

CURSUS: OMGAAN MET STERVENDEN EN HUN NAASTEN

Een cursus voor zorg- en hulpverleners, pastoraal werkers, vrijwilligers,.....

Deze cursus bestaat uit zeven hele dagen, telkens met een tussenperiode van plm. 4 weken, waarin verwerkingsopdrachten worden gemaakt.

Thema 1: Omgaan met stervenden, sterven en dood in onze cultuur

Welke plaats geven wij de dood in onze samenleving?

Doel: de deelnemers krijgen een meer inzicht in de verschillende belevingen en benaderingen van ziekte, sterven en dood en de verscheidenheid aan visies op de betekenis van het leven, ziekte, het sterven en de dood binnen de westerse cultuur.

A. Sterven en dood door de eeuwen heen, geschiedenis in vogelvlucht.

Mensvisie, visies op ziekte, leven en sterven.

Sociale/culturele factoren en de betekenis van levensovertuigingen in relatie tot het sterven.

B. Leven na de dood?

Visies op en ervaringen met wat hierna komt.

Binnen en buiten onze westerse cultuur

Thema 2: Wie is die mens die sterft?

De betekenis van het sterven in het perspectief van het leven

Doel: de deelnemers zien het verband tussen verschillende dimensies van het menselijk Zijn en de invloed daarvan op de wijze waarop de stervende zijn naderende zal kunnen/willen/gaan vormgeven.

Algemene menselijke basisbehoeften: heelheid, nabijheid, gekend zijn.

De ontwikkelingspsychologie van de mens en de te vervullen levenstaken.

De levensloop, levensgeschiedenis en de effecten daarvan op het Zelf.

De betekenis van de sociale, maatschappelijke en culturele context.

Thema's, trauma's en hoogtepunten. In het bijzonder het omgaan met ervaringen van ziekte, verlies, sterven en dood.

Religieuze of andere levensovertuigingen en de mogelijke effecten ervan voor het klaar zijn/raken voor de dood.

Thema 3: Het proces van het sterven

Universele reactiepatronen van stervenden en naasten bij de confrontatie met en het voorbereiden op de naderende dood, een laatste levenstaak.

Doel: deelnemers doen kennis op omtrent de algemene processen die met het sterven te maken hebben, zodat zij dit kunnen integreren in hun empathische attitude in relatie tot de stervende, de naasten en de collega's..

- A. De algemene reacties van stervenden en naasten op ziekte, sterven en overlijden, waaronder de wijze van reageren op en omgaan met crises.

Het proces van sterven: de fasen volgens Kubler – Ross.

1. Het ontkennen
2. De woede
3. Het onderhandelen
4. De depressie
5. De aanvaarding

- B. Crisis en crisisverwerking:
(in het chinees is er eenzelfde woord voor zowel crisis als kans)

Ontwijkende reacties, stagnatie en groei.

Het afronden van het leven:

Klaarkomen met onvervulde levenstaken

Met onvervulde beloften

Met schuldgevoelens en de behoefte aan (zelf)vergeving

Omzien zonder wrok? Zonder teleurstelling?

Vooruitzien zonder zorgen?

Zorg over de achterblijvers.

Het rechtvaardigen van het geleefde leven.

Ga in vrede?

- C. Rituelen en symbolen gedurende het stervensproces

Gezinsrituelen en symbolen.

Religieuze rituelen en symbolen.

Persoonlijke rituelen en symbolen.

Het moment van sterven

Thema 4: De hulp-/zorgverlener in contact met het sterven

Putten uit je eigen bron als basis voor je invoelend vermogen.

Doel: de deelnemers in contact brengen met hun eigen ervaringen, belevingen, visies en ideeën over ziekte, sterven en dood.

Leren putten uit deze bron is een onmisbaar element voor de gewenste attitude.

Welke plaats geven hulp- en zorgverleners zelf aan fenomenen als ziekte, sterven en dood in het eigen leven?

De persoonlijke beleving van verlieservaringen van hulpverleners en de wijze waarop er mee om is gegaan.

Thema 5: In contact met de stervende

Omgaan met stervenden kan alleen als men van ze houdt.

Doel: de deelnemers doen ervaring op in het hanteren van diverse gesprekstechnieken en andere omgangsvaardigheden en leren deze zich eigen te maken en toe te passen in voorkomende situaties.

Wat is contact en hoe maken we contact?

Gespreksvaardigheden, verbaal en non-verbaal.

De (voor-)waarde van luisteren, openheid, echtheid, respect, empathie, met in achtneming van zelfbeschikking, privacy, afstand/nabijheid, autonomie.

De waarheid en niets dan de waarheid? (Waarheid zonder liefde is wreed)

B. Leren van je werk door collegiale consultatie, intervisie en supervisie.

Thema 6: Een plaats om te sterven

Als het maar daar is waar ik mezelf mag zijn.

Doel: deelnemers nemen kennis van de mogelijk plaatsen waar mensen normaal gesproken sterven en zijn op de hoogte van de mogelijkheden van de zorg en ondersteuning die daar geboden kan worden.

Thuis sterven, in een Hospice, of binnen de muren van een verzorgings-, verpleeg- of ziekenhuis?

Palliatieve terminale zorg, lichamelijke en geestelijke zorg (waaronder eventueel ook psychiatrische) ondersteuning.

Thema 7: Rouw en rouwverwerking

De dood is ook hier niet het einde.

Doel: deelnemers nemen kennis van de processen die zich afspelen na het overlijden van de verzorgde, zowel voor de naastbetrokkenen als voor zichzelf en zijn op de hoogte van de wenselijkheid/mogelijkheid voor (professionele) ondersteuning.

Tevens maken zij kennis met mogelijkheden om zelf e.e.a. te verwerken en er van te leren t.b.v. hun verdere beroepsuitoefening.

- A. Als de zorg teneinde loopt is er behoefte aan afronding, afsluiting en afscheid, ook bij hulp- en zorgverleners: symbolen en rituelen na het sterven t.b.v. de verwerking.
- B. Ervaringsleren voor hulp- en zorgverleners d.m.v. collegiale consultatie, intervisie en supervisie.

Tijdens de cursus wordt gebruik gemaakt van intervisie om de deelnemers te ondersteunen het geleerde in zichzelf te integreren.

Intervisie kan eventueel ook worden geïmplementeerd op de werkplek.

Marga v.d.Horst / Ron Overtoom