

Existentiële begeleiding rondom dood en eindigheid

Dr. C.W. Anbeek, Universiteit voor
Humanistiek

Zingeving

Zonder het gevoel dat het leven
zinnig is worden mensen ziek
(Victor Frankl)

Zin als preventie

- "In de ggz is vooral aandacht voor de behandeling van aandoeningen die er al zijn. Terwijl er ook aandacht moet komen voor de gezonde kanten van mensen: hoe kunnen zij die versterken? Hoe kunnen zij zelf psychische problemen als depressie en burn-out voorkomen? Hoe vergroten zij hun mentale veerkracht?" (TROUW, 25 maart 2009, Walburg, directeur Trimbos instituut)



DE ZEER OUDE ZINGT:

er is niet meer bij weinig
noch is er minder
nog is onzeker wat er was
wat wordt wordt willoos
eerst als het is is het ernst
het herinnert zich heilloos
en blijft ijlings

alles van waarde is weerloos
wordt van aanraakbaarheid rijk
en aan alles gelijk

als het hart van de tijd
als het hart van de tijd

Lucebert

HART VAN DE TIJD

- zorg op maat
- pgb
- product > consument
- contract
- dbc
- registratie
- evidence based
- richtlijnen/protocollen
- juridisering
- bopz
- Klachtencie
- Avond-, nacht en weekendzorg

Modellen/paradigma's

- **Bio-Medisch**
 - wat is er aan de hand? (diagnose)
 - wat te doen? (behandeling)
 - taal: logisch, rationeel
 - instrumenten: medicatie, medische technologie
- **Narratief**
 - wat betekent dit?
 - taal: verhalen, beelden, muziek
 - instrumenten: luisteren, tradities van verhalen

WAARDEN EN MENSBEELD

patiënt als autonome consument >
markt-, contractmodel

patiënt als kwetsbaar en afhankelijk >
narratief model

Holistische (gezondheids) palliatieve zorg

- Verschillende modellen en paradigma's zijn complementair en horen bij elkaar
- Verschillende deskundigheden/deskundigen nodig om holistische geneeskunde te kunnen verwerkelijken

Holistische (gezondheids) palliatieve zorg

- Solistisch perspectief medicus opgeven
- Teamvorming en teamoverleg van cruciaal belang
- Met name in eerstelijns palliatieve zorg

Wat is zingeving?

Alles in een dusdanig kader plaatsen dat we er raad mee weten (Ter Borgh)

Aspecten zingeving

- Zoeken naar betekenis als antropologisch gegeven
- Veranderingen op maatschappelijk en religieus gebied

Mensen zoeken naar betekenis

- Antropologisch gegeven van alle tijden
 - Nivo's van betekenis (alledaags, omvattend, uiteindelijk)
 - Behoeften aan betekenis – geluk (bij gebrek ziek)
 - Tradities van betekenis

Behoeften aan betekenis (Baumeister)

- Doel
- Waarden
- Controle (efficacy)
- Zelfwaarde (self-esteem)

Ultimate concerns - betekenisverlies

- Eindigheid (dood, ziekte, onmacht)
- Vrijheid/verantwoordelijkheid
- Relationaliteit /isolatie(samen zijn en alleen zijn)
- Betekenis/betekenisloosheid

Tradities van betekenis

- Betekenis leer je van anderen
- Religie speelde in verleden vaak in rol in de uiteindelijke betekenis

Ultimate concerns

- Religie/levensbeschouwing/filosofie helpt mensen betekenis te geven aan ultimate concerns

Religie en betekenis

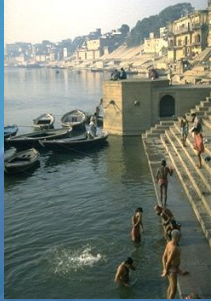
- Betekenis niet alleen cognitief/intellectueel, maar:
 - Visie op het leven
 - Rituelen
 - Gemeenschap
 - leefwijze

India - Ganges

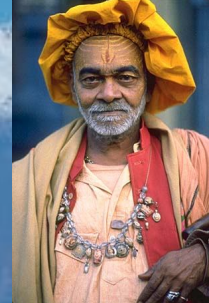


- Levengevende kracht van Shiva in water van de Ganges
- Sterven in nabijheid van Shiva

India - Ganges



India - sadhu



Japan - berg Fuji



Pelgrims beklimmen de berg Hua San

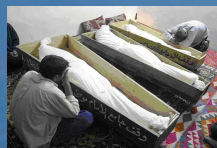
- Zoeken van nabijheid van goddelijke
- Allerlei rituelen om ook na de dood ziel nog in nabijheid van goddelijke te brengen



Islam Mekka



- Eigen leven opgeven (doodskleed)
- Goede daden doen
- Dag des oordeels - paradijs



Boeddhisme Japan - 88 tempels



- Eigen leven opgeven (witte kleed)
- Zonden vergeven
- Gemeenschappelijk ritueel

Lourdes



- Nabijheid van goddelijke kracht (genezing)
- Gemeenschap
- Naasteliefde
- Lichtritueel als bemoediging goddelijke nabijheid die nooit voorbij gaat.

Aspecten zingeving

- Zoeken naar betekenis als antropologisch gegeven
- Veranderingen op maatschappelijk en religieus gebied

Hart van de tijd

- Individualisering
- Ont-traditionalisering
- Geen vanzelfsprekend betekenis kader meer voor existentiële vragen

Hart van de tijd

- Betekenis minder voor handen
 - Levensvisie
 - Rituelen
 - Gemeenschap
 - levenswijze
- Probleem: als het leven chaotisch, onbegrijpelijk en bedreigend is, sta je ook nog voor de taak om nieuwe betekenis te vinden.

Kwalitatief onderzoek Taborhuis

- Aard en kenmerken existentiële crisis:
 - Besef leven eindig
 - Toekomst kan wegvallen
 - Doelen verliezen hun zin
 - Angst, paniek, wanhoop
 - Eenzaamheid/isolement
 - Onmacht (efficacy)
 - Verwarring eigen identiteit

Verwerking existentiële crisis

- Gericht op acceptatie van realiteit
- Zinervaring (te midden van crisis) kan zicht geven op nieuw zingevingskader

Begeleiding bij existentiële crisis

- Traditionele begeleiders en zingevingsdeskundigen niet voorhanden en/of niet passend (individualisering, ont-traditionalisering)
- Weinig oog voor zingeving bij reguliere hulpverleners (verpleegkundig specialist palliatieve zorg)
- Kloof hulpverlener en degene die worstelt met betekenisverlies (onderzoek Taborhuis)

Een wereld van verschil

cliënt

- Leven eindig
- Toekomst valt weg
- Doelen verliezen zin
- Angst, wanhoop

hulpverlener

- Midden in leven
- Eigen eindigheid in verre toekomst geprojecteerd
- Midden in professionele en persoonlijke doelen
- Emoties wel herkenbaar, maar existentiële wanhoop alleen bij directe bedreiging bestaan

Een wereld van verschil

cliënt

- Gevoelens eenzaamheid
- Gevoelens onmacht
- Verwarring eigen identiteit

hulpverlener

- Beroepsmatig en sociaal veel contacten
- Opgelid om probleemoplossend op te treden
- hulpverleners/artsen verkeren doorgaans in positie waarin identiteit ruimschoots bevestigd wordt

Principes om de kloof te overbruggen (Benedictus)

- Bescheidenheid
- Armoede
- Gehoorzaamheid (3x)

Bescheidenheid

- Besef dat de ander zich wezenlijk ergens anders bevindt dan jijzelf
- De ander is echt een ander, je begrijpt hem/haar niet zomaar

Armoede

- Besef dat je met lege handen staat en in existentieel opzicht niets anders te bieden hebt dan een open vraag: waar bevind je je en hoe is het om daar te zijn?
- Andere houding en attitude dan waar doorgaans bij hulpverleners een appel op wordt gedaan

Gehoorzaamheid 1

- Luisteren naar de ander – de ander op verhaal laten komen

Narratief mensbeeld

De mens als auteur van zijn eigen leven, die door het vertellen van verhalen zijn leven vorm geeft. Verhalen vormen het fundamentele raamwerk waarmee de mens al zijn belevingen, waarnemingen en ideeën over zichzelf, zijn relaties en de wereld om zich heen ordent en betekenis geeft.

Gehoorzaamheid 2

- Luisteren naar ander kan alleen als je ook luistert naar jezelf
- Luisteren naar eigen emoties – de ander die geconfronteerd wordt met eindigheid (en alle emoties en vragen en twijfel die daarbij horen) huist ook in jezelf.

Gehoorzaamheid 3

- Als teamleden luisteren naar elkaar (gevoelens en waarnemingen) zonder hiërarchie.

Stellingen/vragen

- Voor hulpverleners /artsen is het moeilijk om de Benedictijnse principes als brug naar de belevingswereld van de palliatieve patiënt te gebruiken, omdat het indruist tegen hun gebruikelijke professionele attitude.
- Mede daarom is teamvorming (verschillende deskundigen) en teamoverleg van belang
- Hoe kan dit in de praktijk vorm krijgen?