

Mijn dierbaren

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding laat twee mensen zien die erg vertrouwd zijn met elkaar. De afbeelding staat symbool voor 'jij en je naasten'. Of: 'jij en de geliefde mensen om je heen.'

Voorbeeldvragen

Van welke mensen hou jij het meest?

Welke mensen houden het meest van jou?

Wie is belangrijk voor jou? Wie zijn jouw naasten?

Mogelijke gespreksonderwerpen

Liefde – Liefde binnen een gezin – Liefde binnen een familie – Broers/zussen – Belangrijke vriendschappen – Moeizame/verbroken relaties – Verbondenheid – Gemeenschap – Mantelzorg – Afscheid nemen van je naasten*





Wonen

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding laat een huis zien. Een huis staat voor één van de basisbehoeften van een mens: een dak boven het hoofd hebben. Een woning staat symbool voor een veilige plek, voor geborgenheid.

Voorbeeldvragen

Waar heb je zoal gewoond?

Wat was de fijnste of mooiste plek waar je hebt gewoond?

Waar zou je in de toekomst willen wonen, bijvoorbeeld als het thuis niet meer gaat?

Mogelijke gespreksonderwerpen

Thuisgevoel – Veiligheid – Geborgenheid – Gezinsleven
– Bezittingen – Klussen – Buren – Verhuizen
(al dan niet naar een verpleeghuis) – Gewenste plek
om het levenseinde door te brengen*





Gezondheid

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding laat een fruitmand zien. De afbeelding staat symbool voor gezondheid (zowel de lichamelijke als de geestelijke gezondheid).

Voorbeeldvragen

Hoe is het met je gezondheid?

Van welke klacht heb je de meeste hinder?

Kun je nog gelukkig zijn als je gezondheid achteruitgaat?

Mogelijke gespreksonderwerpen

- Lichamelijke gezondheid* – Geestelijke gezondheid*
- Lichamelijke en geestelijke beperkingen* – Ziekte*
- Welzijn* – Kwaliteit van leven* – Angsten voor de toekomst* – Nadenken over het levenseinde*
- Overlijden*





Geluk

Toelichting bij de illustratie

Het klavertje vier op de afbeelding is bij uitstek het symbool voor geluk.

Voorbeeldvragen

Heb je veel geluk gekend in je leven?

Wie of wat kan jou gelukkig maken?

Heb je zelf veel invloed op je geluksgevoel?

Mogelijke gespreksonderwerpen

Geluksgevoel – Gelukkig zijn – Rechtvaardigheid en

onrecht – Ongeluk – Depressie – Pech – Tevreden

– Welzijn – Emoties – Lachen – Humor – Genot – Vrede





Medische handelingen

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding verwijst naar (ingrijpende) medische behandelingen. Van de griepspuit tot euthanasie, van de toediening van antibiotica tot bloedverdunners.

Voorbeeldvragen

Hoe denk je over dokters?

Wordt er in medisch opzicht goed voor je gezorgd?

Denk je weleens na over jouw wensen in de laatste levensfase? En praat je daarover?

Mogelijke gespreksonderwerpen

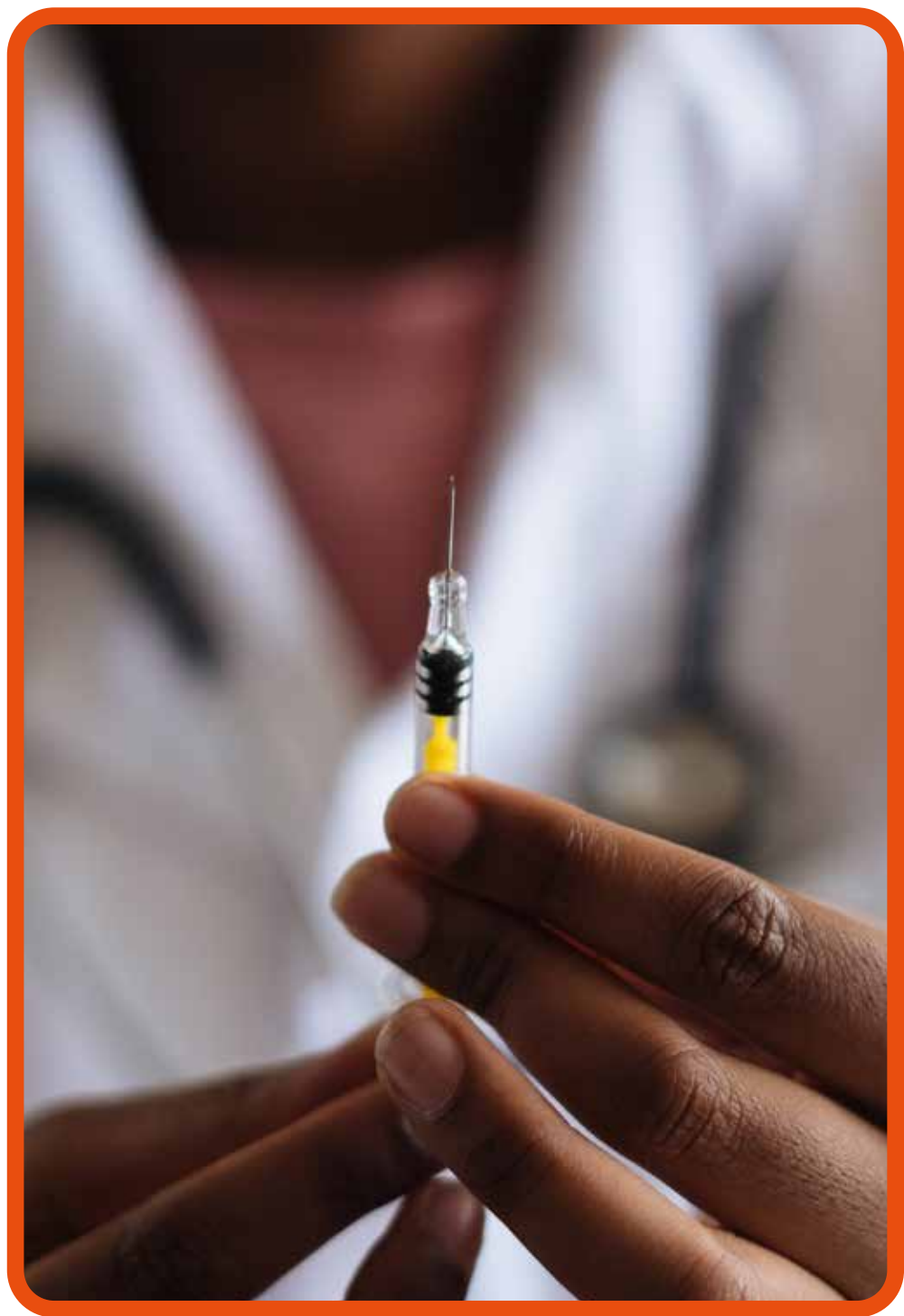
Medische zorg* – Verblijf in een ziekenhuis*

– Afhankelijkheid* – Kwetsbaarheid* – Uitkijken naar medische behandelingen*

– Bang zijn voor medische behandelingen* – Stoppen met medische behandelingen* – Contact met zorgverleners*

– Euthanasie en/of hulp bij zelfdoding*





Geld

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding van het muntgeld staat symbool voor het onderwerp 'geld'.

Voorbeeldvragen

Hoe belangrijk is geld voor jou?

Wat maakt iemand rijk?

Hoe denk je over het opstellen van een testament?

Mogelijke gespreksonderwerpen

- Inkomen – Werken voor geld – Vrijwilligerswerk
- Alimentatie – Hypotheek – Huur – Levensonderhoud
- Status – Dure huizen of auto's – Beleggen
- Schulden – Zorgkosten* – Erfenis* – Testament*





Bijzondere momenten

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding laat een feestelijk moment zien. De afbeelding staat symbool voor bijzondere momenten en momenten om te koesteren.

Voorbeeldvragen

Aan welke bijzondere momenten uit je leven denk je nog regelmatig?

Welke momenten in je leven koester je het meest?

Welke bijzondere momenten zou je nog wel eens opnieuw willen meemaken?

Mogelijke gespreksonderwerpen

Vader/moeder worden – Opa/oma worden

– Trouwen – Bruiloften – Jubilea in (vrijwilligers)

werk of hobby – Vakanties – Eerste baan – Promotie

– Verjaardagsvisites – Wereldkampioenschappen

voetbal – Cafébezoek – Bowlen/kegelen

- Familieweekenden





Reizen en oorsprong

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding van een wereldbol verwijst naar Moeder Aarde en naar het bestaan van verschillende landen. Het verwijst ook naar de plek op die wereldbol waar iemand is geboren en/of getogen.

Voorbeeldvragen

Heb je mooie reizen gemaakt? In welke landen ben je zoal geweest?

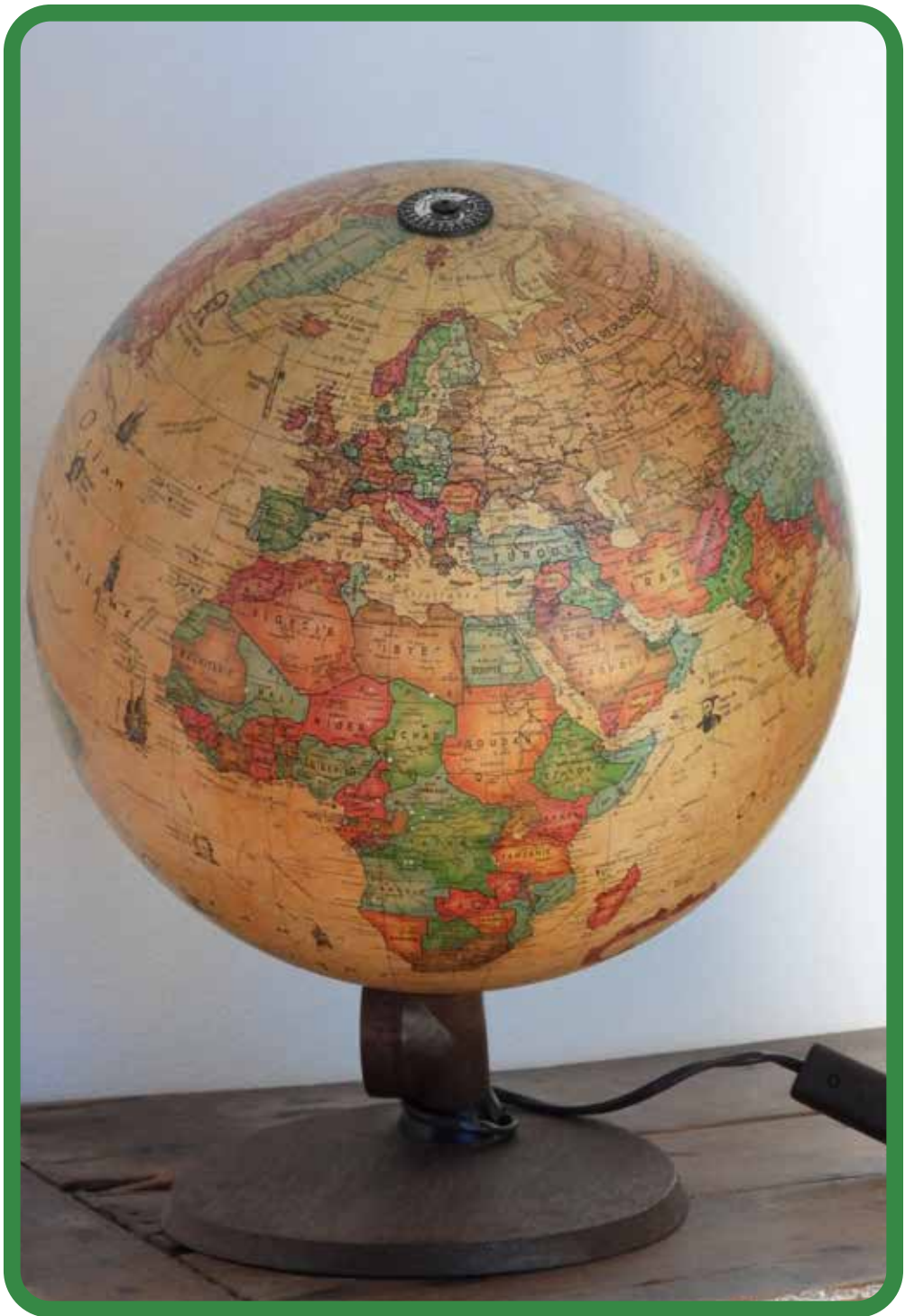
Voel je je verbonden met een bepaald land of een bepaalde regio of stad?

Wat is je afkomst? En hoe heeft jou die gevormd?

Mogelijke gespreksonderwerpen

Reizen (voor privé of werk) – Vakanties – Werelddelen – Andere culturen – Planeten – Milieu – Stad en platteland – Identiteit en afkomst – Streekgewoonten





Toen ik een kind was

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding verwijst naar het thema kind-zijn.

Voorbeeldvragen

Hoe kijk je terug op de tijd waarin je opgroeide?

Wat kun je je nog herinneren uit je jeugd?

Hoe is je contact met je (klein)kinderen?

Mogelijke gespreksonderwerpen

Lagere school – Eerste herinneringen – Kleutertijd

– Vakanties – Hobby's van vroeger – Kalverliefdes

– Kleding – Geboorteplaats – Opgroeien – Broer(s)

en/of zus(sen) – Verhouding met je ouders – Contact met je ouders





Liefde en seksualiteit

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding verwijst naar het thema liefde en/of seksualiteit

Voorbeeldvragen

Heb je in je leven liefde gekregen? En ook kunnen geven?

Heb je leuke liefdes in je leven gekend?

Hoe belangrijk is seksualiteit/intimiteit voor jou?

Mogelijke gespreksonderwerpen

Relaties – Liefde – Seksualiteit – Seksuele voorkeur

– Seksuele identiteit – Seksuele behoeften – Misbruik

– Relatieproblemen – Scheiding – Vriendschappen

– Versieren/flirten





Geboorte en opgroeien

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding verwijst naar geboorte en babytijd. Dat kan de eigen babytijd zijn, maar ook de babytijd van de kinderen of kleinkinderen.

Voorbeeldvragen

Wat is jouw oudste herinnering?

Heb jij een goede jeugd gehad?

Zie je iets van jezelf terug in je kinderen/kleinkinderen?

Mogelijke gespreksonderwerpen

Eigen opvoeding – Kindertijd – Opvoeding van kinderen of kleinkinderen – Verhalen over of ervaringen met kinderen en kleinkinderen

– Basisschool – Adoptie – Miskraam – Abortus

– Overleden kinderen





Werk en school

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding laat een man in pak zien, symbool voor 'werk'. De afbeelding leent zich tevens voor het onderwerp school/studie: veelal het voortraject van de latere beroepsuitoefening.

Voorbeeldvragen

Welk beroep heb je uitgeoefend? Hoe vond je dat?

Hoe herinner je jouw (lagere/middelbare) school?

Hoe belangrijk is werk voor je geweest?

Zou je jezelf als een 'verstandig persoon' omschrijven?

Mogelijke gespreksonderwerpen

Werk – Collega's – Opleiding – Studentenleven

– Levenservaring – Levenslessen – Keuzes maken

– Beroepen van ouders en/of kinderen – Rolmodellen

– Huishoudelijk werk – Een leven lang leren





Muziek

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding met muzieknoten staat symbool voor muziek: muziek maken, muziek luisteren.

Voorbeeldvragen

Heb je een instrument bespeeld?

Wat is je favoriete muziek?

Had je vroeger een popidool?

Wat betekent muziek voor jou?

Mogelijke gespreksonderwerpen

Harmonie – Klassieke muziek – Bepaalde componisten/artiesten – Popmuziek – Concerten en festivals – Muziekinstrumenten – Religieuze muziek – Religieuze beleving – Muziek die troost of ontroert – Dansen – Uitvaartmuziek*



MODÈLE DE

Legato



Dieren

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding laat een hond zien: één van de meest populaire (huis)dieren in Nederland. 'Dieren' is dan ook het thema van deze kaart.

Voorbeeldvragen

Heb je huisdieren gehad?

Hoe belangrijk zijn deze voor jou (geweest)?

Hou je van dieren?

Ben je meer een kattenmens of een hondenmens?

Mogelijke gespreksonderwerpen

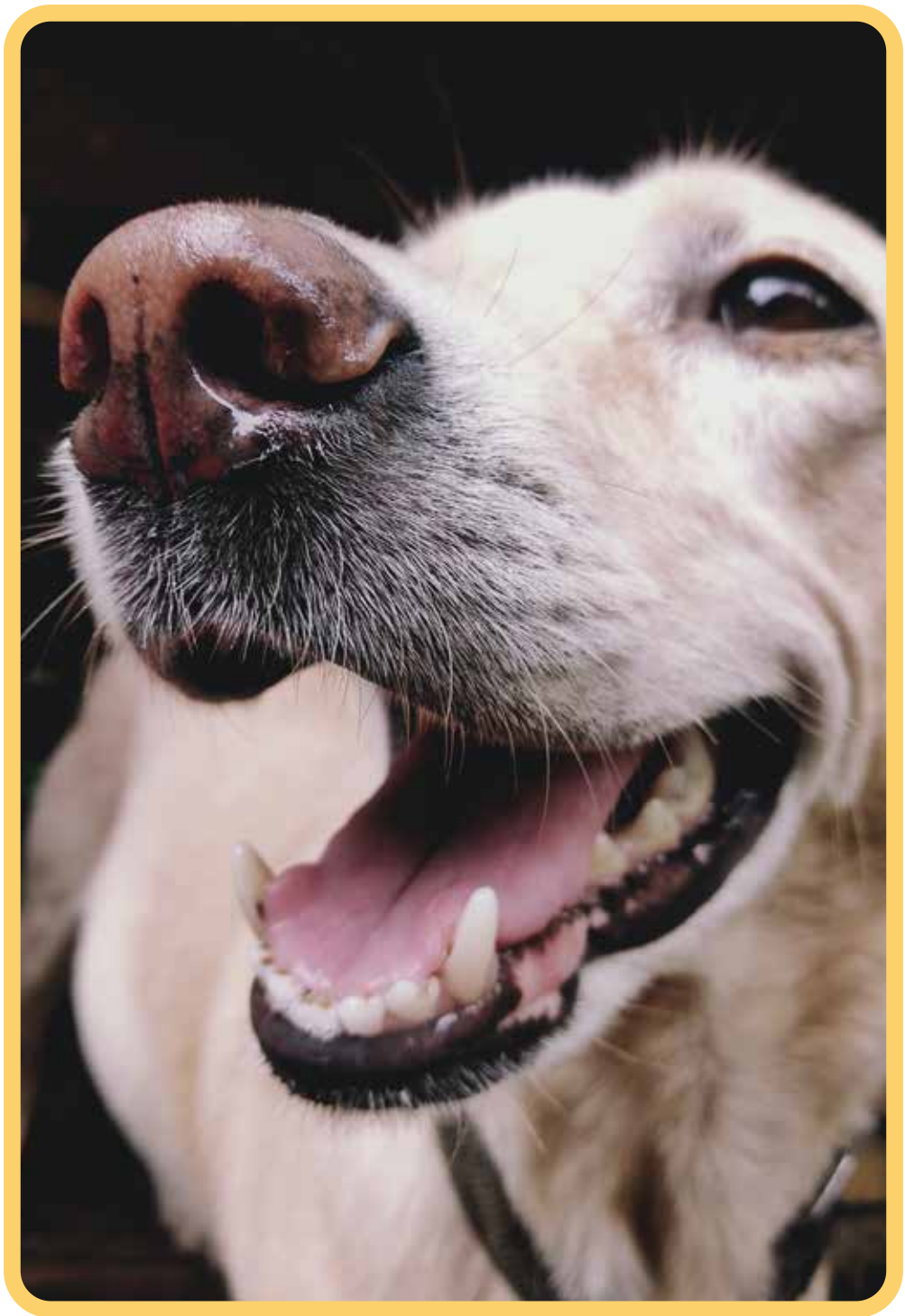
Huisdieren – Honden – Katten – Goudvissen

– Hamsters – Een dier als maatje – Loyaliteit – Liefde

– Dierentuinen – Dierenartsen – Vegetarisme

– Boerderij – Overleden huisdieren – Dierenleed





Natuur

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding staat symbool voor de natuur.

Voorbeeldvragen

Strand, bos, heide, polderland, heuvels...

Wat vind jij mooie natuur?

Hoe belangrijk is natuur voor je?

Wat geeft het je, of wat haal je eruit?

Maak je je zorgen om de natuur?

Mogelijke gespreksonderwerpen

Wandelen – Ontspanning/recreatie – Vogels (spotten)

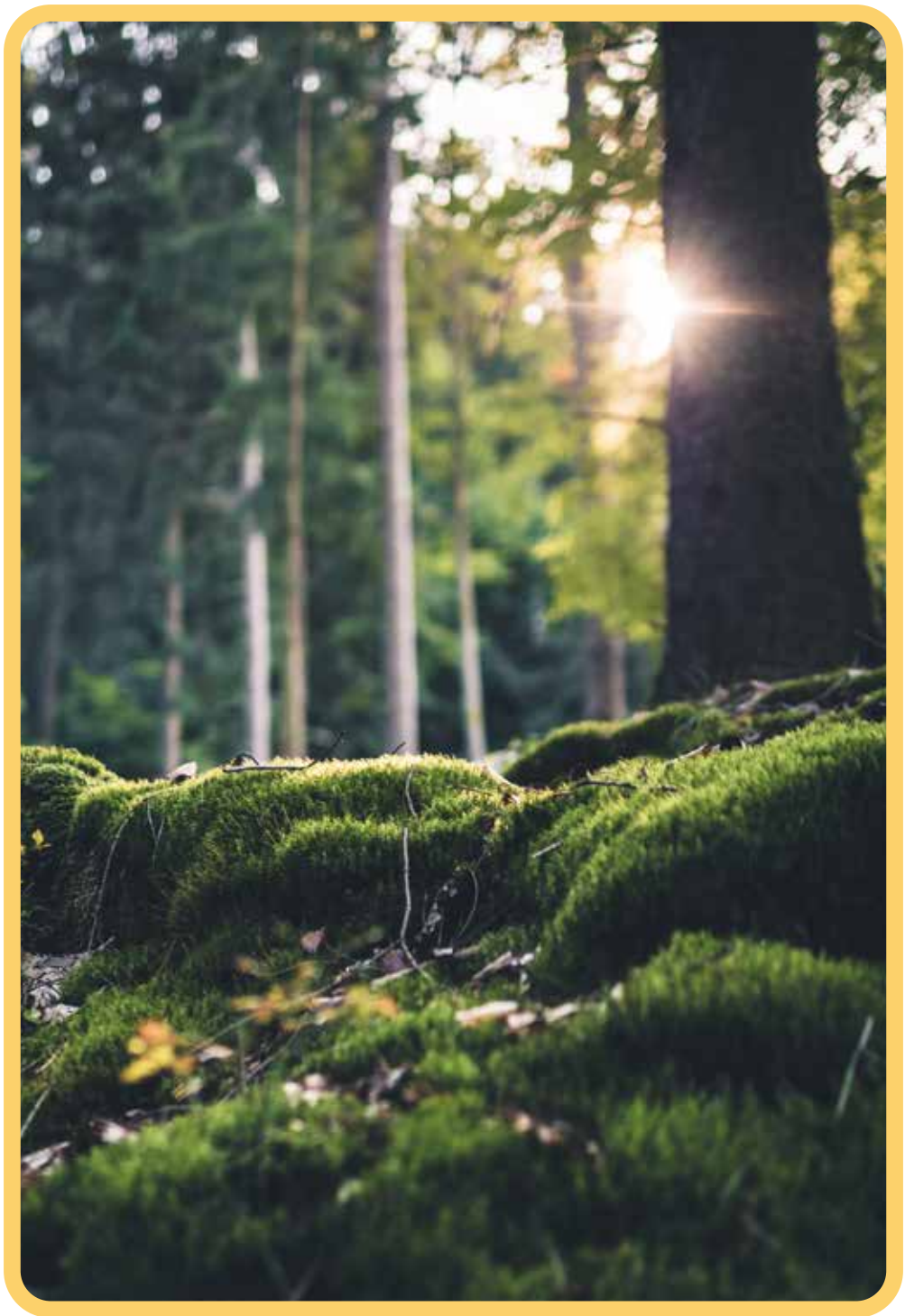
– Vissen (vangen) – Bergen (beklimmen) – Zee

– Bos – Rivieren – Moeder Aarde/Moeder Natuur

– Planeten – Kosmos – Seizoenen – Landbouw

– Milieu – Levenscyclus*





Sport

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding staat symbool voor sport, zowel in actieve zin (zelf sporten) als passieve zin (sport kijken).

Voorbeeldvragen

Heb je veel gesport in je leven?

Kijk je graag naar sport (op tv of in het echt)?

Hoe belangrijk is lichaamsbeweging voor je?

Mogelijke gespreksonderwerpen

Hardlopen – Voetbal – Studio Sport – Schaatsen

– Schansspringen – Wielrennen – Lichamelijke

beweging – Clubliefde – Supporter zijn – Gezondheid*

– Gewicht – Mobiel zijn – Ontspanning – Beperkingen*

– Blessures





Lezen / schrijven

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding van een pen en een stuk papier staat symbool voor schrijven, maar ook voor lezen.

Voorbeeldvragen

Ben je een lezer? Wat lees je vooral? De krant? Boeken? Heb je veel geschreven in je leven? Voor je werk bijvoorbeeld?

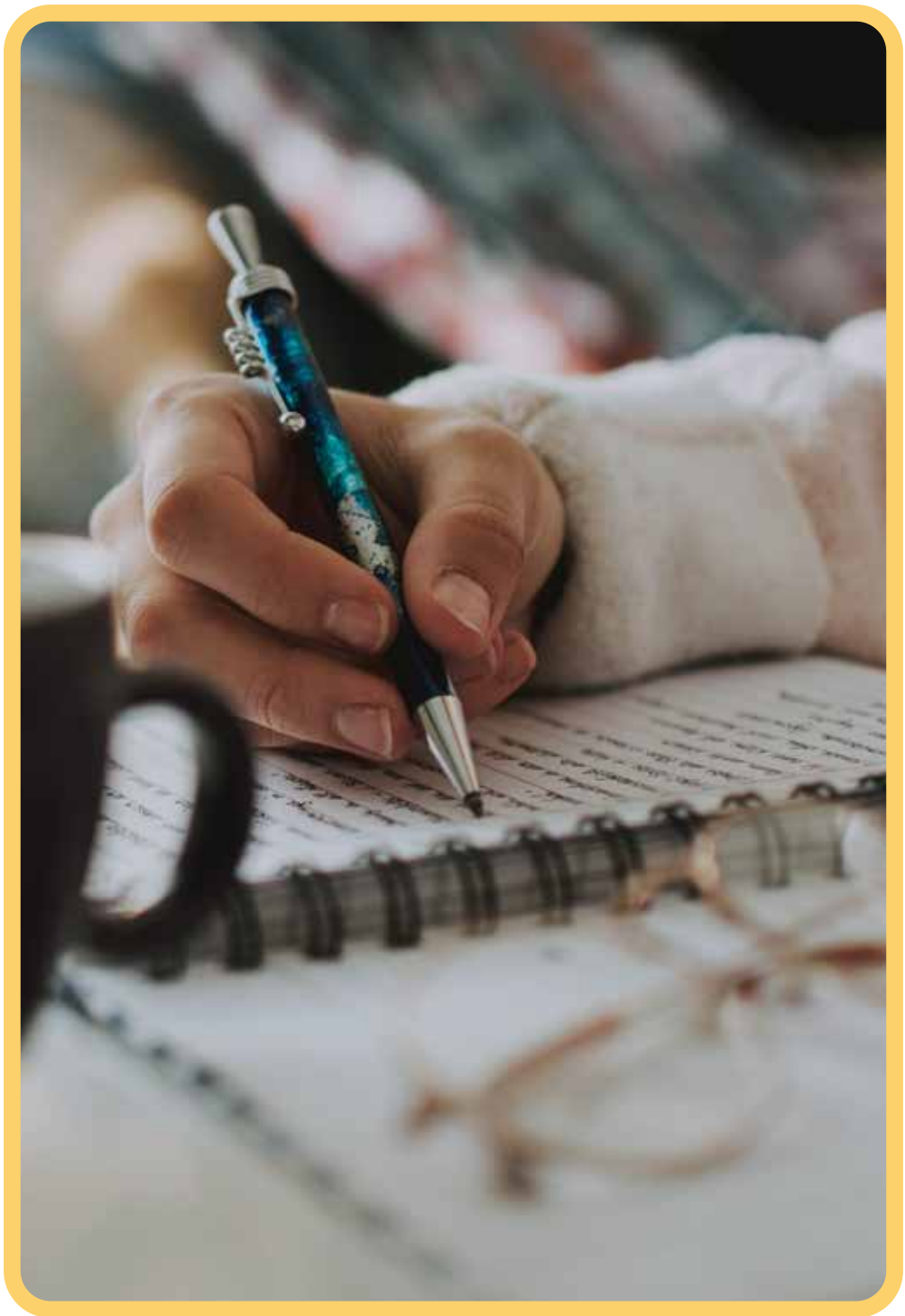
Heb je bepaalde wensen over je toekomst op papier gezet (wilsverklaring, testament)?

Mogelijke gespreksonderwerpen

Dagboek – (Liefdes)brieven – E-mails

- WhatsApp-berichten – Handschrift – Stripboeken
- Detectives – Literatuur – Communicatie
- Analfabetisme - Streekromans – Bijsluiters
- Achter te laten levenslessen* – Wilsverklaring*
- Euthanasieverklaring*





Eten / drinken

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding van een bord met aardappels, groente en vlees staat symbool voor eten.

Voorbeeldvragen

Wat vind je het lekkerste eten? Waarvoor mogen ze je wakker maken?

Hou je van koken? Ben je een goede kok (geweest)?

Wat zou je graag (nog eens) willen eten?

Mogelijke gespreksonderwerpen

Uit eten – Snackbar – Restaurant – Pannenkoeken –

IJs – Fruit – Vitaminen – Gezond eten

– Eetgewoonten – Rituelen rondom het eten (zoals

bidden) – 'Eten wat de pot schaft' – Dieet – Moeite

met eten* – Smaak – Geur van eten – Sondevoeding*

– Honger – Wensdieet – Stoppen met eten en drinken*





Hoop

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding van de zon tussen de handen staat symbool voor hoop.

Voorbeeldvragen

Waar hoop je op?

Wat hoop je voor je naasten?

Wat geeft jou hoop?

Mogelijke gespreksonderwerpen

Genezing – Geen pijn* – Contact met partner (of kinderen of andere naasten) – Wereldvrede – Goed afscheid nemen* – Leven na de dood* – Hemel* – Reïncarnatie* – Laatste wensen*





Levensbeschouwing / religie

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding laat symbolen van diverse levensbeschouwingen zien.

Voorbeeldvragen

Hoe belangrijk is religie of levensbeschouwing voor je (geweest)?

Ben je aangesloten (geweest) bij een kerkgenootschap?

Hoe beleef je in praktische zin je geloof/
levensbeschouwing?

Mogelijke gespreksonderwerpen

Geloof – Kerk – Omgaan met tegenslag – Zingeving*

– Spijt* – Vergeving – Steun van het geloof – Bidden

– Kaarsje aansteken* – Ritueel* – Hemel*

– Reïncarnatie* – Leven na de dood*





Angst

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding van de bliksemschicht staat symbool voor angst en ellende.

Voorbeeldvragen

Is er iets misgegaan in je leven? En hoe ben je daarmee omgegaan?

Waar ben je bang voor?

Wat helpt jou het meest als je bang bent?

Mogelijke gespreksonderwerpen

Onweer – Angsten* – Boosheid of agressie – Zwaard van Damocles* – Bang voor de dood* – Bang voor het sterven* – Bang voor het leven* – Bang voor een leven na de dood* – Bang voor oordelen*





Dood

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding van de grafsteen staat symbool voor de dood.

Voorbeeldvragen

Hoe denk je over de dood?

Wat is jouw ervaring met de dood?

Bestaat 'een goede dood'? Zo ja, hoe ziet die eruit volgens jou?

Mogelijke gespreksonderwerpen

Wensen en verwachtingen over het levenseinde*

- Afscheid nemen* – Begraven of cremeren*
- Uitvaartwensen* – Kwaliteit van leven* – Verlies*
- Rouw* – Euthanasie* – Palliatieve sedatie*
- Pijnbestrijding* – Praten over de dood*
- Leven na de dood*





Tijd

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding van de zandloper staat symbool voor de tijd die verstrijkt.

Voorbeeldvragen

Gaat de tijd snel?

Is de tijd je vriend of je vijand?

Waarvoor zou je extra tijd willen hebben?

Mogelijke gespreksonderwerpen

Verleden-heden-toekomst – Klok – Agenda

– Tijdsbeleving – Bioritme – Nachtmens – Ochtendmens

– Geleefde tijd* – Toekomstige tijd* – Tijd voor jezelf

– Tijd voor anderen





Levensweg

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding van de ondergaande zon staat symbool voor mijmeringen over en reflecties op het tot dan geleefde leven. Tegelijkertijd nodigt het uit te denken aan de dag van morgen, aan de toekomst.

Voorbeeldvragen

Heb je een goed leven gehad? Hoe kijk je er tot nu toe op terug?

Heb je veel of weinig invloed op je levensweg gehad?

Denk je weleens na over de toekomst? Waaraan denk je dan?

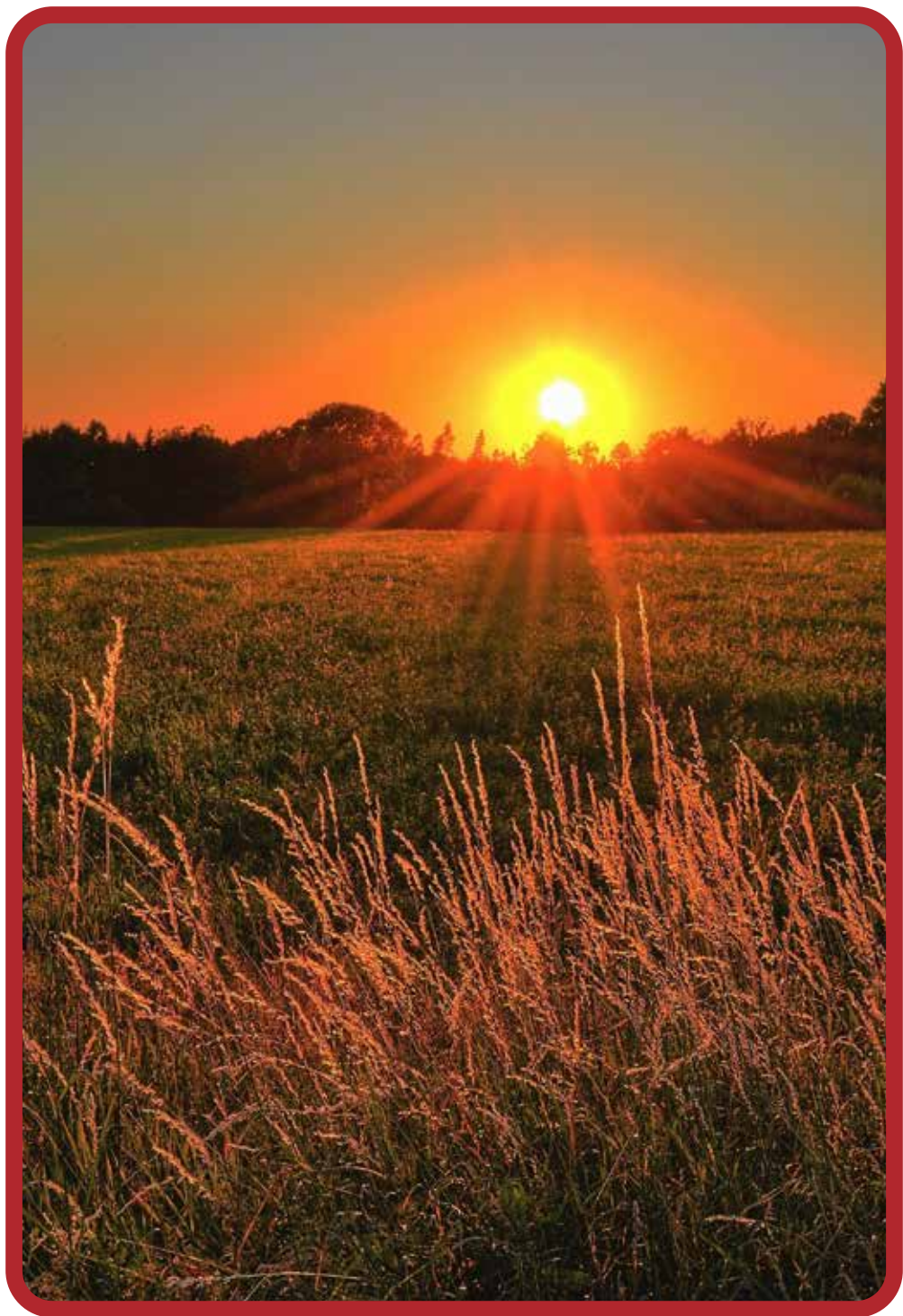
Mogelijke gespreksonderwerpen

Bijzondere levensgebeurtenissen – Mijlpalen van het leven – Scharniermomenten van het leven – Afkomst/roots – Voor- en tegenspoed – Levensmotto

– Geschiedenis – Kwaliteit van leven* – Levensduur*

– Spijt* – Vergeving* – Afronding van het leven*





Speluitleg

Dit is een aanvulling op de achterzijde van de speldoos.

Hoe gebruik je de Praatkaarten?

De Praatkaarten zijn op verschillende manieren te gebruiken. Enkele suggesties zijn:

- Toon de cliënt* een handvol (geselecteerde) foto's, en laat hem een kaart uitkiezen.
- Verspreid (een deel van) de kaarten over een tafel of leg ze op de vloer. Zorg dat de foto te zien is (en niet de tekstkant). Laat de cliënt een kaart uitkiezen.
- Maak van (een selectie van) de kaarten een waaier in je hand en vraag de cliënt om met de ogen dicht een kaart te trekken.

De Praatkaarten kun je tevens gebruiken om gesprekken aan te gaan in het kader van Advance Care Planning (ACP), ofwel proactieve zorgplanning. Onderwerpen die daarbij aansluiten zijn aangegeven met een sterretje op de tekstkant van de kaart.

Afhankelijk van de tijd en de energie die jij en je cliënt hebben, kun je uiteraard meerdere kaarten achter elkaar bespreken.

Kan ik de Praatkaarten ook gebruiken met meerdere mensen tegelijk?

Jazeker. Enkele suggesties zijn:

- Neem een aantal (geselecteerde) foto's in de hand en laat de cliënt* een kaart uitkiezen.
- Maak van (een selectie van) de kaarten een waaier in je hand en vraag je cliënten om met de ogen dicht een kaart te trekken. Laat ze vervolgens om beurten over de foto vertellen die ze hebben uitgekozen.

Hoe kan ik de cliënt stimuleren verhalen te vertellen?

Je kunt je cliënt helpen verhalen te vertellen door een verdiepende vraag te stellen. Deze vraag kun je direct na het tonen van de foto stellen, of nadat je cliënt al iets over de foto heeft gezegd. Bijvoorbeeld:

- Wat vind je van deze foto?
- Roept deze foto een gevoel bij je op? Welk gevoel is dat?
- Wat vind je mooi aan deze foto?
- Kun je dit nog iets meer uitleggen?/Kun je er nog meer over zeggen?
- Wat bedoel je hiermee?/Kun je een voorbeeld geven?
- Hoe is het voor jou om hierover te praten?
- Wat raakt je nu?

**Waar cliënt staat, kan ook 'bewoner' of 'naaste' worden gelezen.*

Praatkaarten

