

Betekenisvol leven en dementie

Hoe doe je dat?



Workshop waardigheid en trots
Tara Koenders

Programma workshop

01

Kennismaking

02

Betekenisvol leven wat is het en tools

03

Van abstract naar concreet
Aan de slag met een praktijkcasus



Programma workshop

01

Kennismaking

02

Betekenisvol leven wat is het en tools

03

Van abstract naar concreet
Aan de slag met een praktijkcasus





Kennismaking: betekenisvol leven voor jezelf

Ga met je buurman of -vrouw in gesprek en beantwoord de volgende twee vragen:

1. *Wanneer heb je het gevoel dat je juist wel van betekenis bent?
Waarom?*
2. *Wanneer heb je het gevoel dat je niet van betekenis bent?
Waarom?*

2 minuten per persoon

Programma workshop

01

Kennismaking

02

Betekenisvol leven wat is het en tools

03

Van abstract naar concreet
Aan de slag met een praktijkcasus



Conclusies n.a.v. deskresearch

Een quick scan op internet en in de literatuur levert het volgende beeld op:



01

Belangrijk thema

Betekenisvol leven is steeds een belangrijker thema in relatie tot dementie en is vaker onderwerp van gesprek

02

Lastig te definiëren (erg abstract)

Veel verschillende definities die vaak abstract van aard zijn. Vaak link met zingeving/levensvragen

03

Persoons afhankelijk

Betekenisvol leven is voor iedereen anders en moeilijk voor anderen in te vullen los van je eigen normen en waarden

04

Weinig concrete middelen

Weinig concrete middelen om professionals te ondersteunen rondom dit thema

Belangrijk thema: aandacht in kwaliteitskader

Iemand met een zorg en ondersteuningsbehoefte is vooral een uniek persoon met een eigen geschiedenis, een eigen toekomst en eigen doelen

Zingeving/
zinnvolle daginvulling



Hoe kunnen mensen met dementie een zo goed mogelijk leven hebben?

Meer aandacht bij de inspectie...



Naar video (begin bij 29.00 tot 31.30)

...en in de media



"Er is vanuit de samenleving en vanuit de zorg vooral een benadering van dementie als ziekte: dus er moet onderzoek naar een medicijn komen, er zijn clinical trials, er moet een diagnose gesteld worden. Maar patiënten en hun partners horen de diagnose, en dat er geen behandeling is, en dat is het dan." Anne Mei The

Veel vergelijkbare termen



Wij maken verder gebruik van de term betekenisvol leven..

Vier pijlers bij betekenisvol leven

Een manier om betekenisvol leven in te delen



Ergens erbij horen

Belonging

Ieder mens wil zich verbonden voelen met een ander.



Bijdragen aan de wereld

Purpose

Een doel motiveert iets aan de wereld bij te dragen, hoe bescheiden die bijdrage ook is.



Verhaal van je leven maken

Storyteller

Bundelen van ervaringen tot een betekenisvolle verhaallijn van het leven om 'zin' te geven aan de wereld



Boven het alledaagse uitstijgen

Transcendence

Deel uitmaken van een groter geheel b.v. religieuze ervaringen , muziek of natuur

Vier pijlers van betekenisvol leven I



Ergens erbij horen (belonging):

Ieder mens wil zich verbonden voelen met een ander. Door onze relaties en verbintenissen voelen we ons erkend, begrepen en waardevol.



Bijdragen aan de wereld (Purpose):

Een doel motiveert iets aan de wereld bij te dragen, hoe bescheiden die bijdrage ook is. Hierbij gaat het niet om een alledaags doel (bijvoorbeeld dagelijkse discipline) maar om een 'duurzaam en hoger doel' voor de samenleving b.v. het leggen van sociale contacten om ouderen uit hun isolement te halen.

Vier pijlers van betekenisvol leven II



Verhaal van je leven maken (storytellers)

Het gaat om het bundelen van ervaringen tot een betekenisvolle verhaallijn van het leven vanuit de diep gewortelde behoefte de wereld zin te geven. Dit is ingegeven vanuit een oerdrift om orde te scheppen in de chaos en informatie te voorzien van een betekenis.



Boven het alledaagse uitstijgen (Transcendence):

Mensen kunnen door mystieke en spirituele ervaringen deel uitmaken van een groter en betekenisvol geheel. Dit zijn bijvoorbeeld religieuze ervaringen, maar kan ook optreden bij het opgaan in bijvoorbeeld muziek, natuur of sterrenhemel.

Belang van elke pijler verschilt weer per persoon!

Betekenisvol leven: voor iedereen anders

Aantal tips

Betekenisvol leven klein en groot

Betekenisvol leven kan zowel in grote als in kleine dingen zitten

Accepteer wanneer iemand het niet meer betekenisvol ervaart

- Probeer het problem niet op te lossen
- Wees bewust wat het bij jou oproept



Kijk vanuit de persoon

Ieder persoon is uniek. Onderzoek wat hij/zij nog betekenisvol vindt. Dit kan zowel iets van vroeger zijn als van nu

Laat je eigen kaders los

Wat voor jou betekenisvol is hoeft voor een ander niet te zijn. Blijf alert op eigen gevoelens en ervaringen en wat dit mogelijk voor de zorg betekent

Vul het niet in voor een ander

We vullen vaak al snel iets in voor een ander. Blijf toetsen en navragen of het nog klopt.

Programma workshop

01

Kennismaking

02

Betekenisvol leven wat is het en tools

03

Van abstract naar concreet
Aan de slag met een praktijkcasus



Meneer werkte vroeger in de horeca. De zorgorganisatie waar hij woonde, wilde hem in de keuken mee laten draaien als betekenisvolle activiteit. Hier werd hij echter diepongelukkig van. Wat bleek? Voor hem was het meest betekenisvol om gastheer te zijn. De meneer fleurde helemaal op toen hij de gasten mocht bedienen.

Praktijkvoorbeeld

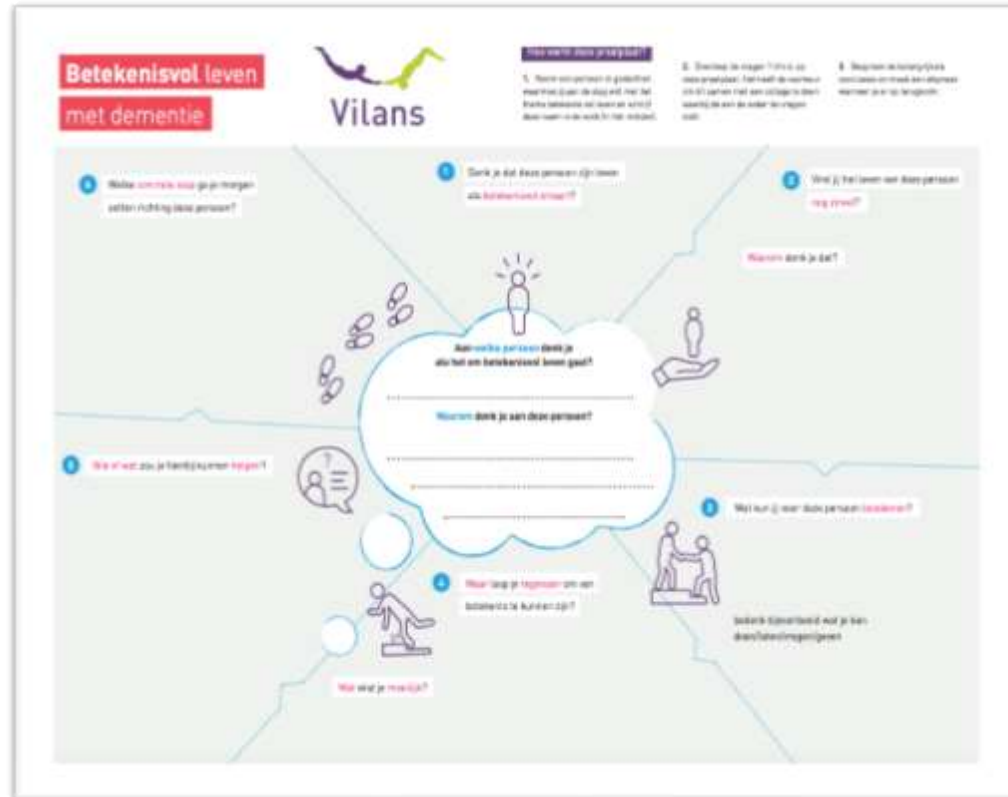




Het blijft een constante
puzzel..

..maar blijf samen met je collega's de uitdaging
aangaan en het gesprek voeren

Praatplaat is een manier om samen met collega's te onderzoeken wat iemand betekenisvol vindt




Met zes zorgorganisaties ontwikkeld

Manier om met collega's aan de hand van een aantal concrete vragen te onderzoeken wat voor iemand met dementie betekenisvol leven inhoudt

Te gebruiken bij b.v. een teamoverleg

Zelf aan de slag: 'praatplaat'

Betekenisvol leven
met dementie



Hoe werkt deze kaartplaat?

1. Neem een persoon in gedachte waarvan je een afbeelding hebt gemaakt en denk na hoe het zou zijn als die persoon niet meer is. Denk na hoe het zou zijn als die persoon niet meer is.

2. Overloop de vragen 1 t/m 6, en denk na hoe het zou zijn als die persoon niet meer is. Denk na hoe het zou zijn als die persoon niet meer is.

3. Bespreek de beleving (de gevoelens en meningen) met een ander persoon of een groep mensen. Het kan ook zijn dat je het met iemand anders bespreekt.

1 Denk je dat deze persoon zijn leven als betekenisvol ervaart?

2 Vind jij het leven van deze persoon nog zinvol?

3 Waarom denk je dat?

4 Aan welke persoon denk je als het om betekenisvol leven gaat?

5 Waarom denk je aan deze persoon?

6 Wat kun jij voor deze persoon betekenen?

7 Waar lang je tegemoet aan een betekenis te kunnen zijn?

8 Wat vind je moeilijk?

9 Wie of wat zou je hiervoor kunnen helpen?

10 Wat kan jij voor deze persoon betekenen?

11 Wat kan jij voor deze persoon betekenen?

12 Wat kan jij voor deze persoon betekenen?

1. Neem per organisatie een persoon in gedachte
2. Volg de stappen 1 t/m 6 en bespreek deze met elkaar (mocht de persoon voor de ander niet bekend zijn dan kan het ook in interview vorm)

Duur: ong. 15 minuten



Bedankt!



Tara Koenders
Senior adviseur
t.koenders@vilans.nl

*Meer informatie op:
[https://www.zorgvoorbeter.nl/dementie/
persoonsgerichte-zorg/betekenisvol-leven](https://www.zorgvoorbeter.nl/dementie/persoonsgerichte-zorg/betekenisvol-leven)*