

De Verhalencirkel

Een verrassende draai voor een goed gesprek

Als activiteitenbegeleider krijg je te maken met levensvragen van ouderen en (ernstig zieke) cliënten. Het is niet altijd eenvoudig om in gesprek te gaan en te horen wat mensen echt bezighoudt. De Verhalencirkel helpt hierbij. Je kunt het instrument gebruiken bij mensen die je al goed kent of beter wilt leren kennen, in een een-op-eengesprek of in een groep.

Aandacht voor levensvragen is belangrijk. Door het stellen van levensvragen geven mensen betekenis aan de dagelijkse werkelijkheid en blijven zij de zin van het leven zien. Als activiteitenbegeleiders en vrijwilligers aandacht hebben voor levensvragen en hierover contact kunnen maken, voelen ouderen en zieke mensen zich erkend. Het Netwerk Palliatieve Zorg Midden- en Noordwest-Twente signaleerde dat zorgmedewerkers en vrijwilligers een goed gesprek soms uit de weg gaan. Dit kan komen door gebrek aan tijd of onervarenheid of vanuit het idee dat een gesprek over levensvragen heftige emoties zal oproepen. Vooral het openen van een gesprek wordt vaak lastig gevonden. Het Netwerk Palliatieve Zorg, Midden- en

Noordwest-Twente heeft daarom samen met Bureau Kwiek de Verhalencirkel ontwikkeld. Een speels, gebruiksvriendelijk en stimulerend hulpmiddel voor professionals en vrijwilligers om het gesprek aan te gaan over belangrijke zaken in het leven van de cliënt. De vorm, uitstraling en aansprekende kleuren van de Verhalencirkel prikkelen de zintuigen van zowel zorgvragers als begeleiders en nodigen uit om met elkaar in gesprek te gaan. De Verhalencirkel verlaagt met een kwinkslag de drempel voor een inhoudelijk gesprek en maakt levensvragen eenvoudig bespreekbaar.

Praktisch hulpmiddel

De Verhalencirkel is ontwikkeld in samenwerking met een kleine groep professionals en vrijwilligers uit de palliatieve zorg: geestelijk verzorgers,

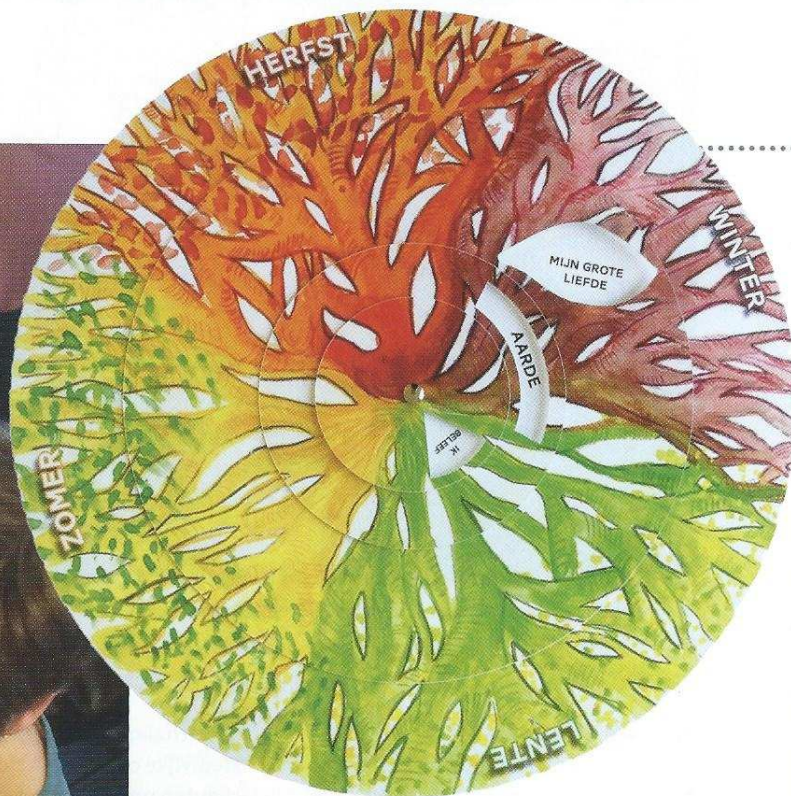
Door aan de schijven te draaien verschijnen de elementen, de jaargetijden en de zintuigen



Medewerkers uit de zorg hebben zich gebogen over



De vraag waaraan de Verhalencirkel zou moeten voldoen.



coördinatoren, activiteitenbegeleiders, maatschappelijk werkers, psychologen, verzorgenden en vrijwilligers. Zij hebben waardevolle input geleverd met betrekking tot de vraag waaraan dit 'instrument levensvragen' zou moeten voldoen. Er bleek behoefte te zijn aan een praktisch hulpmiddel dat gemakkelijk mee te nemen is, goed hanteerbaar is en geen losse onderdelen bevat. Daarnaast werd belang gehecht aan een mooie uitstraling en prikkelende vormgeving. Bureau Kwiek wist deze input om te zetten naar een creatief en uitnodigend ontwerp.

In Twentse en Utrechtse zorgorganisaties zijn verschillende varianten van de Verhalencirkel uitgetest in de praktijk. Professionals en vrijwilligers zijn met behulp van het instrument in ziekenhuizen, verpleeghuizen, een hospice en in de thuissituatie met ouderen en cliënten met uiteenlopende zorgklachten in gesprek gegaan. De eerste ervaringen zijn zeer positief! Ook zorgvragers reageerden enthousiast.

De Verhalencirkel stelt twaalf levensvragen aan de orde. Deze vragen zijn zorgvuldig gekozen en beproefd in de praktijk. Bureau Kwiek heeft alle ervaringen meegenomen in het definitieve ontwerp. Een medewerker vertelt: 'De Verhalencirkel ziet er heel aantrekkelijk uit. Ik heb hem op tafel gelegd en de gesprekken volgden vanzelf. Ik ben blij dat er vrolijke vragen tussen zitten. De vraag: 'Wat is het stoutste dat u ooit deed' breekt direct het ijs. Dat maakt het makkelijk om de volgende vraag te stellen.'



Je kunt ook in je eigen team het gebruik van de Verhalencirkel oefenen en elkaar op die manier beter leren kennen.

Nieuwe gespreksstof

De Verhalencirkel bestaat uit een aantal fraai vormgegeven draaischijven die als geheel de wortels en takken van een levensboom zichtbaar maken. Door een draai te geven aan de cirkels worden vragen zichtbaar die raken aan belangrijke momenten, keuzes en wensen die deel uit maken van het leven. De kleuren, tekst en grafische vormgeving roepen associaties op. Door aan de kleinere schijven te draaien verschijnen de elementen, de jaargetijden en de zintuigen. De combinatie van vragen en associaties biedt volop gespreksstof en ruimte voor het leggen van dwarsverbanden. In hoeverre het gesprek 'de diepte' ingaat, bepaalt de cliënt. 'Het is verrassend welke aanknopingspunten de Verhalencirkel biedt om met elkaar in gesprek te raken', zegt een van de zorgmedewerkers die met de cirkel hebben gewerkt. 'Het element WATER werd gekozen. In eerste instantie door de ramp op de Filippijnen die herinneringen oproept aan de watersnoodramp van 1953. Zonder de Verhalencirkel en de keuze voor de Elementencirkel waren we denk ik niet op dit gespreksonderwerp gekomen.'

Lach en traan

De gesprekken die met de Verhalencirkel worden gevoerd worden door cliënten zeer gewaardeerd. Aanvankelijk was er enige gêne aan de kant van de testpersonen bij het introduceren van de Verhalencirkel. Eenmaal over de drempel bleken gesprekken zich echter bijna als vanzelf te ontwikkelen. Menig cliënt vroeg om een vervolgesprek met

de Verhalencirkel en het zien van de kleurrijke cirkel prikkelde ook andere cliënten om in gesprek te willen gaan. De Verhalencirkel maakt blij. Er is ruimte voor een lach en een traan. In de gesprekken staat de mens centraal, niet de cliënt of patiënt.

Zo vertelt een palliatief verpleegkundige: 'Kankerpatiënten hebben baat bij luchtige zaken. Zij willen vaak juist NIET over de ziekte praten. De verhalencirkel opent de mogelijkheid om te praten over wie jij bent als persoon en niet zozeer over jou als zieke of patiënt.'

De Verhalencirkel levert bijzondere en ontroerende gesprekken op, ook bij cliënten die je als medewerker in de zorg al goed denkt te kennen. De cirkel roept nieuwe verhalen en onverwachte herinneringen op die aanleiding zijn voor nieuwe gespreksstof. 'Een van de cliënten waarvan ik dacht dat we daar we

al heel goede gesprekken mee hebben, werd geprikkeld door de verhalen van de ander en wilde ook van alles vertellen', zegt een van de testpersonen.

Een geestelijk verzorger meldt: 'Heel bijzonder vond ik mijn gesprek met een meneer met de ziekte van Parkinson. Deze meneer zegt normaal gesproken niet zo veel. Met de Verhalencirkel hebben we een heel bijzonder moment gedeeld.'

Breed toepasbaar

De Verhalencirkel is ontwikkeld met professionals uit de palliatieve zorg. Maar al gauw bleek dat de Verhalencirkel geschikt is voor een brede doelgroep. Deze doelgroep varieert van ouderen tot jongeren, van ernstige zieke mensen tot bezoekers van een dagopvang. Het instrument is te gebruiken met mensen met een lichamelijke ziekte en mensen met geestelijke klachten. In de thuis-situatie, het ziekenhuis, het hospice of het verpleeghuis. De Verhalencirkel kan gebruikt worden door familie en vrijwilligers, verzorgenden, activiteitenbegeleiders en andere professionals. Je kunt dit doen in een een-op-eencontact of in een groep. Je kunt ook in je eigen team het gebruik oefenen en elkaar op die manier beter leren kennen.

De ontwikkeling van de Verhalencirkel kwam tot stand met financiële ondersteuning van Het Vredenhof Donatiefonds en het SkanFonds. ■

Tekst Patricia van den Brink en Jacolien de Jong | Foto's Bureau Kwiek

Zelf aan de slag met de Verhalencirkel? Introductieworkshops van Bureau Kwiek

Het gebruik van de Verhalencirkel vraagt om een goede introductie, kennis van zaken en oefening. Om organisaties bekend te maken met het gebruik en de mogelijkheden van de Verhalencirkel verzorgt Bureau Kwiek speciale introductieworkshops binnen zorgorganisaties. In zo'n workshop worden professionals, verzorgenden, mantelzorgers, activiteitenbegeleiders en vrijwilligers ingewijd in de achtergronden van de Verhalencirkel, maken zij kennis met diverse gespreksopeners en ontdekken zijn de gebruiks- en toepassingsmogelijkheden. De workshop wordt 'in company' gegeven voor groepen vanaf zes personen.

Meer informatie: www.bureaukwiek.nl info@bureaukwiek.nl, telefoon: 06 13021796. Volg de ontwikkelingen van de Verhalencirkel ook op Twitter @Verhalencirkel.