**Kernpunten uit Rampenspirit ( 2011) voor de nazorg na Corona, aangepast aan de huidige situatie ( zie de cursieve opmerkingen)**

Nazorg moet aansluiten op de veerkracht van getroffene; het vermogen terug te veren.

Nazorg dient aan te sluiten op de behoefte van de getroffene

Nazorg geldt voor direct getroffenen, nabestaanden, verwanten, ander dierbaren en degenen die beroepsmatig betrokken zijn bij de crisis.

Essentiële elementen: bevorderen van gevoel van veiligheid, kalmte, zelf- en groepseffectiviteit, verbondenheid met anderen en hoop. *In de Corona-crisis: aandacht voor onverwacht verlies van gezondheid/rouw, soms van meerdere naasten binnen korte tijd, uitputting door langdurige quarantaine, mantelzorg/isolement.*

Gv’s hebben in de nazorg een kerntaak die niet zomaar door anderen kan worden overgenomen: betekenisgeving faciliteren met rituelen of symbolische handelingen. En door met mensen te zoeken naar spirituele manieren om het verlies of de angst dragelijker te maken. Daarnaast verbinden, waardoor heling wordt ondersteund. Hierbij vooral ook rekening houden met interculturaliteit.

Voor zingeving geldt dat gevonden antwoorden mogelijk minder belangrijk zijn dan het proces om tot eigen antwoorden te komen. *Let hierbij op verminderde mogelijkheden voor patiënten door ernstige vermoeidheid en soms cognitieve problemen oa door post-ic-syndroom.*

**Coping:**

Def.: Zoektocht naar betekenis in tijden van stress. Religie: zoektocht naar betekenis in relatie tot het heilige.

Hoe meer religie is geïntegreerd met persoonlijke oriëntaties, hoe voornamer de rol die religie speelt in het copingproces. Voor niet-gelovigen: wanneer waarden moeten worden getransformeerd kan religieus perspectief ook voor hen zinvol zijn.

Religieuze copingstrategieën:

Functioneel:

voor conservatie: bestaande of nieuwe bronnen van betekenisgeving worden ingezet ter bescherming van bestaande ( religieuze) waarden, bijv. meer bidden, vaker naar viering online kijken.

Voor transformatie: bestaande of nieuwe bronnen worden aangewend om onhoudbare (religieuze) waarden te veranderen of te vervangen.

Relationeel:

Over de relatie tussen mens en God, met God of individu is verantwoordelijk en houding is passief of actief:

1. Receptief: individu stelt zich open voor wat zich aan menselijke controle onttrekt, het komt goed.
2. Afwachtend, God zal voor oplossing zorgen
3. Zelfsturend: mens moet voor oplossing zorgen, God heeft middelen en vaardigheden daarvoor gegeven
4. Samenwerkend: vinden van oplossing door geven en nemen, gezamenlijke verantwoordelijkheid van mens en God.

Positieve strategieën:

Dragen bij aan gevoel van spirituele relatie met transcendente, stabiele relatie met God, besef dat leven diepere betekenis heeft, spirituele band met anderen ( hangt samen met posttraumatische groei in combinatie met toename van zelfredzaamheid). Werkt door positieve herwaardering, zoeken van spirituele steun, vinden van steun bij religieus instituut of leden geloofsgemeenschap. Draagt bij aan betere aanpassing. *Veel mensen vinden nu steun in het ervaren van het collectieve van de crisis: we zitten allemaal in het zelfde schuitje.*

Negatieve strategieën:

Minder stabiele relatie met God of zin van bestaan, wereldbeeld met minder vertrouwen, religieuze worsteling in zoektocht naar betekenis. Spirituele twijfel of angst voor goddelijke bestraffing, demonen of Gods toorn. Moeizame aanpassing en verwerking. *Zie nu complottheorieën, angst voor nieuwe pandemieën als we ons gedrag niet aanpassen etc.*

Voor een uitgebreide lijst van copingstrategieën zie pag. 91-93, bijlage 3 van Rampenspirit: <https://www.impact-kenniscentrum.nl/sites/default/files/domain-26/documents/rampenspirit-herdruk-dec-2011-26-14337834151269129435.pdf>

**Rituelen en nazorg**

*Wellicht zullen over enige tijd ook rituelen in de publieke ruimte ( letterlijk of virtueel) worden uitgevoerd om het leed van deze periode te accentueren.*

Geestelijk verzorgers kunnen bijdragen aan de verbondenheid die door deze rituelen wordt gestimuleerd. Pas op voor symbolen die kunnen irriteren. Symbolen als handen, licht, vuur, brandende kaarsen, as, aarde en water zijn min of meer generiek van aard. Rituelen kunnen gebonden zijn aan regels die onbekend zijn voor niet-ingewijden. De geestelijk verzorger dient hier oog voor te hebben en bij te dragen aan wederzijds respect.

**Organisatie van de geestelijke verzorging**

1. Kennen en gekend worden: zorg er voor dat doelgroepen en sleutelfiguren de gv weten te vinden en omgekeerd. Oa: zorg dat lokale autoriteiten op de hoogte zijn van mogelijke bijdrage geestelijke verzorging: gemeente, GGD.
2. Zorg voor een goede interne organisatie van de gv binnen groep, stroming of organisatie. Paraat hebben van voldoende competente mensen is onontbeerlijk. Interreligieus en interdisciplinair samenwerken, kennis hebben van organisatie en gezagsrelaties binnen crisisbeheersing is noodzakelijk. Zorg voor goede coördinatie en voor een verantwoordelijke voor de inzet van vrijwilligers.
3. Kringen verbinden: de bijdrage van de gv in de nazorg groeit naarmate groepen of stromingen er in slagen zich over grenzen heen te organiseren als onderdeel van groter geheel. Stem af over een integraal nazorgplan, waarin de GV een reguliere plaats heeft.
4. Garandeer dat iedereen voldoende oog heeft voor zelfzorg en opvang. Regel een achterwacht.
5. Deel informatie over normale reacties en signalen van getroffenen en de gevaren van secundaire traumatisering.

**Aanbevelingen voor de nazorgfase:**

Zorg voor overdracht tussen de verantwoordelijke in de acute fase en de contactpersoon voor de nazorg.

*NB: dat betekent rond Corona dat overdracht van de geestelijk verzorger in ziekenhuis/verpleegunit/revalidatiecentrum naar de eerste lijn van groot belang is. We werken aan een standaard formulier hiervoor.*

*Tav. vrijwilligers: ook zij hebben vaak een zingevende taak verloren, missen de contacten met mensen op wie ze betrokken waren en hun collega’s. Onderzoek mogelijkheden hen betrokken te houden, organiseer nascholingen via internet, stuur een kaartje, vraag hen mee te denken over mogelijkheden voor de toekomst om in de anderhalvemeter samenleving toch hun werk te kunnen doen.*