

'Het is ook zingevend voor mijzelf'

Over de waarde van actieonderzoek

Dit artikel laat zien hoe je als geestelijk verzorger je eigen werkvormen kunt inzetten voor kwalitatief onderzoek. Reflectie maakt je bewust van wat je doet en welk effect het heeft op dagelijkse zin- en betekenisgeving van cliënten en hun naasten, van andere medewerkers en ook jezelf. Het verheldert en verdiept en kan daarmee ook een impuls geven aan de kwaliteit van zorg als geheel.

**Nico van der Leer, Dick Eric van Dorsten,
Eline van der Giessen**

EEN COLLEGA IN DE ZORG VERTELT MIJ met een glimmend gezicht dat ze het zo fijn vond dat ik had gerapporteerd over iets wat zij een tijd terug voor een bewoner had gedaan. Toen ik bij deze mevrouw op bezoek was vertelde zij dat er een zuster op een avond bij haar een witte roos had gebracht. 'Zelf was ik te emotioneel om naar de herdenkingsbijeenkomst te gaan, het is nog zo kort geleden dat mijn man gestorven is. Maar daarom vond ik het zo attent van haar.' Ik had het in het dossier aangeduid

als een mooi voorbeeld van aandacht voor zinging. De collega bedankt mij uitvoerig 'fijn dat jij het hebt opgemerkt, ik heb toen best gearzeld of ik het zou doen, maar ik ben heel blij dat ik mijn hart gevolgd heb,' zegt ze stralend.

Zomaar een voorbeeld uit het logboek dat wij als geestelijk verzorgers tijdens ons actieonderzoek binnen de Protestantse Zorggroep Crabbekhof in Dordrecht hebben bijgehouden. Wij hebben gemerkt dat het helpt om dingen op te schrijven. Het maakt je meer bewust van wat er gebeurt, waardoor je anders gaat kijken en luisteren.

In dit artikel geven we een aantal voorbeelden uit ons werk die wij in het kader van het actieonderzoek hebben bereflecteerd op zinervaring en betekenis. De periode van onderzoek was september 2016 tot en met maart 2017. De namen van bewoners uit de casuïstiek zijn gefingeerd. Aan het slot lichten we toe wat we uit het onderzoek hebben geleerd.

Casus 1 : Dagelijkse betekenisgeving

Meneer Van Duuren komt over als een nors type. Hij is rolstoelafhankelijk en gaat vooral zijn eigen gang. Hij laat het duidelijk merken als iets hem niet zint. Mevrouw Jansma woont schuin tegenover hem. Zij is vooral op zichzelf. Ze koestert haar privacy

Wat is actieonderzoek?

Actieonderzoek is een vorm van transformatief onderzoek, waarbij het onderzoek zelf tot actie en bewustwording aanzet (Bradbury Huang, 2010). De methoden die in kwalitatief onderzoek worden gebruikt, zoals informele gesprekjes, observaties, interviews en focusgroepen, zijn niet vreemd voor geestelijk verzorgers (Grossoehme, 2014). Bij ons actieonderzoek hebben we daarom werkvormen die deel uitmaken van ons dagelijkse werk ingezet, zoals individuele gesprekken en groepswork. De aanleiding is het promotieonderzoek in onze instelling naar zinervaring binnen zorgpraktijken en de rol van de geestelijk verzorger (Van der Leer, 2016). Om de bewustwording over het belang van zin en betekenis mee te nemen in ons eigen werk hebben we dit actieonderzoek opgezet. Wij hebben als collega's bepaalde acties en waarnemingen in een logboek beschreven. In maandelijkse bijeenkomsten reflecteerden we daar samen op. Als werkdefinitie voor 'zin' hebben we de internationale consensusdefinitie van *spirituality* gehanteerd met als elementen: verbondenheid, doel, waarden, betekenis en transcendentie (Puchalski, 2014).

en geniet op haar manier van haar kleine wereldje. Ze is heel precies op haar spulletjes en wee degene die binnenkomt zonder kloppen. Op een dag wordt haar overbuurman ernstig ziek en bedlegerig. Slechts een paar dagen later overlijdt hij. Ondanks de ernst van de situatie vertelt mevrouw Jansma glunderend dat ze hem via de verpleging iets heeft toegestopt: een appel en een mandarijntje. Of meneer Van Duuren in zijn conditie dit kleine cadeautje bewust heeft kunnen aannemen en waarderen weten we niet. Maar de manier waarop mevrouw Jansma hierover vertelt maakt duidelijk, dat het voor haar zelf veel betekent.

Reflectie: Bewoners op een woonafdeling kunnen, juist omdat ze medebewoner zijn, veel voor elkaar betekenen. Dit gebeurt soms op een manier die je niet zou verwachten. Het is belangrijk om als geestelijk verzorger hierop alert te zijn.

Betekenis: De betekenis zit hem regelmatig in iets heel kleins, iets gewoons. Maar juist dit triviale doet er toe.

Casus 2 : Verbinden

Zo'n twee jaar geleden zijn wij een maandelijkse gespreksgroep voor partners van bewoners gestart. Als geestelijk verzorgers merkten wij dat mensen er behoefte aan hadden om hun verhaal met lotgenoten te delen. In deze partnergroep ging het op een

zeker moment over schuldgevoelens. Partners van verpleeghuisbewoners hebben vaak een groot verantwoordelijkheidsgevoel en stellen hoge eisen aan zichzelf. Zij vinden het vanzelfsprekend om dagelijks betrokken te zijn. Daarin willen zij laten zien dat zij ondanks de gewijzigde levensomstandigheden een zo goed mogelijke partner zijn. Dat is voor hen heel belangrijk, hun eigen identiteit staat daarmee op het spel.

Soms is de belangrijkste taak mensen bij elkaar te brengen

Reflectie: Mensen die samen in een moeilijke situatie zijn, kunnen vaak veel voor elkaar betekenen. Soms is de belangrijkste taak van een geestelijk verzorger deze mensen bij elkaar te brengen.

Betekenis: Het delen van deze ervaringen helpt om te relativiseren en met elkaar mee te denken. Het is een manier om stoom af te blazen. Lief en leed worden gedeeld. Het wordt door alle betrokkenen als heel zinvol ervaren. Dit werd duidelijk toen wij na twee jaar voorstelden om het af te ronden. De groep gaf toen aan dat men er graag mee wil doorgaan, desnoods zonder begeleiding.



Casus 3 : Geven en ontvangen

Ieder jaar geven we met de belangrijke christelijke feestdagen een cadeautje aan de bewoners en ontwerpen daarbij een kaart. Met Pasen was het een kaart met een veelkleurig kruis, een aquarel van de Amerikaanse kunstenaar Ruth Borges, getiteld *Grace*. Tijdens een bezoekje bij één van onze bewoners, een kleine maand later, vertelde deze over het belang van deze kaart: 'Iedere keer als ik in de put zit en het niet meer zie zitten, dan kijk ik naar deze kaart en dan krijg ik helemaal een warm gevoel van binnen. Dan kan ik er weer even tegen.'

Reflectie: De zin van iets wat je als geestelijk verzorger zelf doet, is soms groter dan je beseft.

Betekenis: Voor de bewoner fungeert deze kaart als een houvast en een steun. Doordat zij het vertelt aan de geestelijk verzorger,ervaart deze het als een blij van waardering: kleine moeite, groot plezier. Tegelijkertijd is dit een illustratie van de wisselwerking in de zorgrelatie waarbij zorgverlener en zorgvrager wederzijds geven en ontvangen.

Casus 4 : Aandacht voor wat iemand bezighoudt

Op de afdeling Geriatrie Revalidatiezorg (GRZ) ontstaat contact met CVA-patiënt Jan (meneer stelde het op prijs om bij de voor naam genoemd te worden). Hij pakte de revalidatie goed op en werkte hard aan zijn herstel. Jan is een bescheiden persoon met humor, regelmatig zichtbaar in een kleine glimlach. Er ontstond in de gesprekken een geheel eigen patroon, waarbij de eerste vraag zoets was als: 'En hoe gaat het er nu mee? Maak je vorderingen met oefenen?' Ondanks de progressie met de therapie, waarbij onverwacht goede resultaten werden behaald, bleek Jan er veel moeite mee te blijven houden dat zijn gezonde functies aangetast. Bij hem bestond de hoop dat hij weer helemaal de oude zou worden. Op een dag mocht hij naar huis. De fysiotherapie ging op ambulante basis door. En ja, waarom dan de geestelijke verzorging niet? Het komt niet zo vaak voor,

Hoe zet je zelf een actieonderzoek op?

- Overleg als collega's waarom je een periode actieonderzoek zou willen doen.
- Bepaal samen waar je je op wilt richten (rol van familie, situatie cliënt, werkklimaat etc.).
- Maak een plan hoe je het wilt opzetten (welke werkvormen, termijn, afdeling etc.).
- Voer het in samenwerking met je collega's uit en houd een eigen logboek bij.
- Reflecteer maandelijks met elkaar hoe het is gegaan en wat je ervan leert.
- Evalueer de onderzoeksperiode en bespreek de acties met anderen in de organisatie.

maar Jan vroeg of dat mogelijk was. Hij waardeerde de gesprekken, ze gaven houvast. Het contact met de geestelijk verzorger hielp hem de steun van het geloof te hervinden in zijn nieuwe situatie. Na verloop van tijd diende zich het moment aan om te stoppen. Daarna bezocht Jan af en toe de kerkdienst in het verpleeghuis.

Reflectie: Ondanks de grote impact van het getroffen worden door een CVA blijkt tijdens het revalidatieproces dat er soms nog veel in beweging kan komen, letterlijk en figuurlijk. Het actieonderzoek onderstreept het bewustzijn van de betekenis van contacten, niet alleen voor de cliënt, maar ook voor de geestelijk verzorger. Want er was een soort verstandhouding gegroeid, die in het uitwisselen van een glimlach werd gedeeld. De vraag is: Hoe kun je die signalen oppakken en waarderen? Informeer je er ook naar bij de cliënt?

Betekenis: De betekenis van het contact met Jan lag in de steun die er van de gesprekken uitging om een nieuw evenwicht te vinden en te zien dat hij ermee verder kwam (Snowden e.a., 2013). Naast de diverse vormen van therapie gericht op fysiek herstel en de stimulans van alle andere medewerkers, maakt existentiële begeleiding een belangrijk onderdeel uit van de geriatrische revalidatiezorg. Het biedt steun om het lange proces vol te houden, maar ook aandacht te geven aan het verlies dat niet meer hersteld kan worden, en het daarbij uithouden.

Casus 5 : Alle medewerkers bij zingeving betrokken

'Dat werd tijd, horen wij er ook bij?' is de spontane reactie als één van ons bij de col-

lega's van de huishouding aanschuift in hun koffiepauze. Gedurende het gesprek blijkt dat zij geregeld het gevoel hebben erbuiten te staan, niet altijd geïnformeerd te worden over veranderingen binnen de organisatie, soms op onbegrip te stuiten bij zorgcollega's of familie van bewoners. Zij

De zin van iets wat je als geestelijk verzorger doet, is soms groter dan je beseft

willen daarom graag over hun werk praten, wat hen dwars zit maar ook wat maakt dat ze er zelf plezier en voldoening aan beleven: 'Het maakt het leuk omdat je met mensen contact hebt en niet alleen het trappenhuis loopt bij te houden. Maar je kunt vaak niet de aandacht geven zoals je zou willen.' En daarmee ligt een van de dagelijkse dilemma's al snel op tafel: 'je wilt sociaal zijn, maar je wordt afgerekend op hoe schoon het is, het is een wankel evenwicht. De bewoners willen praten, maar jij moet je werk doen. Ze bieden vaak koffie aan, zodat je even gaat zitten. Maar ook tijdens het stofzuigen praten ze gewoon door (er klinkt instemmend gelach), kan je nagaan hoeveel behoefte er is. Ze zijn gelijk van slag als je op een andere tijd komt, maar soms kan dat niet anders, als er zieken zijn, of als je vrij bent.' Als een bewoner dankbaar is, geeft dat een fijn gevoel: 'dan voel je je nuttig.' Er wordt een voorbeeld genoemd van tussendoor even een mandarijntje pellen voor een bewoner: 'als de mensen je gewend zijn, dan leer je ze ken-

nen, en weet je zelf ook een beetje hoe een bewoner is en wat zij prettig vindt.' De medewerkers hebben daarbij ook aandacht voor de dingen: 'Met respect met spulletjes omgaan, er zit altijd een verhaal achter.'

Reflectie: Het actieonderzoek heeft ons meer bewust gemaakt van de rol van 'de huishouding' voor het werk- en leefklimaat in de instelling. Tijdens onze reflectie hierover realiseerden wij ons dat bij ingrijpende gebeurtenissen in het huis er vaak alleen aandacht is voor de zorgcollega's.

Actieonderzoek maakt je bewust van de wederzijdse betekenis van contacten

Betekenis: Dit inkijkje in de wereld van de huishouding laat de betekenis zien van dit belangrijke werk achter de schermen. Aandacht voor de bewoner en respect voor de fysieke ruimte en het persoonlijke verhaal. Maar ook de voldoening die zij er voor zichzelf uit halen.

Relatie als gemeenschappelijke thema

Zowel de bewoners als de medewerkers die betrokken waren bij het actieonderzoek, geven blijk van een sterke behoefte om gezien en gehoord te worden. Dit komt voort uit het verlangen om erbij te horen, erkenning te ontvangen dat jij van betekenis bent. Dit geldt ook voor onszelf als geestelijk verzorger. De les uit deze ontmoetingen is dat het steeds gaat om de relatie waarin betekenis gevonden of uitgedrukt wordt. Het elkaar kennen is belangrijk, een persoonlijke band opbouwen en iets geven of doen. Dat zit vaak in kleine dingen, soms iets extra's doen, en ieder doet dat weer anders. Dat er een unieke relatie ontstaat hangt niet zo zeer af van je functie, maar van de mens die je bent. Het gemeenschappelijke voor zorgverleners en zorgvragers is dat ieder mens van betekenis wil zijn.

Wat heeft het actieonderzoek ons opgeleverd?

Het meedoen aan dit onderzoek heeft ons geholpen om opmerkelijk te zijn op zinnenervaringen. Wanneer is iets van betekenis voor iemand? Het kenmerkende daarvan is dat het hierbij niet alleen gaat om mooie ervaringen. Tranen horen er ook bij, en betekenis kan ook zitten in verlies. Het delen van verdriet kan steun en nieuwe zin geven in de context van een verpleeghuis, waar iedereen geconfronteerd wordt met de minder mooie kanten van het leven. Het kunnen delen en voor elkaar van betekenis zijn helpen om in balans te blijven en om het vol te houden. Met het benoemen van wat er gebeurt, wordt de betekenis ervan erkend, en dat versterkt de relatie tussen zorgverlener en zorgvrager en tussen zorgverleners onderling.

Het actieonderzoek heeft ons opnieuw laten zien hoe leerzaam het is om te reflecteren op ons eigen functioneren als geestelijk verzorger. Je wordt er opmerkzamer door. Het vraagt extra aandacht en energie, maar het levert ook mooie ervaringen op, en dat blijft je bij.

Door het actieonderzoek met elkaar uit te voeren hebben wij ontdekt, hoe het in de praktijk werkt als je als geestelijk verzorger met een onderzoekersbril op met bepaalde methodieken aan de slag gaat. Het gevolg is niet dat we ons werk helemaal nieuw hebben ingericht, maar het actieonderzoek heeft ons een hernieuwd besef gegeven van de betekenis van het individuele begeleidingscontact en de kracht om als geestelijk verzorger mensen in groepsverband met elkaar in verbinding te brengen.

Ten slotte

Met ons verhaal sluiten wij aan bij de groeiende nadruk die, in navolging van een trend in de VS, in de afgelopen jaren in Europa en ook in Nederland wordt gelegd op het belang van onderzoek doen als geestelijk verzorger (Fitchett, 2002, 2011; Vandenhoeck, 2015; Walton & Körver, 2017).

Naar onze ervaring is de waarde van actie-onderzoek doen dat het direct of indirect bijdraagt aan kwaliteit van zorg (Snoeren & Frost, 2011). Bovendien wordt de rol van de geestelijk verzorger versterkt. Dit alles maakt het ook zingevend voor onszelf.

De auteurs werken alle drie als geestelijk verzorger bij Protestantse Zorggroep Crabbefhoff in Dordrecht. Nico van der Leer is daarnaast zingevingsspecialist en buitenpromovendus bij de vakgroep Zorgethiek van de Universiteit voor Humanistiek in Utrecht. Dick Eric van Dorsten is ook geestelijk verzorger in het Groene Hart Ziekenhuis in Gouda. Contact: geestelijkeverzorging@zorggroepcrabbefhoff.nl

Literatuur

- Bradbury Huang, H. (2010). What is good action research? *Action Research*, 8(1), 93-109.
- Brydon-Miller, M., Greenwood, D., & Maguire, P. (2003). Why action research? *Action Research*, 1(1), 9-28.
- Fitchett, G. (2002). Health Care Chaplaincy as a research-informed profession: how we get there. *Journal of Health Care Chaplaincy*, 12(1-2), 67-72.
- Fitchett, G. (2011) Making our Case(s). *Journal of Health Care Chaplaincy*, 17(1-2), 3-18.
- Grossoehme, D. H. (2011). Research as a chaplaincy intervention. *Journal of Health Care Chaplaincy*, 17(2), 97-99.
- Grossoehme, D. H. (2014). Research methodology: Overview of qualitative research. *Journal of Health Care Chaplaincy*, 20(2), 109-122.
- Leer, N. A. van der (2016). De geestelijk verzorger als onderzoeker. *Tijdschrift Geestelijke Verzorging*, 19(84), 42-49.
- Puchalski, C. (2014). Improving the spiritual dimension of whole person care: reaching national and international consensus. *Journal of Palliative Medicine*, 17(6), 1-15.
- Snoeren, M. & Frost, D. (2011). Realising participation within an action research project on two care innovation units providing care for older people. *International Practice Development Journal*, 1(2), 1-18.
- Snowden, A., Telfer, I., Kelly, E., Bunniss, S., & Mowat, H. (2012). 'I was able to talk about what was on my mind.' The operationalisation of person centred care. *The Scottish Journal of Healthcare Chaplaincy*, 16(1), 13-22.
- Vandenhoeck, A. (2015). The future of chaplaincy in Europe. *Caring for the Human Spirit Magazine*, 2(1), 7-8.
- Walton, M. N., & Körver, J. (2017). Dutch Case Studies Project in Chaplaincy Care: A description and theoretical explanation of the format and procedures. *Health and Social Care Chaplaincy*, 5(2), 257-280.