



In gesprek over zingeving Handreiking voor begeleiders

We willen dat wat we doen in het leven een waarde heeft. Zingeving is het zoeken naar de betekenis, het doel, het nut van het leven.

Het is belangrijk om dit onderwerp ook met cliënten te bespreken, maar vaak gaan we dat gesprek uit de weg omdat we niet weten hoe we zo'n gesprek aan moeten pakken.

In een expertmeeting met medewerkers en ervaringsdeskundigen hebben we geïnventariseerd hoe je het gesprek over zingeving kunt voeren.

NB. Praten over zingeving is nooit een enkel gesprek, het gesprek ontwikkelt zich over een langere periode

Ga vooraf na:

- Wil de cliënt erover praten?
- Kan de cliënt erover praten?
- Voel je jezelf in staat om dit onderwerp met de cliënt te bespreken?
- Wil de cliënt er met jou over praten of liever met je collega of ervaringsdeskundige?

Bereid jezelf goed voor:

- Zorg dat je er zelf over kunt praten, oefen met collega's, vrienden, familie
- Wat wil ik met het gesprek bereiken voor de cliënt?
- Welke woorden gebruik ik?
- Hoe begin ik?
- Wanneer is het gesprek klaar?
- Waar en wanneer voer ik het gesprek? Of wacht ik de gelegenheid af?
- Zorg dat je jezelf van te voren ontdoet van oordelen.
- Bedenk van te voren wat je eventueel uit je eigen leven met de cliënt wilt delen en wat niet.

Het gesprek

- Voel of de sfeer er naar is om het gesprek te beginnen.
- Houd rekening met de (etnische) achtergrond, seksuele oriëntatie, cultuur en eventuele religieuze overtuiging. Over sommige zaken spreek je makkelijker met iemand die een zelfde achtergrond, religie, etc heeft.
- Is dit de juiste setting? Kunnen we gestoord worden?
- Zoek een aanknopingspunt
- Zorg voor een organisch gesprek, voorkóm een kruisverhoor
- Wees onbevangen nieuwsgierig, oordeel niet tijdens het gesprek
- Deel je eigen ervaringen voor zover dat de cliënt helpt in het gesprek (functionele zelfonthulling)
- Houd het klein en houd rekening met de belevingswereld van cliënt.

Eventuele vragen die je kunt stellen

- Wie ben je?
- Wat is je droom?
- Wat is je grootste wens?
- Waar word je blij van?
- Wanneer ben je tevreden?
- Waar beleef je plezier aan?
- Wat vond je vroeger het leukste om te doen?
- Wat kun je goed?
- Waar ben je trots op?
- Wanneer voel je je gelukkig ?
- Wat wil je beslist niet kwijt?