. Wat was er gebeurd en wat was het resultaat? Zijn die werknemers terecht ontslaan, of was dat wat overdreven en moet er toch ook eens gelachen kunnen worden? Wat maakt dat iedereen zo verantwoordigd is? Welke waarden werden geschonden?

Heel vaak raken we ook onbewust aan de waardigheid van de ander, door de dingen die we doen en zeggen, of net niet doen en niet zeggen. In WZC Vincenthove te Roeselare ontwikkelde men daarom een aandachtlijst rond waardigheid:

<http://www.vincenthove.be/public/uploads/files/Brochure%20waardigheid.pdf>

- Pik hier enkele items uit en lees ze hardop voor. Men hoeft niet meteen te reageren.
- Vraag of er iemand is die erin slaagt om dit altijd waar te maken (waarschijnlijk niet)
- Is er iemand die durft te zeggen waar hij of zij wel eens niet in slaagt?
- Is het ‘erg’ als het niet lukt? Waarom wel / niet?
- ...

#### 3.3.4.2. “Ik kan me net zo goed voor heel Nederland uitkleden”



Letterlijk: hoe gaan we om met de naaktheid van de anderen. Hoe kunnen we dit doen met zoveel mogelijk oog voor waardigheid, privacy en autonomie?

Zie foto op de powerpoint.

- Is dit herkenbaar? Wordt dit wel eens gezegd door bewoners?
- Begrijp je die reactie?
- Heb je zelf al zorg moeten ontvangen? Hoe heb je dit ervaren?
- Stel dat je morgen voor het eerst bij een nieuwe bewoner komt voor verzorging, hoe pak je dat dan aan?

### 3.3.5. De zieken bezoeken

#### 3.3.5.1. Carl & Elly: ouder worden betekent loslaten

Zie afbeelding powerpoint. Wie herkent die figuurtjes? Waarover gaat de film Up? Laat ook de droom van Carl en Elly verwoorden (de wereld ontdekken, verre reizen maken...). Vul eventueel aan.

Aan het begin van de film wordt in enkele minuten het leven van Carl en Elly samengevat. Laat dit fragment zien en vraag de deelnemers te letten op wat er met hun droom gebeurt. Het filmpje is hier te vinden: [https://www.youtube.com/watch?v=F2bk\\_9T482g](https://www.youtube.com/watch?v=F2bk_9T482g)

Bespreking:

- Is dit een realistische weergave? Het leven zoals het is (kan zijn)? Wat is het verschil met vroegere Disneyfilms (einde bij 'ze leefden nog lang en gelukkig'...)? Ook onze bewoners hebben al heel wat meegemaakt.
- Wat gebeurt er met de droom van het reizen? Cf. de spaarpot die steeds voor andere dingen gebruikt moet worden, Elly die op het einde het boek teruggeeft... Je kan hier ingaan op het feit dat het loslaten van heel wat zaken bij ouder worden hoort.
- Wat betekent ziek zijn of minder mobiel zijn voor een bewoner? Wat zijn de gevolgen? Hoe veranderde het zijn/haar leven? Wat heeft hij/zij al moeten loslaten? Vb. de relatie met de kinderen en partner verandert, niet meer actief in verenigingen, opname in ziekenhuis of in woonzorgcentrum: omgeving wordt kleiner (men komt niet meer zo vaak buiten het woonzorgcentrum), sociale contacten van voor de opname verminderen of vallen weg, mensen bekijken je anders, inpassen in een dagstructuur, samenleven met mensen die je niet zelf koos, sommige gewoontes moeten opgeven, je lichaam 'werkt niet mee', vaak ook een confrontatie met de eigen broosheid: zit ik hier op m'n dood te wachten? Waarom overkomt mij dit? Wat doe ik hier eigenlijk nog?

#### 3.3.5.2. Kristien Hemmerechts: 100% patiënt?

Lees de uitspraak van Kristien (zie powerpoint). Leg de link naar bewoners:

- Bewoners kunnen vaak een aantal dingen niet meer, maar zijn er ook dingen die ze wel nog kunnen? Aan welke dingen denk je? Vb. een bewoner die een medebewoner helpt, meedenkt in de gebruiksraad, een zieke medebewoner bezoekt, deels zelf de eigen verzorging opneemt, deel uitmaakt van een bewonerskoor, ...
- Kunnen we hen dat ook zelf laten doen? Welke mogelijkheden geven we al? Nemen we soms ook onnodig iets uit handen?

- Wij geven veel aan bewoners (goede zorg, aandacht...) maar wat geven bewoners ons? Wat ontvangen wij van hen? (vb. dankbaarheid, gebed, zinvolheid in het werk, levenswijsheid...)

### 3.3.6. De gevangenen bezoeken/bevrijden

#### 3.3.6.1. Gevangen zitten in ...

Laat het citaat van Nelson Mandela zien. Het gaat hier om gevangen zitten in angst, kwaad, bitterheid... We kunnen ook gevangen zitten in vooroordelen, in isolement, in slechte gewoontes...

Je kan hier de link leggen naar bewoners voor wie je moeilijk 'goed kan doen', omdat ze bijvoorbeeld gevangen zitten in kwaadheid of bitterheid (vb: "mijn kinderen hebben mij hier *gestoken...*") . Door zoiets te kaderen, kan je meer begrip creëren.

#### 3.3.6.2. Autonomie

- De oudere als een 'zelf'

"(...) het doel van ouderenzorg is het op zo'n manier ondersteunen van ouderen dat ze zichzelf ondanks de vervreemdende gevolgen van ouderdom toch als persoon kunnen terugvinden in hun situatie. Ouderenzorg verschijnt zo als het geheel van houdingen, kennis en vaardigheden waarmee hulpverleners de ouderen tegemoet komen in hun mogelijkheden, beperkingen of moeilijkheden, opdat ze zich als een eigen 'zelf' kunnen ervaren. Dit vraagt van deze hulpverleners allereerst dat ze gevoelig worden voor de wijze waarop ouderen hun eigen wereld inrichten, de manier waarop ze zichzelf en hun wereld beleven en voor de zaken die belangrijk zijn voor het behouden van een fundamenteel gevoel van eigenwaarde."

Gastmans C. & Vanlaere L., Cirkels van zorg. Ethisch omgaan met ouderen., Davidsfonds, Leuven, 2005, p. 26.

- Mag ik douchen op mijn sokken?

Vertel de casus van Aaltje zonder de oplossing er al bij te vertellen, zie

<http://www.zorgvoorbeter.nl/ouderenzorg/vrijheid-verhalen-douchen-met-sokken.html>

Vraag aan de deelnemers hoe zij het zouden oplossen.

- Vrijheidsbeperking

Het thema 'gevangenen bevrijden' geeft aanleiding tot ingaan op het thema van vrijheidsbeperking, maar uiteraard zijn er nog andere thema's waarbij autonomie op het spel staat. Afhankelijk van wat er leeft in je voorziening, kan je hierin zelf een keuze maken.

Hier werd gekozen voor het thema van vrijheidsbeperking, als opstap naar verdere vorming rond dit specifieke thema.

Fixatie is een vorm van vrijheidsbeperking, waarbij verschillende waarden meespelen. Om zichtbaar te maken dat niet elke waarde voor elke partij even sterk meespeelt, kan je vragen om drie keer vanuit een ander perspectief na te denken. Je kan hiervoor de groep in drie groepen opsplitsen, of achtereenvolgens aan de volledige groep vragen om vanuit een specifiek standpunt na te denken: dat van het zorgteam, dat van de familie van een bewoner en dat van een bewoner zelf.

Je kan ervoor kiezen het heel algemeen te houden, of een concrete casus voorleggen.

- Welke redenen kan een zorgteam hebben om fixatie voor te stellen? Zijn er ook redenen om het niet te doen?
- Welke redenen kan een naaste of familielid van een bewoner hebben om al dan niet akkoord te gaan met het voorstel om de bewoner te fixeren?
- Hoe zou de bewoner zelf reageren op fixatie? Zou hij/zij het ermee eens zijn? Hoe ervaart hij/zij het? Welke signalen vang je op? Welke waarden wegen het meest door voor de bewoner?
- Probeer enkele besluiten te formuleren:
  - Welke waarden spelen mee?
  - Is er één waarde die in alle situaties primeert op de andere waarden? Of kiezen de verschillende partijen sowieso voor andere waarden? Of hangt het net heel erg sterk af van een specifieke context?
  - Komen de verschillende betrokkenen tot andere voorstellen als het gaat om een bewoner met dementie dan als het gaat om een bewoner die geen dementie heeft?
  - Welke keuze zou je zelf maken als familielid of als bewoner? Is dit dezelfde keuze die je maakt als zorgteam?
  - Welke vrijheidsbeperkende maatregelen bestaan er? Zijn er alternatieven mogelijk? Eventueel kan je hierbij ook casussen aanbrengen waarbij je de deelnemers laat zoeken naar de best mogelijke oplossing.

### 3.3.7. De doden begraven

Eerbied voor stervenden, goede palliatieve zorg, goede nazorg voor nabestaanden, overledenen herinneren, afstand-nabijheid, spirituele zorg rond het levenseinde...

3.3.7.1. We beschouwen de dood vaak als de grootste vijand, maar misschien moet je hem ook zien als een vriend die je op tijd komt halen

Lees het citaat van Kristien Hemmerechts (zie powerpoint)

- Hierbij aansluitend kan je de kortfilm "the life of death" (5') laten zien:  
<https://www.youtube.com/watch?v=AJBsXrB9uM>
- Uitleg bij dit filmpje:

"The life of Death werd al in 2012 gemaakt. Het was het afstudeerproject van Marsha Onderstijn aan de Kunstacademie van Breda. Nadien werd ze zelfstandig illustratrice. Toen ze begin dit jaar een eigen website lanceerde, plaatste ze daar ook The life of Death op. Sindsdien doet het filmpje de ronde op sites als Vimeo en YouTube en hebben miljoenen mensen het gezien - afgaande op de reacties zijn velen ontroerd.

"Ik krijg nog dagelijks e-mails, comments en berichtjes van mensen over de hele wereld", zegt Marsha aan Kerknet. "Heel bijzonder, ontroerend en bijna ongelooflijk om van zoveel mensen een reactie te krijgen."

Eerder zei ze in een interview: "Ik wilde van de Dood een personage maken waar het publiek zich betrokken bij voelde. Hoe is het om zoals de Dood te zijn? Om altijd levens te beëindigen, maar zelf altijd alleen achter te blijven? De hinde is voor mij het symbool van het leven. Ze is niet bang van de Dood - de twee worden vrienden. En als haar tijd is gekomen, omhelst ze de Dood als een vriend."

(bron: <https://www.kerknet.be/kerknet-redactie/video/animatiefilmpje-over-leven-en-dood-laat-je-sprakeloos-achter>)

- In deze vorming werd niet ingegaan op de uitspraak “liever sterven dan moeten dementeren”, maar het is natuurlijk wel mogelijk om het thema rond waardigheid en levenskwaliteit hier verder uit te diepen.

### 3.3.7.2. “Hoe langer hoe nooit”: belang van goede zorg aan het levenseinde

Het filmpje “the life of death” toont een ‘zacht’ heengaan...

Wie in een woonzorgcentrum werkt, wordt regelmatig geconfronteerd met de dood.

De meeste bewoners sterven bij ons, dus dat sterven maakt ook deel uit van onze zorg.

We kunnen het niet tegenhouden, we kunnen alleen uiterst zorgzaam en attent aanwezig zijn in deze laatste fase.

- Eventueel kan je het citaat “hoe langer hoe nooit” laten lezen (zie powerpoint).
- Hoe kan je, ook wanneer de bewoner niet meer kan genezen, nabij zijn?
- Hoe kan je de familie helpen om met de zieke/de ziekte/de naderende dood om te gaan? Belang van goede zorg en aandacht, ook voor de kleine dingen. Je kan hier ook ingaan op de behoefte van mensen aan rituelen, vb. ziekenzalving, ziekenzegen, gebed, andere vormen van afscheidsrituelen, viaticum...
- Hoe kan je elkaar ondersteunen? Hoe gaan we in ons woonzorgcentrum om met afscheid? Hoe ga je zelf om met het sterven van bewoners en eigen verlieservaringen?
- Eventueel kan je hierbij de uitspraak van de begrafenisondernemer laten zien (zie powerpoint): hoe ervaar je zelf de balans tussen afstand en nabijheid of empathie? Wat helpt jou om afstand te bewaren? Wat betekent nabijheid voor jou? Hoe zie je afstand en nabijheid in het perspectief van professionaliteit?

## 3. De geestelijke werken van barmhartigheid

In een vorming over barmhartigheid, kan uiteraard ook ingegaan worden op de zeven geestelijke werken van barmhartigheid. Dit werd hier niet uitgewerkt, maar je kan er zeker mee aan de slag.

### Leestips:

Zusters Barmhartigheid Jesu, *Een regenboog van solidariteit. Over de 14 werken van barmhartigheid*, De windroos, Brugge, 2015.

Anselm Grün, *Leven met compassie. De zeven werken van barmhartigheid*, Forte, Baarn, 2009.

Erik Galle, *Zeven keer jezelf overstijgen*, Halewijn, Antwerpen, 2016. (Tip: Dit magazine bracht ook enkele videofragmenten met zich mee, te vinden op youtube)

Ook op de Elisabethwebsite werd aandacht geschonken aan het thema barmhartigheid: <http://www.pastoralezorg.be/page/barmhartigheid/>

### Tip morele moed:

Het thema 'de zondaars vermanen' biedt mogelijkheden om morele moed (zie bundel morele stress) binnen te brengen.

#### **4. Slot**

Tip: het kan een goed idee zijn om de deelnemers iets concreets te laten meenemen uit deze vorming.

Fiche 38 van de bundel morele stress, biedt hiervoor mogelijkheden.

##### Fiche 38 morele stress: mijn motto (15')

- welk motto wil jij hanteren in je werk?
- Deelnemers maken zelf een motto, of krijgen een kaartje of attentie waar reeds een citaat opstaat dat als motto kan gelden.
- Maak bijvoorbeeld vooraf kaartjes met spreuken. Lamineer de kaartjes en laat iedereen een spreuk kiezen. Voorzie magneettape die ze aan de spreuk kunnen bevestigen. Zo wordt het een magneet, die op de koelkast, locker... gehangen kan worden.