

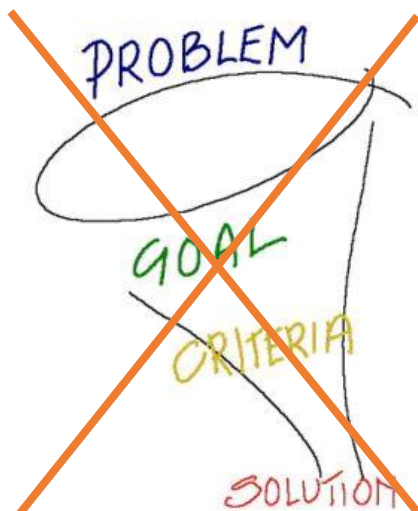
Niet oplossingsgericht werken is zinvol en levert veel op

Ieder mens wil ertoe doen, onderdeel uitmaken van een groter geheel. Of dat nu het gezin is, een familie, een vriendengroep, de kerk of een vereniging. Ieder mens kent de basale behoefte om van betekenis te zijn en in verbinding te staan met anderen. Zingeving is het zoeken naar de betekenis of het doel van het leven en is een belangrijk en continue proces in het leven van mensen. Steeds meer raken we ons hiervan bewust. In allerlei artikelen, zowel zakelijk als in de populaire bladen, komen thema's als geluk, waardengedrevenheid en zingeving naar voren. Ook in welzijn en maatschappelijke dienstverlening komt er steeds meer aandacht voor zingevingsvraagstukken. Zo is inmiddels aangetoond dat zingeving van wezenlijk belang is om gevoelens van eenzaamheid tegen te gaan, juist bij ouderen.

De Lerende Praktijk Zingeving en Eenzaamheid werkt nu ruim een jaar aan het thema zingeving en buigt zich over vragen als: 'hoe maak je het werken aan zingeving minder zweverig' en 'hoe houd je het bespreken van zingevingsvragen simpel', 'hoe houden we de belangrijke aandacht voor zingeving vast' en 'hoe leer je professionals om signalen rond een zingevingsvragen op te pikken'.

Alle deelnemers aan de Lerende Praktijk Zingeving werken in hun dagelijkse werkpraktijk met ouderen aan zingevingsvraagstukken. Zij hebben allemaal regelmatig contact met uitermate kwetsbare ouderen met complexe problematiek en meestal een zeer beperkt netwerk. Zij zien in hun werk het nut maar ook het effect van het praten over zingevingsvraagstukken en levensvragen.

Een professional legt uit: *“Door met elkaar te praten over wat er voor een oudere werkelijk toe doet, waar iemand over piekert, wat maakt dat iemand is zoals hij is, zorg je ervoor dat iemand zich weer gezien voelt, dat iemand ertoe doet als mens. Door iemand te helpen de balans op te maken, maak je dat iemand meer rust krijgt. Dat heeft een positief effect op lichaam en geest. Je kunt zo negatieve gedachten helpen doorbreken. En soms, niet altijd, maakt dit het ook makkelijker om de volgende stap te zetten. Bijvoorbeeld toch maar een keer mee te doen aan een activiteit”.*



Hoe werk je als hulpverlener aan zingevingsvraagstukken? De Experts zijn daar duidelijk over. Laat je oplossingskoffer thuis! Je zult de mens die je tegenover je hebt centraal moeten stellen. Je past je aan, aan diens tempo, diens persoonlijkheid, diens vraagstuk. Om daarover in gesprek te kunnen gaan is allereerst wederzijds vertrouwen nodig. Daarnaast vraagt het van de professional een geduldige, voorzichtige aanpak, waarbij je een heel goed gevoel moet hebben voor wat je wel en wat je vooral nog niet kunt bespreken. Het vraagt creativiteit en mensenkennis om de juiste ingang te vinden om in gesprek te raken.

Een werker vertelt: *“Ik had een man tegenover me die heel weinig sprak, niet met mij maar ook niet met anderen. Hij zat thuis op altijd dezelfde stoel en keek tv of luisterde voor de afwisseling naar de radio. Hoewel ik merkte dat hij mijn aanwezigheid wel op prijs stelde, kwam ik maar niet tot een gesprek. Uiteindelijk heb ik heel impulsief zijn geboortedorp in Spanje laten zien in Google Earth op mijn telefoon. Zijn ogen lichtten op en er kwam een heel verhaal over zijn dorp. Dat was het begin van meer gesprekken. Ik houd contact met deze man, omdat er verder niemand is die*

hij ziet. Ik zal hem nooit zover krijgen dat hij de deur uit gaat. Maar ik zie aan zijn gezicht als hij de deur voor me open doet, wat mijn bezoeken en onze gesprekken voor hem betekenen”.

Het klinkt eenvoudig om zonder een oplossing te willen bieden het gesprek aan te gaan, maar staat haaks op alles dat we als hulpverleners de afgelopen jaren hebben moeten doen en geleerd hebben. En lastiger nog, het staat haaks op wat misschien wel het meest in onze aard ligt, namelijk willen helpen! Maar iemand die de balans op wil maken van zijn of haar leven zit misschien te wachten op een goed gesprek, maar nooit op iemand die precies vertelt hoe hij zijn leven moet overzien. Hou je als hulpverlener daarom verre van het geven van advies en het bieden de oplossing, maar luister en praat vooral van mens tot mens.

We zijn gewend, intake gesprekken te voeren, doelen te stellen, te rapporteren over het al dan niet behalen van die doelen en zo efficiënt mogelijk te werken. Dat is bij het werken aan zingeving totaal anders. Niet dat je niets bereikt, in tegendeel. Maar wat je zult bereiken en hoe je tot dat resultaat gaat komen is vooraf niet vast te stellen en bovendien vaak lastig meetbaar en concreet te maken.

Oprechte belangstelling is misschien wel het belangrijkste element van werken aan zingeving. En opvallend: het geeft degene die eraan werken vaak heel erg veel voldoening. Zij ervaren in de praktijk dat juist dit werk ertoe doet!

Lerende Praktijk Aanpak Eenzaamheid

September 2017

Hanneke Vliet Vlieland

coalitie
erbij
ROTTERDAM