

Geestelijk verzorger in tijden van corona

Remy Jacobs

BEGIN MAART, even voor de intelligente lockdown, besluit ik de kerkdiensten binnen onze zorginstelling te annuleren: ik vind het niet langer verantwoord om de kwetsbare ouderen bloot te stellen aan het gevaar van besmetting met het coronavirus. Het management sluit zich daar nog dezelfde week expliciet bij aan. Ik voel me dan eigenlijk best wiebelig. Ik kijk, net als iedereen, naar de beelden uit China en Italië, luister naar wat gebeurt bij ons in Brabant en hoor natuurlijk de adviezen van RIVM en overheid. Het raakt me ongemerkt meer dan ik denk, maar ik raak niet in paniek en angstig ben ik dan ook nog niet. Ik werk 'gewoon' door, uiteraard met inachtneming van de voorgeschreven anderhalve meter afstand.

De spanningsvelden die binnen het verpleeghuis heersen, zeker ook na het besluit om geen bezoek meer toe te laten, zie ik duidelijk en ik voel ze ook. Waarbij de vraag opkomt: welke rol moet ik pakken, nu mensen soms in verwarring zijn, ze overspoeld worden door (soms onredelijke) angsten, medewerkers soms ook angstig zijn, en dokters en verpleegkundigen zich moeten voorbereiden op andere taken: binnen onze locatie wordt een afdeling ingericht voor patiënten zonder corona, als noodopvang voor het ziekenhuis.

Rust

Ik merk hoezeer het van belang is om als geestelijk verzorger rustig te blijven en deze rust ook trachten uit te stralen. Natuurlijk heb ook ik zor-

gen en angsten, maar ik probeer ze door eigen rituelen, sport, wandelen, schrijven, muziek en praten te beheersen. Mijn stabiele thuisfront en mijn geloof zijn hierbij van grote waarde.

Het ongeloof kent vele vormen, het verdriet vele uitingen en de woede vele beelden

Bij een grote crisis kunnen mensen de situatie gaan dramatiseren of juist bagatelliseren. Beide bewegingen neem ik waar in het verpleeghuis, zowel bij patiënten, familieleden en naasten, als bij sommige medewerkers. Nu, na vier weken intelligente lockdown, dringt de realiteit wel beter binnen. Ik zie het als mijn rol om in deze verwarring vooral te kijken naar wat de overheid, het RIVM en de eigen organisatie zeggen. Ik volg de updates vanuit deze gremia op de voet, om zo goed mogelijk op de hoogte te zijn van actuele, objectieve en wetenschappelijke informatie. Ik begrijp best dat daar vanuit verschillende standpunten wel iets op af te dingen is, maar ik heb ervoor gekozen mijn informatievoorziening bij die lijn te houden. Dat geeft rust en ik kan met die informatie zowel het dramatiseren als bagatelliseren tegemoet treden in gesprekken met collega's, families, cliënten en medewerkers.



Luisterend oor

Maar hoe kanaliseer je angstgevoelens, opstandigheid en verdriet? Voor mij lijkt de situatie op een trauma met een daarop volgend intens collectief rouwproces. We zijn nog maar nauwelijks gewend aan het idee dat we een soort collectief trauma meemaken – we kunnen het amper geloven. Allerlei stemmen laten zich horen: die van volgers, opstandelingen, tegensprekers, vrijbuiters, gemoedelijken, ontkenners, paranoïde complotdenkers, enzovoort. Het ongeloof kent vele vormen, het verdriet vele uitingen en de woede vele beelden.

Tegelijkertijd zie ik ook veel troost, bemoediging en hoop ontstaan. Bij deze beweging probeer ik aan te sluiten, zonder de eerste te vergeten, miskennen of ontkennen. Een actief luisterend oor ontmoet alle bewegingen en probeert daarop ook actief ‘verzorging’ te bieden, meer dan oplossingen voor de korte termijn. Natuurlijk moet je zo nu en dan wat actiever ingrijpen, wanneer iemand te extreem reageert op een situatie – zoals een echtgenote die zegt dat zij het afgescheiden zijn van haar man, door de sluiting van het verpleeghuis, niet gaat overleven. Met het management zoek ik naar een regeling waarbij mevrouw, in de rol van geregistreerd vrijwilliger en

met gepaste afstand, haar echtgenoot toch kan blijven zien. Over het algemeen zie je dat een luisterend oor ruimte biedt, waarbij doorvragen naar de gevoelens helpt en opluchting geeft, ook wanneer mensen wellicht in eerste instantie wat gesloten lijken.

Angst en onwetendheid spelen zeker bij sommige zorgmedewerkers. Het lijkt soms wel een slagveld in een oorlog, waarbij de verbindingsofficieren weliswaar informatie doorgeven, maar ‘stille bommen’ harder aan lijken te komen, waardoor de informatie niet altijd landt. Wanneer op onze locatie voor het eerst corona bij een patiënt wordt vastgesteld, kijkt men bijvoorbeeld toch anders naar een collega die hoestend naar het werk is gekomen. Het protocol is: zolang je geen koorts hebt, kom je gewoon naar je werk in de zorg. Omdat er niet vooraf getest kan worden, weet je dus niet of iemand een gewone verkoudheid heeft of corona. Medewerkers hebben ook veel zorgen en angst om hun naasten, thuis, zoals kwetsbare ouders en grootouders. Een verzorgende die zwanger is, vraagt zich af of haar kindje geen gevaar loopt; de verloskundige stelt haar weliswaar gerust, maar bij dit eerste coronageval zo dichtbij is zij er toch niet gerust op.

Vindingrijk en flexibel

We besluiten in een *Zorg voor zorgenden*-kring bij elkaar te komen, om gevoelens onder woorden te kunnen brengen en iedereen nog eens duidelijk te informeren – voor zover mogelijk, op basis van de RIVM-richtlijnen. Dat zorgt voor enige opluchting. Tegelijkertijd is het een aanmoediging om – ook op de verpleegpost – toch zoveel mogelijk de voorgeschreven anderhalve meter afstand in acht te nemen.

Tijdens de bijeenkomst lees ik een gedicht voor en steek een kaars aan. Dit biedt een andere beleevingsruimte dan zomaar een overleg of een psychologische benadering. Het onuitsprekelijke kan zo ongezegd blijven, maar wel beleefd worden. En een gedicht opent andere gevoelsvelden: binnen de taal van een gedicht of meditatieve tekst kunnen mensen in moeilijke omstandigheden (zoals rouw of ander verdriet) hun ervaringen invoegen in de dynamiek van woorden die zij zelf waarschijnlijk nooit gebruiken. Elke week schrijf ik een paar inspiratieteksten of gedichten. Deze deel ik via het algemene e-mailadres met als titel: *Vijf minuten inspiratie bij een kopje koffie*.

Rouw en eenzaamheid, maar ook vrijheid, autonomie en dwang spelen nu een grote rol

Tien dagen lang ben ik – naast de gewone werkzaamheden en individuele gesprekken – bezig met het opzetten van een luisterlijn voor cliënten en hun naasten. Dit idee werk ik met enkele collega's verder uit, waarna het wordt ingevuld. Professionals uit de psychosociale disciplines bemensen deze telefonische hulplijn vijf dagen per week. Direct na Pasen gaan we van start, omdat we verwachten dat de problemen en zorgen in de verpleeghuizen nog wel even zullen aanhouden, vooral nu duidelijk wordt dat er meer mensen dan gewoonlijk overlijden (vooral binnen de psychogeriatric).

Thema's als rouw en eenzaamheid, maar ook vrijheid, autonomie en dwang spelen nu een grote rol. Ethische dilemma's dienen zich aan, maar bovenal gevoelens van verdriet, vertwijfeling en angst. Mensen worden het binnen zitten moe, het wachten, het werk, de stroom aan berichten – alles wat om aandacht vraagt. Tegelijkertijd biedt deze fase de mogelijkheid om op een andere manier te kijken naar onze werkvulling en worden we vindingrijker en flexibeler dan ooit bij het helpen en ondersteunen. Moreel beraad wordt momenteel niet fysiek gehouden, maar ethische dilemma's kunnen wel besproken worden via conferencecalls of via een advies van de ethische commissie.

Pasen

Grote indruk maakt een gesprek met een verpleger op de cohortafdeling, een afdeling waar alleen patiënten met corona worden verpleegd die vanuit alle locaties hierheen worden overgeplaatst. Het alleen moeten overlijden van een cliënt beleeft deze medewerker als uiterst mensonwaardig en aangrijpend, met alle ethische vragen die daar omheen te stellen zijn. We werken daarom aan mogelijkheden om mensen toch met elkaar te verbinden en hen toegang te verlenen, zeker in de terminale fase. Op onze palliatieve afdeling mogen familieleden in tweetallen gedurende twee momenten van de dag op bezoek komen, zolang geen corona is geconstateerd. Op de cohortafdelingen is dit helaas moeilijker te realiseren, door het besmettingsgevaar.

Uiteindelijk gaat de paasviering door: op afstand worden online vieringen gehouden. Maar het belangrijkste is dat Pasen in onszelf doorgaat. Wat we collectief als existentiële bedreiging van ons leven ervaren – in talloze opzichten en niet alleen in fysieke zin – kan in ons de hoop doen herleven op een nieuw en ander leven, op verrijzenis.

Remy Jacobs is geestelijk verzorger bij Zorginstelling Laurens en Samen 010 te Rotterdam.
E-mail: rj@sameno10.nl.