

Mijn naasten

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding laat twee mensen zien die erg vertrouwd zijn met elkaar en 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, één van de basisbehoeften van een mens. Een huis staat symbool voor een veilige plek, voor geborgenheid.

Voorbeeldvragen

Waar heb je zoal gewoond?

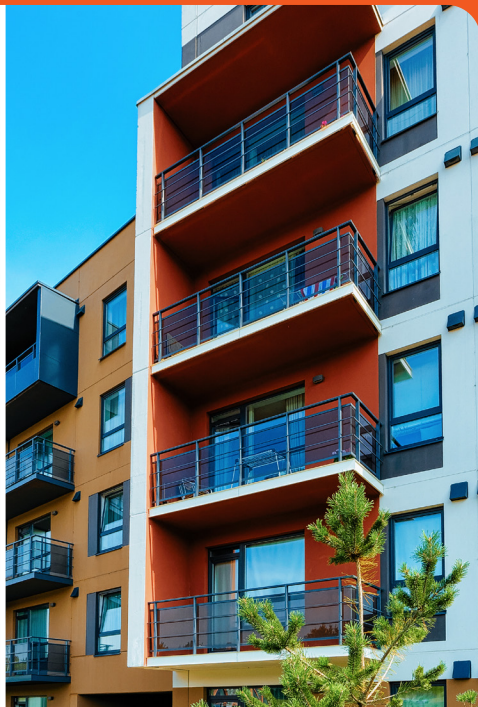
Wat was de fijnste of mooiste plek waar je hebt gewoond?

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 gezond eten en bewegen zien en staat symbool voor gezondheid (zowel de lichamelijke als de geestelijke gezondheid).

Voorbeeldvragen

Hoe is het met je gezondheid?

Heb je klachten?

Van welke klacht heb je de meeste hinder?

Kun je 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





Behandelingen

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding verwijst naar (ingrijpende) medische behandelingen.

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





Zorg

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding laat een cliënt en zorgmedewerker zien.
Dit kan thuis, in een verpleeghuis of ziekenhuis zijn.

Voorbeeldvragen

Welke zorg heb je nodig / welke zorg krijg je nu?

Wat vind je van de zorg die je nu krijgt?

Krijg je genoeg zorg?

Voel je je veilig? Heb je een thuisgevoel?

Mogelijke gespreksonderwerpen

Zorg – Thuisgevoel – Veiligheid – Geborgenheid –
Personeel – Gewenste plek om het levenseinde door te
brengen





Verhuizen

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding laat een dame zien die verhuisdozen aan het inpakken is.

Voorbeeldvragen

Ben je ooit verhuisd? Hoe was dat?

Kon je snel wennen in je nieuwe omgeving?

Zou je nog een keer willen verhuizen?

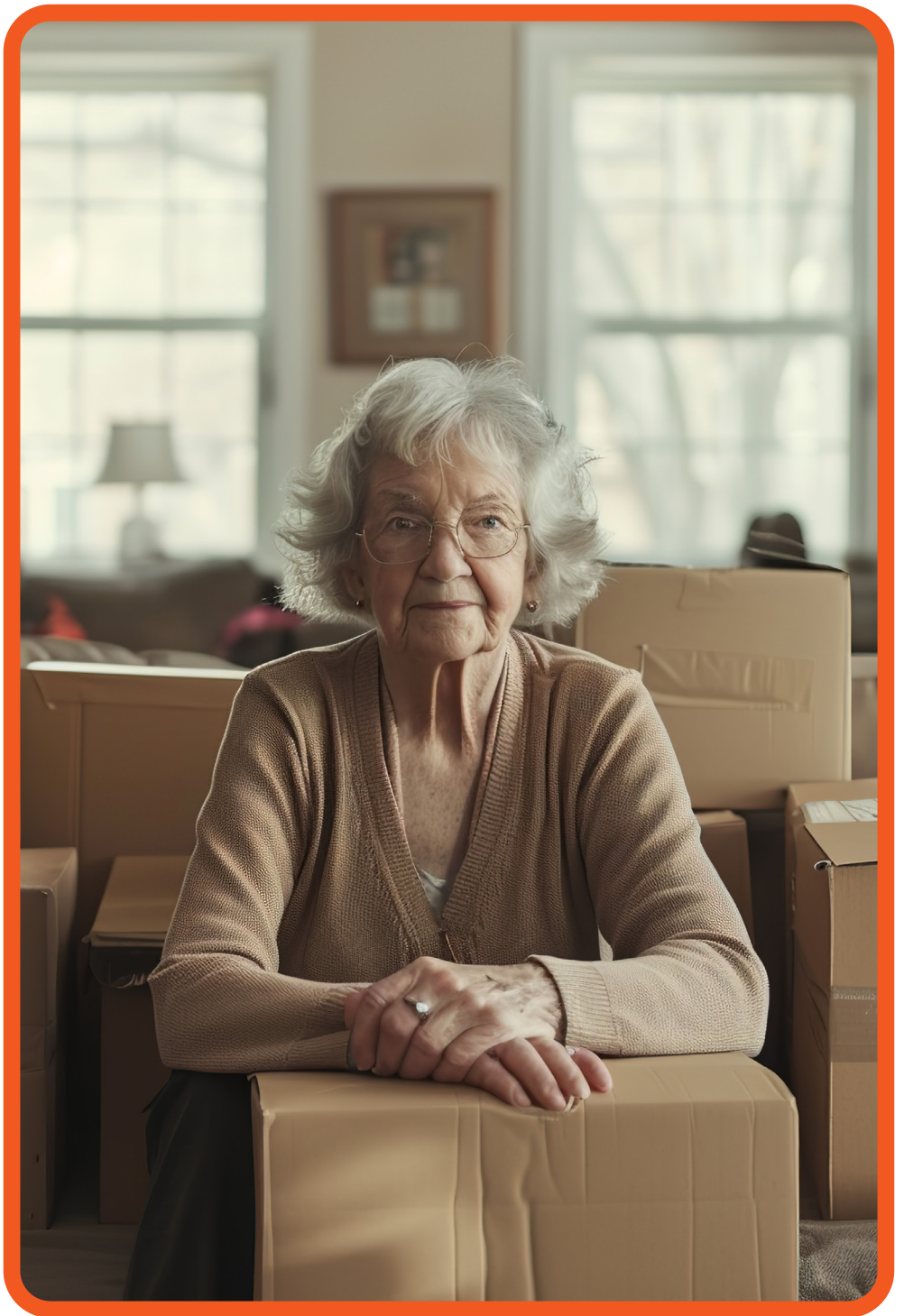
Mogelijke gespreksonderwerpen

Thuisgevoel – Veiligheid – Geborgenheid – Gezinsleven –

Bezittingen – Klussen – Buren – Verhuizen –

Gewenste plek om het levenseinde door te brengen





Bijzondere momenten

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding laat een feestelijk moment zien en 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





Afkomst

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding van een wereldbol verwijst naar de aarde, naar het bestaan van verschillende landen en naar de plek op de 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, 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





Jeugd

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 herinneren uit je jeugd?

Hoe is het 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





Intimiteit en seksualiteit

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding verwijst naar het thema intimiteit en/of seksualiteit.

Voorbeeldvragen

Wat is je ervaring met intimiteit?

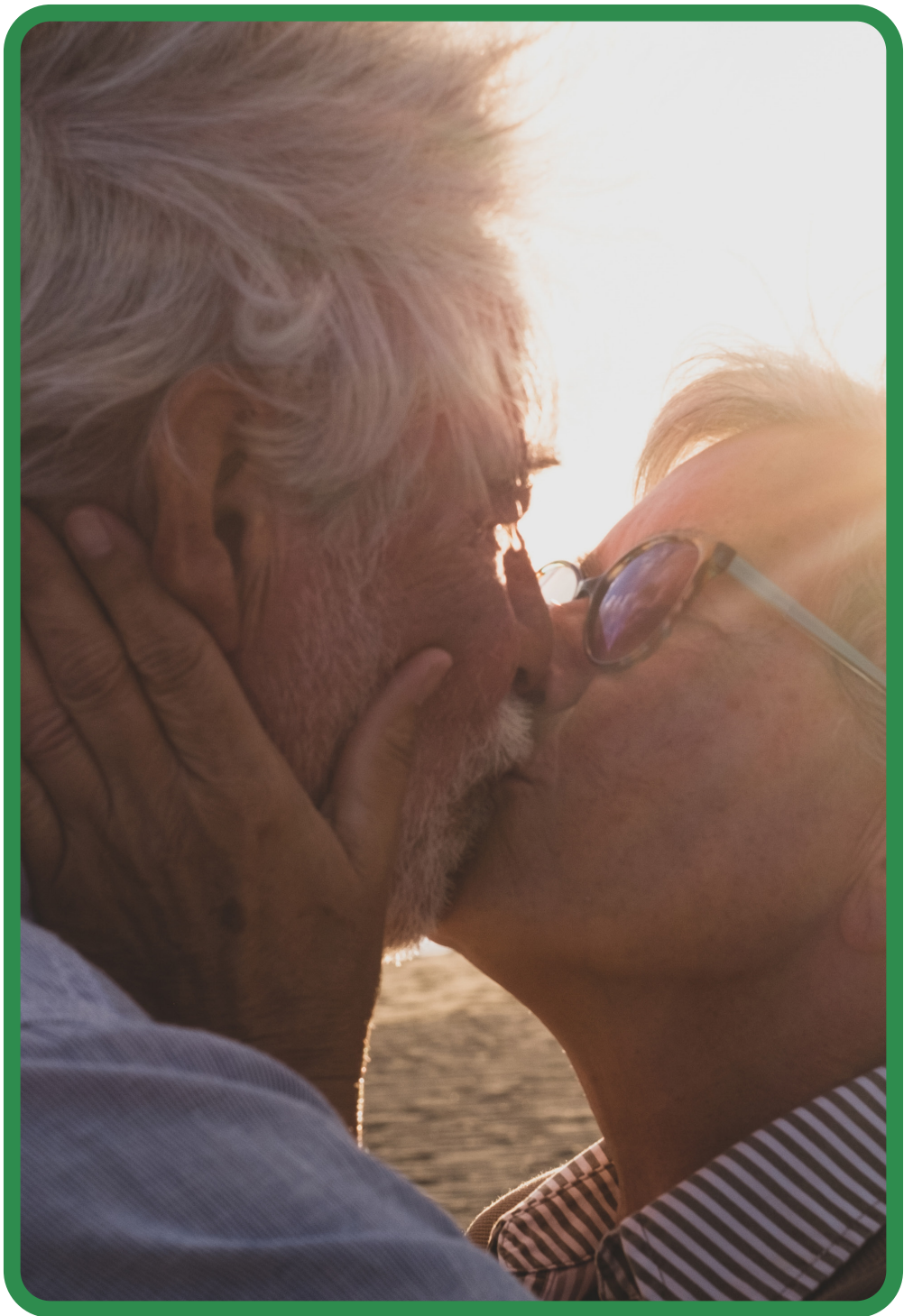
Hoe belangrijk is seksualiteit voor jou?

Welke behoeften heb je? Maak je die bespreekbaar?

Mogelijke gespreksonderwerpen

Relaties – Liefde – Seksualiteit – Seksuele voorkeur –
Seksuele identiteit – Seksuele behoeften – Misbruik –
Relatieproblemen – Scheiding – Vriendschappen –
Versieren/flirten





Liefde en vriendschap

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding verwijst naar het thema liefde en/of vriendschap.

Voorbeeldvragen

Hoe belangrijk is liefde voor jou?

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

Welke rol speelt vriendschap in je leven?

Mogelijke gespreksonderwerpen

Relaties – Liefde – Vriendschappen - Versieren/flirten – Warmte – Maatjes – Ruzie – Eenzaamheid – Contact verloren of weer gevonden – Nieuwe contacten maken/mensen aanspreken





Geboorte en opgroeien

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding verwijst naar nieuw leven en de kindertijd. Dat kan de eigen kindertijd zijn, maar ook die 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 schoolklas zien en staat symbool voor school/studie/werk.

Voorbeeldvragen

Welk beroep heb je uitgeoefend? Hoe vond je dat?
Hoe herinner je jouw (lagere/middelbare) schooltijd?
Hoe belangrijk is werk voor je geweest?

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 het luisteren naar muziek staat symbool voor muziek: muziek maken, muziek luisteren.

Voorbeeldvragen

Heb je een instrument bespeeld?

Wat is je favoriete muziek?

Wat betekent muziek voor jou?

Mogelijke gespreksonderwerpen

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





Dieren

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding met een man, een hond en kat staat symbool voor het thema 'Dieren'.

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 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





Zelf beslissen

Toelichting bij de illustratie

Het kiezen van de kleding staat symbool voor het nemen van eigen beslissingen / eigen regie in je leven.

Voorbeeldvragen

Laat je jezelf leiden of neem je eigen beslissingen?

Durf je fouten te maken?

Wie of wat is belangrijk voor jou bij het nemen van een beslissing?

Mogelijke gespreksonderwerpen

Zelf beslissen – Niet zelf kunnen of mogen beslissen –

Vrijheid – Keuzestress – Hulpbronnen – Autonomie





Eten / drinken

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding van de borden 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?

Wat vind je vies om te 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





Hobby's

Toelichting bij de illustratie

De afbeelding laat mensen zien die een potje kaarten en staat symbool voor doen wat je leuk vindt.

Voorbeeldvragen

Wat doe je graag?

Heb je een favoriet spel?

Kan je tegen je verlies?

Mogelijke gespreksonderwerpen

Gezelschapsspel – Bordspel – Gamen – Kaarten –

Tekenen – Schilderen – Muziek maken





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?

Wie of 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 geloofsgemeenschap?

Hoe beleef je in praktische zin je geloof of je 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?

Wie of 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 cremieren –
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 vrouw die foto's bekijkt, staat symbool voor mijmeringen over en reflecties op het geleefde leven en het 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





Geluk

Toelichting bij de illustratie

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

Voorbeeldvragen

Heb je veel geluk gekend in je leven?

Wie of wat kan jou gelukkig maken?

Heb je zelf invloed op je geluksgevoel?

Mogelijke gespreksonderwerpen

Geluksgevoel – Gelukkig zijn – Rechtvaardigheid en

Onrecht – Ongeluk – Depressie – Pech – Tevreden –

Welzijn – Emoties – Lachen – Humor – Genot – Vrede





Speluitleg

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 deze 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 proactieve zorgplanning. Afhankelijk van de tijd en de energie die jij en de 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 cliënten een kaart uitkiezen.
- Maak van (een selectie van) de kaarten een waaier in je hand en vraag de 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 de 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 de 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?

De teksten zijn een aanvulling op de foto. Je kunt dit ter inspiratie gebruiken of om een gesprek op gang te brengen. Realiseer je dat de voorbeeldvragen slechts een selectie van de vragen zijn die je bij de foto kunt stellen. Dat geldt ook voor de gespreksonderwerpen. Het staat gebruikers volledig vrij om andere vragen te stellen of andere onderwerpen aan te kaarten. Het gaat ten slotte om de verhalen die de cliënt, bewoner of naaste met jou deelt. Daarin bestaat geen goed of fout.

Colofon

Deze praatkaarten zijn ontwikkeld door het project DEDICATED (Desired Dementia Care Towards End of Life). Het project heeft als doel de palliatieve zorg voor mensen met dementie en hun naasten te verbeteren. Kijk voor meer informatie op www.dedicatedwerkwijze.nl

Praatkaarten

