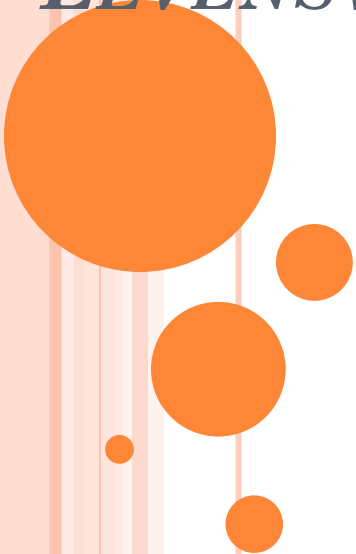


OP VERHAAL KOMEN

LEVENSVERHALEN IN HET ZIEKTEPROCES



Jacob Engelgeer – departement O&T
Landelijke Trainingsdag NUChC
14 november 2021

Sören Kierkegaard:

‘Mensen leven hun leven naar voren,
maar
begrijpen het door terug te kijken.’



INHOUD

- Definitie levensverhaal
- Levensverhaal - subjectief
- Luisteren naar levensverhalen
- De zieke medemens staat centraal
- Ziekte en levensverhaal
- Typering van het levensverhaal bij ziekte
- Dimensies van het levensverhaal
- Oefening
- Tot slot



DEFINITIE LEVENSVERRHAAL

Een **deel of gedeelten** van iemands persoonlijke levensgeschiedenis, verteld of samengesteld door hem- of haarzelf.

Er wordt antwoord gegeven op vragen als:

- Wie ben ik?
- Wie horen er bij mij?
- Wat heb ik meegemaakt en hoe duid ik dat?
- Hoe ziet mijn toekomst eruit?



LEVENSVERHAAL – SUBJECTIEF

Het **levensverhaal** vertegenwoordigt de subjectieve kant, de **belevingskant** van de persoon.

De **betekenis** die men aan gebeurtenissen hecht is belangrijk, evenals de **verbanden** die men tussen die gebeurtenissen aanbrengt.



LEVENSVERRHAAL – SUBJECTIEF

Een levensverhaal hoeft **niet het totale leven** van iemand **in kaart** te brengen.

Het is eerder een **bonte verzameling** van opvallende **gebeurtenissen** of **ontmoetingen**, **anekdoten** en **momentopnamen** die in de **herinnering** opkomen dan om de totale levensgeschiedenis.



LEVENSVERHAAL

Het is dus niet zozeer een simpele chronologische weergave van iemands leven.

Als wel:

- Iemands **interpretatie** van gebeurtenissen, mijlpalen, hoogte- en dieptepunten.
 - Hoe verklaar ik wat me is overkomen?
 - En welke zin geef ik daaraan? Wat betekent het voor mij?
- Een constructie van de ‘werkelijkheid’ vanuit het eigen perspectief van dít moment.



NIET IEDEREEN KAN VERTELLEN

Mensen met een **verstandelijke beperking** bijvoorbeeld zijn soms niet in staat informatie te ordenen of verbaal te communiceren.

Bij ouderen kan **geheugenverlies** optreden, door dementie of een andere ziekte.

Vandaag als uitgangspunt: degenen die wel kunnen vertellen (tijdens hun ziekteproces).



LUISTEREN NAAR LEVENSVERRHALEN



LUISTEREN

- Luisteren is een belangrijk instrument:
 - Werkelijke interesse in de ander
 - Nieuwsgierig naar gevoelens en gedachten van die ander
 - Jezelf het zwijgen opleggen
 - Je behoefte om zelf te praten laten wegzakken
- Wie op tijd zwijgt, hoort beter!
- Zo kan de diaken/diacones/ouderling/predikant het verhaal van de ander **tevoorschijn luisteren.**



RESULTAAT VAN LUISTEREN 1

Het laten vertellen van het levensverhaal werkt vaak **therapeutisch** waardoor de verteller mede de gelegenheid krijgt gebeurtenissen te **integreren** in haar / zijn leven.

Het **vertellen** van het levensverhaal **kan** bijdragen tot het **verwerken** en **accepteren** van wat gebeurt en is gebeurd ('een plekje geven').



RESULTAAT VAN LUISTEREN 2

De **aandachtige betrokkenheid** van diaconessen, diakenen en ouderlingen en **erkenning van het levensverhaal** van degene die je bezoekt bieden **kracht en hoop** voor de toekomst.

Erkenning = iemands interpretatie van zijn/haar levensverhaal serieus nemen



DE MENS STAAT CENTRAAL

- En dan in het bijzonder haar/zijn levensverhaal
- Aandacht voor en het luisteren naar het levensverhaal van de medemens is een centrale opgave van diacones/diaken en ouderling
- Alles begint met luisteren:
oprecht, geïnteresseerd en betrokken luisteren
- Deze workshop zoemen we in op de zieke medemens.



DE ZIEKE MEDEMENS

- Is eerst en vooral MENS
- Zij/hij valt niet samen met haar/zijn ziekte
- Bijvoorbeeld:
 - niet een 'schizofreen', maar een **mens** die lijdt aan en onder schizofrenie
 - niet een 'kankerpatiënt', maar een **mens** die lijdt aan en onder kanker
- Mens
 - zuster, broeder, kind, jeugdlid, etc.
 - kind van God, beeld van God



ZIEKTE EN LEVENSVERRHAAL

- Diverse vormen van ziekte. Grofweg:
 - Waarvan je herstelt
 - Chronisch
 - Terminaalzowel lichamelijk als geestelijk
- Maar bij allen geldt:
 - ziekte is een breuk in de levensloop
 - deze breuklijn een plaats geven in het levenshaal



TYPERING VAN LEVENSVERRHALEN BIJ ZIEKTE

Bij ziekte waarvan je herstelt: **HERSTELVERHAAL**

Bij chronische ziekte: **CHAOSVERHAAL**

Bij terminale ziekte: **SPEURTOCHTVERHAAL**



TYPERING VAN LEVENSVERRHALEN BIJ ZIEKTE - KENMERKEN

Herstelverhaal:

- Opnieuw de oude worden
- Balans vinden in haar/zijn leven
- Gesprek: helpen terugblikken en vooruit zien

Bijv.: na een hartaanval
breken van heup

Andere voorbeelden: ?



TYPERING VAN LEVENSVERRHALEN BIJ ZIEKTE - KENMERKEN

Chaosverhaal:

- Blijvende onduidelijkheid / ambivalentie:
 - de ene keer zich goed voelen, de andere keer beroerd;
je weet niet van te voren hoe je ze aantreft
 - de ene keer hopen op herstel, de andere keer vol wanhoop
a.g.v. tegenslag en terugkerende klachten;
hoe kun je je hier op voorbereiden?
- Het blijft een strijd te midden van alle vertwijfeling.
Bijv.: reuma

Andere voorbeelden: ?



TYPERING VAN LEVENSVERRHALEN BIJ ZIEKTE - KENMERKEN

Speurtochtverhaal (zoektocht naar zin en betekenis):

- Omgaan met eindigheid
- Terugblikken op haar/zijn leven (de balans opmaken)
- Afscheid nemen
- Schoon schip maken? (zalving / laatste avondmaal).

Bijv.: diverse vormen van kanker

Andere voorbeelden: ?



HOE ZOU U EEN LV BIJ DEZE ZIEKTE TYPEREN EN WAAROM?

- ALS (een aandoening die leidt tot het onvoldoende of niet functioneren van de spieren)
- COPD (verzamelnaam voor longziekten)
- Depressiviteit
- Hernia
- CVA (beroerte)



DIMENSIES VAN HET LEVENSVERRHAAL

Het gesprek is gericht op de verkenning van drie dimensies in het levensverhaal:

- de **sociale** dimensie
- de **historische** dimensie
- de **zingevende** dimensie



DIMENSIES VAN HET LEVENSVERRHAAL

De **sociale** dimensie:

- wat familie,
 - buren,
 - vrienden
 - en gemeenteleden
-
- voor iemand betekenen



DIMENSIES VAN HET LEVENSVERRHAAL

De **historische** dimensie:

- gebeurtenissen in familie, hoogte- en dieptepunten;
- waar men is geboren en opgroeide;
- geloofsgeschiedenis (herinneringen)




DIMENSIES VAN HET LEVENSVERRHAAL

De **zingevende** dimensie:

- geloof, hoop (moed, kracht) en liefde,
- het vertrouwen in God, maar ook het bevragen van God,
- waar men van droomt / naar verlangt
- wat het leven de moeite waard maakt.



OEFENING (MAX. 15 MIN. PER PERSOON)

- Vorm tweetallen
 - Vertel elkaar over een ziekte die je hebt of hebt gehad; de één vertelt en de ander luistert en stelt vragen om dit levensverhaal te verkennen
 - Verken a.d.h.v. (één of twee van) de drie dimensies (sociaal, historisch en zingeving [geloof/hoop/liefde])
 - Typeer elkaars levensverhaal en geef aan waarom je het zo typeert (meerdere typen verhalen?)
 - Op welke wijze vormt/vormde de ziekte een breuk in je levensloop?
 - Doet die dat nog? Waarom wel of niet? Hoe pas je het in / hoe heb je het ingepast in je bestaan?
- 

NOG BEHOEFTE AAN EEN TERUGKOPPELING?

- T.a.v. de oefening?
- Nog vragen / opmerkingen?



TOT SLOT

De mens is de mens een zorg

In de context van deze workshop:

DE MENS IS DE MENS EEN VERHAAL



DANKWOORD

Dank voor uw grote inzet in en uw betrokkenheid bij uw lokale gemeenten.

Ik wens u Gods zegen!

