
Het zingevingsweb

Een model zingeving met name voor mensen met een verstandelijke beperking

Zonder zin is alles zinloos. Zorg voor iemands zingeving is dus van vitaal belang. Dit model helpt je om iemands zin (1) in beeld te brengen, (2) te beoordelen, en (3) daarnaar te handelen.

Jan Kiers

Stap 1: Wat is zin en hoe breng je dat in beeld?

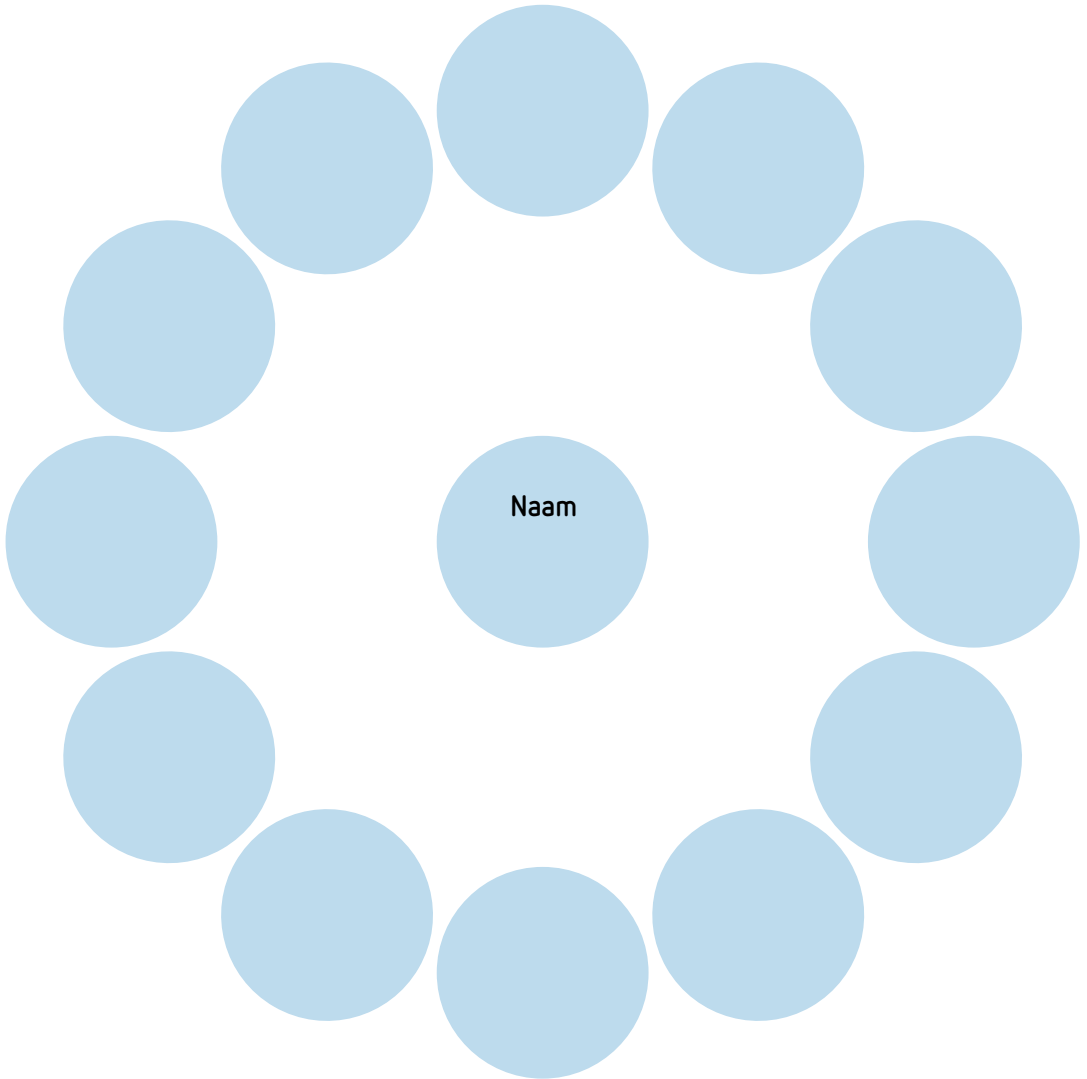
Zingeving, spiritualiteit, levensbeschouwing en religie zijn familie van elkaar. Filosofen, theologen, schrijvers, dichters, filmmakers, artiesten en verder alle mensen zijn elke dag bezig met de vraag: we leven en wat doen we ermee? Meestal volg je de gebaande wegen. Soms lukt dat niet meer goed en moet je zelf gaan kiezen:

- Wat maakt jouw leven de moeite waard? Wat is de bedoeling? Waar wil jij voor leven? (*doel*)
- Kun je met jouw doel aansluiten bij andere mensen? Word jij met je doel geaccepteerd? (*legitimiteit*)
- Kun je – met jouw doel – uitleven wie je bent, met jouw talenten en beperkingen? Doe je ertoe? (*efficacy*)
- Past dit doel echt bij jou (identiteit) en hoe kun je groeien in eigenwaarde? (*eigenwaarde*)

Zin gaat over de manier waarop je ‘antwoord geeft op het leven zelf’ in alle kleine en grote dingen van het leven. Dat kun je in een soort zingevingsweb in kaart brengen. Je kunt niet alles in kaart brengen; dan verlies je het overzicht. Maar je kunt kijken naar bijvoorbeeld de twaalf meest bepalende dingen en mensen in iemands leven. Dat kunnen dingen, personen en gebeurtenissen zijn die zijn zingeving ondersteunen, of die iemand juist enorm in de weg zitten. Hoe dan ook: ze zijn bepalend voor hoe die persoon in de wereld staat, hoe hij of zij antwoord geeft op alles wat hem overkomt. Dat wil je in beeld brengen: hoe staat deze persoon eigenlijk in de wereld? Welke items hebben de meeste impact en welke betekenis heeft dat voor hem of haar?

1a: Wat bepaalt jouw cliënt?

Kruip in de huid van je cliënt. Stel je open en kijk, hoor, ruik, proef en tast met hem of haar mee. Beleef eens een dag in het leven van [naam]: hoe bepalend zijn de plaatsen, de dingen, de mensen gebeurtenissen voor je cliënt? Je kan ook kiezen voor een week, een maand, een jaar, of een mensenleven. Noem de twaalf meest bepalende items waarmee het leven zich aandient bij jouw cliënt. Denk ook aan de dingen die je cliënt misschien mist: overleden ouders, een vorige woon- of werkplek, speelgoed of sieraden die zijn zoekgeraakt, verlies van gezondheid



of mogelijkheden. Schrijf de items in de ballonnetjes. Volgorde maakt niet uit. *Als je dit model met je team invult, kun je eerst vrij brainstormen en daarna kiezen, of voeg items samen.*

Als je het moeilijk vindt om bepaalde items te vinden, kun je de domeinen van Schalock & Verdugo gebruiken (zie volgende pagina).

1b. Hoe bepalen die items jouw cliënt? Je hebt nu de twaalf meest bepalende manieren in beeld gebracht waarop het leven

zich bij jouw cliënt aandient. Nu ga je met kleur een beeld maken van hoe hij of zij 'antwoord geeft op het leven zelf'.

Trek gekleurde lijntjes tussen het ballonnetje van de cliënt naar de andere twaalf ballonnetjes.

Groen: OK: Draagt bij aan zinvol bestaan: helpt bij zijn/haar doel, hij/zij wordt hierin gedragen door de omgeving, hij/zij kan zichzelf er goed in kwijt en hierdoor groeit hij/zij in eigenwaarde.

1: Lichamelijk welbevinden	Hoe bepalend voor zin is iemands lichaam? Eten, drinken; bad, mondzorg, geurtjes, kleding, sieraden? Knuffelen, intimiteit, seksualiteit? Thuis voelen in het eigen lijf? Lichaamsbesef, sensomotorische integratie? Zien, horen, ruiken, proeven, tasten? Lichaamsspelletjes?
2: Emotioneel welbevinden	Hoe bepalend is iemands emotionele leven? Vaak boos, of droevig, of labiel? Rouw, euforie? Depressie? Gedragsmedicatie? Drugs?
3: Materieel welbevinden	Hoe bepalend zijn iemands spullen? Iemands woon- of werkplek? Geld? Dieren? Koestert de cliënt grote materiële wensen? (Auto? Reis naar New York? Naar pop-concert?)
4: Zelfbepaling	Wie bepaalt het leven van de cliënt? Team, ouders, partner? Eenheid van beleid? Speelruimte?
5: Persoonlijke ontplooiing	Is ontplooiing een bepalend item? Wordt de cliënt overvraagd of onderschat of beide? Is haar/zijn wereld te groot of te klein? Te saai of te angstig?
6: Inter-persoonlijke relaties	Wie bepalen het sociale netwerk? En maakt dat de cliënt veel uit? Denk ook aan personen die niet (meer) voorhanden zijn: overledenen, virtuele personen (GTST), religieuze personen (God, Allah, Jezus, Maria, Mohammed).
7: Sociale inclusie	Is meedoen in de gewone maatschappij een item voor je cliënt? Sportclub, kerk, bios, café.
8: Rechten	Vrijheid van godsdienst, meningsuiting, vergadering, stemrecht, enzovoort.

Oranje: Half OK: Matigjes... draagt wel bij aan een zinvol bestaan, maar voor een deel ook niet. Of er zitten ook schaduwzijden aan. Bijvoorbeeld ouders komen langs: fijn, maar ze betuttelen nogal.

Rood: Niet OK: Vraagt vanuit zingevingsperspectief om serieuze aandacht: item is nergens goed voor (*doel*), brengt acceptatie of legitimatie in gevaar, bijvoorbeeld verwaarlozing (*legitimatie*), is echt te moeilijk of te makkelijk voor de cliënt of sluit die persoon uit (*efficacy*), of het past echt niet bij deze persoon en gaat ten koste van diens *eigenwaarde*.

Op deze manier probeer je in kaart te brengen hoe iemand 'antwoord geeft op het leven zelf'. Hoe minder een cliënt in staat is het zelf aan te geven, des te belangrijker het is om jouw visie te toetsen aan die van anderen (collega's, familieleden).

Stap 2: Professionele oordeel

Je hebt nu een beeld van hoe iemand zijn wereld beleeft en zin geeft. Stap nu uit de meeleefrol en geef je professionele oordeel. Met welke levensbeschouwelijke bril kijk je? Die van de instelling of van de cultuur van de cliënt? Als hier niets over bekend is, dan neem je je eigen waarden en normen mee. Niets mis mee, maar realiseer je dat wel. Als je perfectionist bent, wil je het hele plaatje op groen hebben. Als je zelf wat ruimer in het leven staat, vind je een paar keer oranje onvermijdelijk. Als je zelf de nodige moeiten kent, vind je een of twee rooie lijntjes helemaal niet gek. Misschien moet je het hier eens over hebben – met je team, met de familie: hoe beoordelen wij als professionals het zinvol bestaan van de cliënt? Nu moet je oordelen over het totaal: groen, oranje, rood?

Stap 3: Handelen naar bevind van zaken

Bedenk: zingeving doe je de hele dag door, zelfs in de manier waarop je kijkt of je door de ruimte beweegt. Voortdurend laat je je keuzen zien: dit vind ik de moeite waard en dat niet. Ook (vooral?) zonder woorden ziet en merkt de cliënt dat. Het is dus onmogelijk om je niet te bemoeien met de zingeving van de cliënt. Maar als professional weet je wat de cliënt nodig heeft en wat jij kunt geven.

- Je kunt de cliënt in de groene items **bevestigen** en zijn/haar successen vieren.
- Op de oranje en de rode items kun je proberen de items zelf te **veranderen**. Kunnen we de dingen anders gaan doen? Of kunnen we anderen dingen gaan doen? Wat kun je – liefst samen met de cliënt – verhelpen?
- Je kunt ook **verzoenen**. Veel problemen zijn niet op te lossen. Dan moet je op zoek naar een andere manier van betekenis geven. Dat is vaak een heel proces van uithuilen en opnieuw beginnen, van troost en hoop.

Hoe je dit allemaal moet doen? Als je gezien hebt wie de cliënt is, en als je je vanuit wie jij bent met de cliënt hebt verbonden, dan wijst dat zich meestal vanzelf. Voor nu belangrijk: maak een plan, en houd je eraan. Als onderdeel van het ondersteuningsplan.

Ten slotte: niemands leven staat stil (anders zou je niet meer leven) en dus de zingeving ook niet. Je kunt dit web jaarlijks opnieuw invullen. Maar het kan ook elke maand of zelfs – met sommige cliënten – elke dag. Zo ontstaat een zingeavingsverhaal. En ondersteun je iemand in zijn of haar levensvragen en leven.

www.zingevingweb.jankiers.nl, info@jankiers.nl