

1.1.1 Inhoud

1	Podcast: Mieke en Claudia over Tinie.....	2
2	Podcast: Afscheid.....	4
3	Podcast: Dieren.....	4
4	Podcast: Gedicht van Marinus van den Berg.....	5
5	Podcast: Harpmuziek.....	5
6	Podcast: Koning.....	6
7	Podcast: Staan.....	6
8	Podcast: Stoppen.....	7
9	Podcast: Zee.....	7

## ***Gespreksvragen bij Podcastserie***

### **Gesprekken rondom de Dood**

Het luisteren naar de serie podcasts 'Gesprekken rondom de dood' kan inspiratie geven om het gesprek over de laatste fase van het leven aan te gaan. Wij bieden jou enkele vragen aan bij de verschillende podcast om het gesprek te starten met je naasten of collega's.

## 2 Podcast: Mieke en Claudia over Tinie

Tinie is na een ziekbed overleden. Partner Mieke kijkt terug op de tijd van ziekte en afscheid nemen. Zorgverlener Claudia blikt terug op de zorg die zij aan Tinie verleende. *Deze podcast is ook in twee losse delen te beluisteren: de podcast van partner Mieke over Tinie en de podcast van zorgverlener Claudia over Tinie.*

**Iemand verandert door de ziekte compleet, jij komt binnen op een moment dat iemand al zeer ziek en afhankelijk is. Hoe kan je toch iets over het verleden van iemand, over iemands karakter te weten komen? Waarom is dat belangrijk om te weten?**

*In het gesprek kan worden ingegaan op:*

- \* het belang van het kennen van het levensverhaal van de cliënt
- \* het belang van het in gesprek zijn met naasten van de cliënt (mantelzorgers) die moeten loslaten wie iemand was en zelf een rouwproces doorgaan
- \* het belang van het betrekken van de naaste bij de zorg (de naaste weet het beste wat iemand fijn vindt, is er ook de hele dag bij); hoe voorkom / bespreek je overbelasting?
- \* het belang van het ontdekken wat iemand nog wel kan met hulp van buitenaf zodat iemand nog mooie dingen kan beleven

**De mantelzorger / naaste van de zieke wil iets met jou bespreken, liefst privé. Maar de zieke roept al vanuit de huiskamer: ‘hé, wat zeggen jullie over mij?’ Hoe ga je hiermee om, hoe zou je toch gelegenheid kunnen vinden ook oor en oog voor de mantelzorger te hebben?**

*In het gesprek kan bijvoorbeeld worden ingegaan op:*

- \* de belangrijke rol van de mantelzorger
- \* het creëren van mogelijkheden om de mantelzorger te spreken

**Sommige cliënten vragen meer tijd dan kan. Hoe ga je hiermee om?**

*In het gesprek kan bijvoorbeeld worden ingegaan op:*

- \* praktische oplossingen - wat is wel mogelijk?
- \* ethische vraagstukken - bijv. is het ethisch te verantwoorden dat je de ene cliënt later of langer verzorgt dan een andere cliënt?

### **Hoe breng je sterven en stervensmogelijkheden ter sprake?**

*In het gesprek kan bijvoorbeeld worden ingegaan op:*

- \* communicatie-stijlen
- \* communiceren rondom het levenseinde

### **Iemand geeft aan totaal geen palliatieve zorg te wensen. Tinie wilde bij bewustzijn sterven en niet 'al half van de wereld door de medicatie'. Wat zou je doen als iemand dit zo tegen je zegt?**

*In het gesprek kan bijvoorbeeld worden ingegaan op:*

- \* wat zijn jouw eigen grenzen: wanneer grijp je in en wanneer laat je de zaken zijn beloop?
- \* hoe ga je om met je eigen angsten en bezwaren over manieren van sterven?
- \* het in kaart brengen wat andere mogelijke opties zijn, informatie over palliatieve zorg geven etc, thuis sterven of in ziekenhuis? etc. of juist niet?

### **Iemand legt de uiteindelijke beslissing over hoe te sterven bij de mantelzorgers neer - hoe vind je dat? Wat betekent dit voor het zorgplan? hoe zou je tijdens het sterven deze regie bij de mantelzorgers kunnen laten? Wat vraag je, wat zeg je, wat doe je?**

*In het gesprek kan bijvoorbeeld worden ingegaan op:*

- \* ethisch vraagstuk: mag de mantelzorger besluit nemen over manier van sterven van de naaste?
- \* communicatie rondom het levenseinde

### **Iemand aan het eind van haar leven, is toch bereid om een operatie te ondergaan in de hoop nog wat langer te mogen leven. Hoe kan je deze ogenschijnlijk tegenstelling duiden?**

*In het gesprek kan bijvoorbeeld worden ingegaan op:*

- \* veranderingen rondom de keuze voor het levenseinde als het eenmaal zo ver is
- \* in hoeverre probeer je aan te sluiten bij de wensen van de cliënt, ook als het voor jou onlogisch lijkt?

### 3 Podcast: Afscheid

Een verhaal van de familie over de laatste dagen en een bijzondere begrafenis.

*In het gesprek kan bijvoorbeeld worden ingegaan op:*

\*Een doodkist beschilderd met golfballen... Wat voor doodskist zou jij wensen? Denk je daar weleens over na? Waarom wel / niet? Wie zouden die kist mogen beschilderen?

\*Wat vind je van de manier waarop meneer zijn afscheid heeft voorbereid, zoals het uitzoeken van een plekje op de begraafplaats? Vind je dat belangrijk om zélf te regelen? Of is dat iets om aan de nabestaanden over te laten? Hoe zou je als zorgverlener het gesprek over de dood of het afscheid kunnen stimuleren?

\*Wat doet het met het gezin van deze meneer dat zij in vrede hebben afscheid hebben genomen, denk je? Heb je een taak als zorgverlener om familie aan te moedigen goed na te denken hoe en op welk moment zij afscheid kunnen nemen?

\*Meneer sprak over het feit dat zijn ziekte zo progressief was. Hoe zou jij als zorgverlener met meneer in gesprek gaan hierover?

### 4 Podcast: Dieren

Fabels over hoe om te gaan met tijd.

#### **Hoe oud wil je worden?**

*In het gesprek kan bijvoorbeeld worden ingegaan op:*

\*Heb jij weleens nagedacht hoe oud je zou willen worden? Waar hoop je op?

\*Wat zou jouw voorkeur zijn: kort en intensief leven of lang met veel ervaringen?

\*De dood lijkt nooit 'op tijd' te komen. Of mensen sterven te jong óf mensen vinden dat ze te oud worden en verlangen naar het einde. Of is hier toch iets anders over te zeggen? Wat vind jij?

\*Als je je leven moet meten naar 'de diepte en de zin', waar let jij dan op?

## 5 Podcast: Gedicht van Marinus van den Berg

Wat is een goede dood?

**Een gedicht.**

*In het gesprek kan bijvoorbeeld worden ingegaan op:*

\*Welke ervaringen met 'de dood' heb je zelf opgedaan? Marinus van den Berg somt vele situaties op: de dood die je ziet aankomen en verwacht, waarop je je kunt voorbereiden, maar ook de plotselinge en onverwachte of de gewenste. Als je over je eigen dood denkt: wat zou je liever willen: afscheid kunnen nemen of opeens doodgaan? Wat zijn daarbij jouw overwegingen?

\*Is er een 'ongelovige' en 'gelovige' dood? Welke voorbeelden ken je? Is er verschil hoe mensen hun dood tegemoet treden? Maakt het volgens jou verschil of je wel of niet gelooft?

\*Wat zou jij een 'goede dood' noemen? Bestaat die volgens jou?

\*Hoe belangrijk is liefde rondom de dood? Waar moet je dan aan denken?

\*Onderschrijf je de hartenkreet 'laat er in ieder geval liefde zijn'? Waarom is dat wel of niet belangrijk, volgens jou?

## 6 Podcast: Harpmuziek

Een verhaal over de impact van muziek aan het einde van het leven.

*In het gesprek kan bijvoorbeeld worden ingegaan op:*

\*Op welke manier denk jij wel eens mee met familie over de wijze waarop zij afscheid kunnen nemen van hun naaste?

\*Heb je ervaringen met muziek rondom een sterfbed? Wat maken die ervaringen voor jou duidelijk? Denk jij dat iemand nog muziek hoort in die fase?

\*Heb je andere voorbeelden hoe het afscheid samen beleefd kan worden?

\*Welke rituelen ken je die ondersteunend en troostend kunnen zijn?

\*Zou harpmuziek voor jezelf mooi zijn? Of liever ándere muziek? (en welke dan?)

\*Dit voorstel van de chirurg wordt ontleend uit oosterse tradities. Ken jij ook andere tradities en andere gebruiken die op zo'n moment belangrijk kunnen zijn?

## 7 Podcast: Koning

Een verhaal over het uitstellen van de dood.

*In het gesprek kan bijvoorbeeld worden ingegaan op:*

\*Welke gevoelens herken jij rondom de dood? Herken je dat die heel tegenstrijdig kunnen zijn?

\*Wat zijn voor jou mensen of waarden die jou in leven houden? Op welke momenten kun je ook verlangen naar de dood?

\*Zou jij het moment van sterven ook uit willen stellen? De koning stelt alles in het werk om zijn dood te voorkomen. Hoeveel zou jij daarvoor over hebben? Zou je bijvoorbeeld allerhande behandelingen willen ondergaan en veel geld uitgeven om zo lang mogelijk in leven te blijven?

\*Denk jij dat je je naasten in een leven na dit leven zult ontmoeten?

## 8 Podcast: Staan

Een verhaal van een zorgverlener over de laatste wens van een cliënt.

*In het gesprek kan bijvoorbeeld worden ingegaan op:*

\*Heb je weleens meegemaakt dat iemand jou uitschold? Wat doe je dan?

\*Hoe ga je om met iemand die niet meer wil leven? Hoe ga je hierover in gesprek met je cliënt en diens familie?

\*Heb je weleens gedacht dat het overlijden van een cliënt is gebeurd door jouw toedoen? Bijvoorbeeld door het toedienen van een bepaald medicijn of het uitvoeren van een handeling?

**Hoe ga je hiermee om? Met wie bespreek je deze gedachten?**

\*Herken je het gevoel dat je te veel van een cliënt vraagt? Wat doe je met deze gevoelens?

\*Welke laatste wens heeft degene voor wie je zorgt? Hoe kom je daarachter en hoe zie je jouw taak hierin?

\*Voel je je weleens schuldig over iets dat met een cliënt is gebeurd? Hoe ga je om met deze gevoelens?

## 9 Podcast: Stoppen

Een verhaal over de bijzonder band tussen een zorgverlener en een cliënt.

*In het gesprek kan bijvoorbeeld worden ingegaan op:*

- \*Is er een cliënt met wie jij een bijzondere band hebt? Wie en waarom? Wat leert (de zorg aan) deze cliënt jou?
- \*Is er een cliënt van wie je moeilijk afscheid kunt nemen? Hoe laat je iemand los?
- \*Heeft een cliënt weleens tegen jou gezegd dat hij niet meer verder wil leven? He begeleid je iemand daarbij? Welke vragen stel je juist wel of juist niet?

## 10 Podcast: Zee

Een verhaal over kwaliteit van leven en het sterven.

*In het gesprek kan bijvoorbeeld worden ingegaan op:*

- \*Waar zou jij voor kiezen: dagen toevoegen aan je leven of leven aan de dagen die je beperkt nog hebt?
- \*Wat zou voor jou 'kwaliteit van leven' zijn als je nog drie maanden te leven hebt?
- \*Heb je een 'bucket-list'? Dingen die je nog heel graag zou willen doen of meemaken?
- \*Met wie zou jij het liefste in gesprek zijn over medische beslissingen rondom het levenseinde?
- \*Gerda heeft haar ziekte en de consequenties kunnen accepteren. Wat is daarbij belangrijk volgens jou? Herken je dit uit andere situaties? Wat is het verschil als mensen zich blijven verzetten?

*Deze Podcasts voor zorgverleners zijn mede mogelijk gemaakt door Coalitie Van betekenis tot het einde en Reliëf. Bij de podcasts rondom Gesprekken rondom de Dood zijn ook trainingen ontwikkeld. Check [relief.nl](http://relief.nl) of [ikwilmetjepraten.nu](http://ikwilmetjepraten.nu) voor meer informatie.*