

Zingeving bij ernstige ziekte en handicap

bijeenkomst zaterdag 27 mei

Kan ik genezen? Hoe kan ik mijn leven opnieuw inrichten? Zulke vragen dienen zich juist aan bij ernstige ziektes als beroerte of kanker. Het oude leven kan vaak niet worden voortgezet, aanpassingen zijn nodig. Medici en paramedici zijn vaak sterk gericht op het behalen van kortetermijndoelen: revalidatie en snel herstel.

Een gesprek over zingeving kan helpen om een nieuwe levensoriëntatie te vinden, zo zette voormalig hoogleraar psychologie Joost Dekker uiteen op de bijeenkomst van het Spiritueel Cultureel Centrum in de Tuinzaal van de Xaveriuskerk, op 27 mei, voor ruim 30 deelnemers. In het onderzoek van Dekker voerden geestelijk verzorgers van een Amsterdams revalidatiecentrum een extra zingevingsgesprek met cliënten. Daarbij stelden zij vragen over vijf bronnen van zingeving, die Dekker met voorbeelden toelichtte: kernwaarden (bv “iets willen bijdragen aan de maatschappij”); betekenisvolle relaties (bv partner, kinderen); wereldopvatting (bv “het leven is een opdracht”; “je moet er het beste van maken”; “kanker hoort bij het leven, ik had pech”); identiteit (“ik wil altijd het naadje van de kous weten”); innerlijke houding (“ik laat me niet opvreten door mijn ziekte”). Dit ene gesprek over zingeving bleek mensen steun te geven en hen ook te motiveren om te werken aan eigen revalidatie. Juist in de zorg is een dergelijk gesprek belangrijk, vonden de aanwezigen. Na zo’n zingevingsgesprek gaan mensen vaak anders denken over het leven. Een dergelijke reflectie op het eigen leven kan trouwens voor iedereen heilzaam zijn, bijvoorbeeld op speciale momenten zoals de pensionering.

Huib Klamer