



Zieken Thuis

Verpleegkunde, verzorging en Antroposofie



Plegan Opleidingen
zorg voor de gehele mens

“Alleen wanneer wij door de intensiteit en de kwaliteit van ons organisme in staat zijn ieder warmte proces dan ons aangeboden wordt meteen te ontvangen en tot een innerlijk proces om te vormen, zijn wij als menselijk organisme gezond”

— **Rudolf Steiner.**
Arnhem, 21 juni 1924



Voorwoord

Kernteam Plegan opleidingen

Deze bijgaande tekst is uit het boek *Zieken thuis* geschreven door Tineke van Benthem, Saskia Bos, Wil Visser en Ermengarde de la Houssaye. Dit boek is uitverkocht maar er blijft vraag naar. Daardoor is door Plegan Opleidingen het plan opgevat de auteurs te vragen een aantal hoofdstukken op internet te mogen publiceren. De verschillende hoofdstukken zijn door verschillende auteurs geschreven.

Ermengarde de la Houssaye heeft toestemming gegeven het hoofdstuk; *Verzorgen, Bemiddelen, Begeleiden*: drie aspecten van een omvattende verpleegkunde door Plegan Opleidingen te laten publiceren op internet.

De tekst van dit hoofdstuk is overgenomen uit het boekje *zieken thuis*, de derde druk van 1985.

De tekst is aangepast waar het de verwijzingen naar de verpleegkundige behandelingen en interventies in het boek *zieken thuis* betreft. Daar wordt nu verwezen naar het boek *uitwendige therapieën; wikkels, kompressen en baden*. Dit boek over de uitwendige therapieën is een beschrijving van de verplegende interventies en achtergronden daarvan dat tot stand is gekomen met de Delphi-methode.

Door de tekst van dit hoofdstuk te publiceren en op deze wijze aan te passen hopen wij dat verzorgende en verplegende van zieken geïnspireerd en ondersteund worden in hun belangrijke werk.



Verzorgen Bemiddelen Begeleiden:

Het verplegen van zieken - of dit nu thuis, in een verpleeg- of ziekenhuis is, of dit nu kinderen of volwassenen betreft - vraagt kennis en kundigheid, wil het tot een 'kunst' worden. Kennis van de mens in gezondheid en ziekte, kundigheid in het verrichten van die handelingen en behandelingen in die speciale situaties van de aan onze zorgen toevertrouwde mens noodzakelijk zijn.

In *Grondbeginselen* van de verpleegkunde omschrijft Virginia Henderson de unieke functie van de verpleegkunde als volgt:...'het individu, ziek of gezond, bij te staan bij het verrichten van die activiteiten die bijdragen tot gezondheid of herstel (of te helpen vredig te sterven, wanneer geen herstel mogelijk is) en die dit individu zonder hulp zou verrichten als hij de daartoe nodige kracht, wilskracht of kennis bezat. De verpleegkundige dient dit op zulk een wijze te doen, dat de geholpene zo snel mogelijk weer onafhankelijk wordt.'

De verpleegkundige helpt dus als een 'broeder' of 'zuster' de onmiddellijke zorgen op te vangen, wat de patiënte door zijn specifieke levenssituatie op dat moment niet kan.

Wordt de arts in geval van ziekte te hulp geroepen, dan zal deze, op grond van de anamnese (de ziektegeschiedenis) en de klachten en symptomen proberen een beeld van de ziekte op te bouwen. Hierop is de therapie gebaseerd.

De arts heeft enige afstand, enige objectiviteit nodig om een zo zuiver mogelijk beeld te krijgen. Volgende visites zullen het beeld kunnen verduidelijken of eventueel veranderen. De arts is hierbij aangewezen op de medewerking en de volledig openheid van de patiënt wat betreft het melden van veranderingen van de symptomen en de navolging van de therapie. Zelf dokteren is - afgezien van de behandeling van veel voorkomende kwaaltjes en ongelukjes, waarmee men ervaring heeft - meestal niet erg zinvol. Is er een basis van wederzijds vertrouwen met de huisarts, dan zal men na kort overleg meestal de in het boek uitwendige therapie; wikkels, kompressen en baden beschreven behandelingen zonder problemen kunnen toepassen. Arts en patiënt (eventueel bij monde van diens 'vertegenwoordiger', de verpleegkundige of verzorgende) bewandelen in nauwe samenwerking de weg naar genezing.

De therapeut zal - op grond van de aanwijzingen van de arts samen met de patiënt, doelgericht, stap voor stap bepaalde kwaliteiten tot ontwikkeling brengen.

Hij heeft daartoe de zeer specifieke mogelijkheden van zijn therapeutische kunst. zoals bijvoorbeeld de fysiotherapie, hydrotherapie, euritmie therapie of de verschillende kunstzinnige therapieën.

Wat is nu de 'therapeutische kunst' van de verpleegkundige? In dit boekje willen we ons beperken tot de beschrijven van een aantal verpleegkundige behandelingen/interventies, die tot de therapeutische mogelijkheden van de antroposofische geneeskunst behoren. Ook moeders en vaders - kunnen aan de hand van de beschrijvingen- (uit uitwendige therapie wikkels, kompressen en baden) de behandelingen bij hun kinderen en huisgenoten toepassen wanneer de arts deze voorschrijft.

Verplegen is niet alleen het verzorgen van de zieke mens, het geven van medicijnen en het uitvoeren van voorgeschreven behandelingen. Het vraagt een bepaalde *grondhouding*, om als mens naast de mens die ziek is te staan en hem helpen, daar waar het nodig is. De belangrijkste therapeutische kunst van de verpleegkundige ligt in het medemens-zijn, als mens naar lichaam, ziel en geest.

Lichaam, ziel en geest zijn tijdens het leven niet te scheiden echter wel te *onderscheiden*, zoals dit in het uitwendige therapie; wikkels, kompressen en baden hoofdstuk 20 beschreven wordt.

Evenals bij de mens, kan men ook drie aspecten in de verpleegkundige opgave onderscheiden, die op ieder moment in gelijke mate werkzaam dienen te zijn. Er zal echter steeds één van deze aspecten op de voorgrond treden al naar gelang de behoefte van het ogenblik.

Virginia Henderson schrijft in het reeds genoemde boekje: 'De noodzaak om de behoefte - zowel onmiddellijk als op lange termijn - te peilen die het individu heeft aan lichamelijke zorg, emotionele steun en wederaanpassing, maakt *de verpleegkunde tot dienstverlening van de hoogste orde*'.

De patiënt

In het woord patiënt komt tot uitdrukking het geduld, het zich-de-tijd-gunnen voor het doormaken van een proces dat tot een nieuw verworven harmonie kan voeren. Dus juist het actief en positief bereid zijn geduld te oefenen voor een gebeuren dat buiten de gewone planning van het leven valt, willen wij met het woord patiënt tot uitdrukking brengen.



Het verzorgen

Met het verzorgen begeven we ons op het terrein van de allereerste levensvoorwaarden zoals bijvoorbeeld ademen, de eigen temperatuur regelen, eten en drinken, slapen en waken, de juiste houding aannemen en zich bewegen. In zoverre de patiënt hier niet voor kan zorgen, staat men als verzorgende voor de taak, de in de situatie beste voorwaarden te scheppen zodat de patiënt in leven kan blijven. Tegelijkertijd gaat het erom dat dit op een dusdanige wijze geschiedt, dat er een verbetering in de situatie kan intreden. Verplegen/Verzorgen is dus steeds: zorgen voor dat wat de patiënt niet kan én stimuleren tot eigen activiteit. Hier wordt verzorgen/verplegen tot therapeutische kunst, namelijk wanneer met de meest elementaire bezigheden van alle dag, stap voor stap de zelfstandigheid wordt herwonnen.

Nooit mag het verzorgen ontaarden in het betuttelen van patiënten. Juist het wekken van de zelfstandigheid, het 'incarneren' (dat wil zeggen dat het geestelijk wezen van de mens in het lichaam kan leven en dit als zijn instrument kan gebruiken) is de opgave van de verplegende/verzorgende.

De tuinder schept in de kwekerij (in het Engels: 'a nursery'!) optimale voorwaarden voor de groei en de goede ontwikkeling van de planten, maar groeien doen de planten zelf. Zo moeten wij ook op het gebied van de verzorging/verpleging optimale voorwaarden scheppen en ons daarbij bewust zijn, dat de te verwachten genezende processen uit het organisme van de mens zelf komen. Nooit kunnen wij iemand een genezing opdringen. Wij kunnen slechtst de voorwaarde hiertoe scheppen. Want wij hebben steeds te maken met een medemens en *zijn* lot, met *zijn* levenswil en ook met zijn genezingsmogelijkheden. Die moeten we respecteren en steeds 'luisterend' inspelen op datgene, wat op dat moment nodig is.

Evenals een tuinder zijn wij verzorgend bezig met de kwaliteiten van het milieu met de vier klassieke elementen, met aarde, water, lucht en warmte. Tot het menselijke milieu behoren dan ook nog alle kwaliteiten die tot de zintuigen spreken, zoals licht en kleuren, geluiden en geuren enzovoort en dan nog de specifiek menselijke kwaliteiten, die een ruimte een kille of warm-menselijke sfeer geven, die 'schoonheid' aan de omgeving kunnen geven.

Een eerste vereiste - wil het verzorgen tot een kunst- worden is, dat de techniek van de handelingen en handgrepen volledig beheerst wordt; dat men het verloop van de handelingen goed kent en zich deze van tevoren goed bewust maakt. Men mag de handeling niet halverwege onderbreken om bijvoorbeeld nog even iets te halen. Het verzorgen vereist een enorme wakkerheid in het observeren en een inlevingsvermogen om steeds *vanuit* de gezichtshoek van de patiënt de situatie te overzien... Ziet men het lege waterglas op het nachtkastje, ziet men, dat het licht de patiënt verblindt, of hóórt men de hinderlijk druppende kraan, dat men zelf te luid of te zacht spreekt, dat men de deur steeds met een ergerlijke klik in het slot laat vallen? Zo zijn er honderd kleinigheden, die men moet opmerken om ze te kunnen verhelpen of te voorkómen. Maar het zijn juist deze kleinigheden, waar het op aankomt.' Aandacht voor het kleine' zou men als motto voor het verzorgen/verplegen kunnen stellen.



De vier elementen

Verzorgen is een soort 'milieuzorg', zorg voor het innerlijk welzijn en voor de directe en wijdere omgeving.

Hiervoor maken we zoals gezegd gebruik van de elementaire kwaliteiten van het milieu: de vastigheid van de *aarde*; het *water* met zijn stomende, metamorfoserende kwaliteit; de *lucht* met zijn veranderlijke stemmingen en de *warmte*, die aan alles een menselijke kwaliteit geeft.

Wanneer de eigen *vaste* steun wegvalt door een botbreuk, bij rugklachten, bij evenwichtsstoornissen en dergelijke, maar ook bij overspannenheid en psychische onzekerheid, dan kunnen wij de patiënt steun geven door een spalk of gipsverband, door een stevig matras, een trappelkussen of eventueel een plank in bed, door een stok of door begeleiding aan de arm. Ook een consequente, vaste dagindeling, evenals stevig, vast voedsel kunnen steun geven. Dit zijn namelijk allemaal kwaliteiten die vastigheid, maar ook weerstand bieden, die tot bewustzijn leiden en het zelfbewustzijn versterken. Verpleegkundig hiermee omgaan, betekent steeds 'luisterend' te weten in *welke mate* en in *welke vorm* men deze vastigheid moet geven.

Het *water*, het vloeibare speelt in vrijwel alle in het boek uitwendig therapie, wikkels, kompressen en baden beschreven behandelingen een rol, doordat het een ideale 'middelaar' is, die kwaliteiten en substanties in zich op kan nemen en weer afgeven. Het speelt bij de dagelijkse hygiëne een rol. Ook hier gaat het erom te 'luisteren' in welke mate, *hoe nat* dit moet gescheiden. Een flinke waspartij kan heerlijk verfrissend zijn, bijvoorbeeld wanneer men getranspireerd heeft. Maar hij kan ook een het laatste restje aan warmte en kracht van een doodzieke wegnemen. Dan komt het er erg op aan, hoe men zo iemand de nodige verfrissing geeft en de huid goed verzorgt.

De innerlijke vochthuishouding van zieken moet speciale aandacht hebben. Te weinig of te veel vocht brengt alle innerlijke verhoudingen in de war. Kan iemand niet - of niet genoeg - drinken, dan moet langs andere weg, bijvoorbeeld per infuus vocht toegevoerd worden. Het water element heeft heel direct met het *leven* te maken.

De *lucht* die via de ademhaling eveneens een eerste levensvoorwaarde is heeft een sterke invloed op *het zieleleven*. Wie het benauwd heeft, zal ook angstig worden; bedompte lucht maakt het moeilijk om wakker te blijven; de ijle berglucht maakt eerder lichtzinnig. 'Luchtjes', bijvoorbeeld van het eten, stank of een sterke parfum kunnen voor zieken heel kwellend zijn omdat men er zich niet aan kan onttrekken. Soms echter heeft een zieke wel behoefte aan de 'eigen' atmosfeer en is het voortdurende de ramen openen om te luchten storend. Stemmingen kunnen in de lucht hangen, zoals ook het weer drukkend, dreigend of opwekkend kan zijn. Vaak is *humor* een belangrijke kwaliteit in dit luchtelement, waarmee heel wat dreigende situaties kunnen worden opgehelderd.

Warmte speelt een grote rol bij de beschreven behandelingen/ interventies, aangezien men met warmte- of koude-prikkels zeer gericht bepaalde processen kan stimuleren of tot rust brengen. Algemeen verpleegkundig is het zaak de voor ieder mens individueel *juiste* temperatuur te vinden, door zorg te dragen voor de juiste kleding, het bed-dek, de kamertemperatuur, of door het toevoeren van extra warmte of koude.



Men werkt ook op het gebied van de warmte, wanneer men probeert de eigen activiteit van de patiënt aan te moedigen of juist voor meer rust te zorgen. Warmte kan uit een handdruk, uit een blik, een menselijke ontmoeting spreken en uit enthousiasme voor iets kan men werkelijk van binnenuit 'warmlopen'.

Uit deze beschrijving blijkt, dat deze kwaliteiten steeds zowel letterlijk als overdrachtelijk gewaardeerd worden in hun verhouding tot de mens. De op het lichaam werkende kwaliteiten hebben ook altijd hun invloed op de ziel. Omgekeerd werken, kleuren, geuren en geluiden via het meer of minder bewust beleven in de ziel tot in de lichamelijke processen door.

Hiermee komt men op het terrein van de kunstzinnige therapie. Maar ook met het verzorgen/verplegen kan men deze kwaliteiten bewust hanteren, door - wanneer men daartoe de mogelijkheid heeft - bijvoorbeeld kleuren aan te brengen met bloemen, wellicht een gekleurd gordijn of tafelkleedje, of door een schilderij op te hangen. Wanneer men uit de dagelijkse running is, wanneer men 'patiënt' is geduld moet oefenen voor onbepaalde tijd, vooral wanneer men bedlegerig is, worden de zintuigen gevoeliger voor indrukken. Net als bij heel kleine kinderen werken de indrukken uit de directe omgeving diep door, tot in de lichaamsprocessen. Men kan zich er dan niet zo goed voor afsluiten. Men wordt 'hypersensitief. Men wordt ook 'hyperesthetisch', dat wil zeggen dat lelijke, onaangename of te sterke indrukken veel meer storen, dat echter ook de mogelijkheid ontstaat tot een veel subtieler waarnemen van echtheid, van kwaliteit en schoonheid. Het kan een verrijking voor het hele verdere leven zijn, wanneer dan ook werkelijk kwaliteit op alle gebied wordt aangereikt.

Men heeft een grote verantwoordelijkheid, wanneer men zo therapeutisch-milieu vormend werkt, omdat al deze invloeden onbewust doorwerken tot in de lichaamsprocessen van de mens. Het verzorgen/verplegen kan slechts 'dienstverlening van de hoogste orde' zijn door de voortdurende intentie 'de geholpenen onafhankelijk te laten worden'. Onafhankelijk in die zin, dat de mens - hoe dan ook - zijn eigen ontwikkelingsweg tot zelfverwerkelijking kan gaan. *Respect* hiervoor en *vertrouwen* in de in ieder mens aanwezige mogelijkheden tot genezing, vormen de grondhouding bij het verzorgende/verplegende, 'luisterende' inspelen op deze mogelijkheden.



Het bemiddelen

Dit aspect van de verpleging hebben wij bemiddelen genoemd omdat men zelf, als mens, intermediair is in de gehele verpleegkundige taakuitoefening. De verplegenden of verzorgenden hebben de verantwoordelijkheid voor de continuïteit van de zorg. Zij dragen de zorg aan elkaar over, vormen de verbinding met de voor de patiënt onbereikbare buitenwereld, zorgen dat de relatie met familie en vrienden, met de natuur en de cultuur blijft bestaan of opnieuw wordt gevonden.

De verpleegkundige is de verbindingspersoon, is de 'Mercurius' voor de patiënt. Zoals in de oude mythologie de God Hermes-Mercurius met de gevleugelde voeten als bode der goden in alle werelden kon verkeren en bij goden, mensen en in de onderwereld kon verschijnen, zo heeft ook de verpleegkundige de taak met alle 'werelden' in contact te blijven ten behoeve van de patiënt. De verpleegkundige schept verbindingen voor de aan zijn of haar zorgen toevertrouwde mens zowel in ruimtelijke (met de buitenwereld) als ook in de tijdelijke zin (de continuïteit van zorg). De verpleegkundig of de verzorgende moet zich hiervoor niet alleen kunnen inleven in de belevingswereld, de pijn en de behoeften van de patiënt, maar eveneens het standpunt van andere betrokkenen kunnen begrijpen en zo nodig over en weer kunnen 'vertalen'. De verpleegkundig moet voor verschillende werelden in gelijke mate openstaan. Men kan zelfs zeggen, dat zij of hij deze in zich op neemt, dat *in* de persoon van de verpleegkundige deze verschillende werelden samenkomen. Dit kan men als een echte 'hartfunctie' zien.

Als verplegende/verzorgende neemt men veel op in het hart, dit overwegende, de innerlijke waarde ervan proevende om het te kunnen doorgeven en te verbinden met andere werelden, waarvan men eveneens de innerlijke waarde kent. Wil men goed kunnen vertalen, moet men in beide talen volledig thuis zijn en de kleinste nuances naar waarde kunnen schatten.

Dit is vaak een bijzonder moeilijke taak, omdat men toch makkelijk voor de een meer begrip kan opbrengen dan voor de ander, of dat men door partij te kiezen voor de een, bevooroordeeld is ten opzichte van de ander. De therapeutische kunst van de verpleegkundige bestaat nu daarin, dat 'de verpleegkundige bij de uitoefening van haar taak *zichzelf* zal moeten hanteren als *therapeutisch instrument*.

(de Haan, 1974)



Zelf therapeutisch instrument zijn - is dat mogelijk?

Kan men als medemens geneesmiddel zijn? Wat werkt eigenlijk genezing brengend? In dit boekje, *zieken thuis*, zullen we het steeds weer tegenkomen: Het proces tot genezing, herwinning van de harmonie, kan op gang gebracht worden door een *ontmoeting* met een bepaald element, een kwaliteit of activiteit, met iets wezenlijks en zo ook door een ontmoeting met een *mens*.

De *substantie* voor een medicijn bijvoorbeeld is echter niet zomaar uit de natuur genomen, er is iets mee gebeurd. Zo hebben de homeopathisch-verdunde natuurlijke geneesmiddelen een lang bereidingsproces doorgemaakt. Door ritmische processen is de stof 'gepotentieerd' heeft aan kwaliteit gewonnen, terwijl door het verdunnen de stof zelf fysiek steeds minder aanwezig is. Het is de innerlijke kwaliteit van een bepaalde stof die tijdens dit bereidingsproces steeds meer vrijgekomen is en die wij 'ontmoeten' wanneer ons een dergelijk geneesmiddel wordt aangereikt.

Een *menselijke* ontmoeting is steeds wezenlijk: mensen-ik ontmoet mensen-ik. Wij nemen dit alleen niet altijd waar, zijn vaak bevooroordeeld, sluiten ons ervoor af, laten ons afleiden door uiterlijkheden en eigen genoegens van sympathie of antipathie. De mens kan tegenwoordig nog maar heel zelden natuurlijk en spontaan tot een wezenlijke ontmoeting komen. Ook voor de mens die zichzelf in dienst wil stellen van de genezing, dat wil zeggen die 'therapeut' wil zijn, is zeker 'bereidingsproces' noodzakelijk. Zelfscholing, orde scheppen in de eigen gevoelens, zichzelf kennen en in de hand krijgen, zijn voorwaarden om voldoende onbevangenheid en tolerantie op te brengen om tot een wezenlijke ontmoeting te kunnen komen.

Rudolf Steiner stelde de verpleegkundigen voor, zich - als een echt eigen researchgebied - met de 'Launen', zoals het in het Duits heet, de stemmingen of humeuren van de patiënten bezig te houden. Speciaal daar zou het werkterrein van de verpleging liggen. Deze stemmingen, humeurigheden, wisselvalligheden (zowel aangenaam als onaangenaam) en uitingen ontstaan, wanneer de mens zichzelf niet helemaal in de hand heeft, wanneer men niet helemaal 'aanwezig' is.

Een dergelijke stemming is sterker dan de mens zelf. Het is een bekend fenomeen bij ziekte, oververmoeidheid, levenscrisis of gewoon 's morgens of na een vrije dag. Iedere moeder, iedere verplegende of verzorgende kent het eindeloos 'dwingelandijen', het steeds weer roepen of bellen om niets, het voortdurend aandacht vragen. De patiënt is op zo'n moment niet tevreden te stellen, wil dat ook eigenlijk niet. Hij is wellicht zelf erg ongelukkig over zijn eigen gedrag, maar kan niet anders.

Deze stemmingen zijn bijzonder aanstekelijk! Voor men het weet heeft men op dezelfde toon geantwoord, heeft men vanuit eenzelfde soort irritatie gereageerd en ongewild danst men naar de pijpen van de patiënt. Men komt zo in een bijzonder *onvrije* relatie van op-elkaar-reageren, waarbij van een wezenlijke ontmoeting geen sprake meer kan zijn. En in zo'n situatie fungeert men als verpleegkundige eerder als een spiegel dan als 'therapeutisch instrument', men reageert slechts zonder echt te luisteren naar datgene wat de patiënt eigenlijk met zijn uitingen van ongenoegen heeft te zeggen. Dit te kunnen doorschouwen vereist een hoge mate van zelfkennis



en tegelijkertijd invoelend vermogen in de ander, om vanuit diens standpunt de situatie te kunnen beoordelen. Soms zal een flinke uitbarsting, een ruzie ter ontlasting van de atmosfeer heel gezond zijn; beide partijen kunnen dan weer tot zichzelf komen. Toch is het de opgave van de verpleegkundige om in zulke situaties te beoordelen, welke oplossing nodig en...mogelijk is.

Het vraagt een bijna bovenmenselijke kracht om zo, in het dagelijks contact, dag in dag uit 'therapeutisch instrument' te zijn en de mogelijkheid te bieden voor een ontmoeting. Ook met het bemiddelen kunnen wij slechts *voorwaarden* scheppen, dit is het 'bereidingsproces', het orde scheppen in de eigen ziel. Dat maakt ons dan vrij om *interesse* op te brengen voor de medemens met zijn pijn en angst, zijn ongenoegen en onzekerheid, zodat deze door ons ook echt gevoeld kunnen worden. Dit inter-esse, wat ertussen ontstaat, kan een objectieve kracht zijn, die men kan ervaren en die voor de patiënt een weg opent naar zijn genezing.

Met onze actieve interesse, met onze empathie of liefde (hoe men het ook wil noemen) scheppen wij voorwaarden, onszelf 'als therapeutisch instrument te hanteren'. Hierin ligt de grondhouding voor het verplegend bemiddelen.



Het begeleiden

Bij het verpleegkundige begeleiden gaat het om het meegaan en meeleven met alle ups en downs, iedere dag opnieuw. Hier is de benaming 'broeder' of 'zuster' zeer op z'n plaats; men is bereid voor een zekere tijd lotgenoot te zijn, mee te leven, maar ook vooruit te blikken en de patiënt voor te bereiden op dat, wat komen gaat. Dat kan heel eenvoudig een maaltijd zijn, een injectie of behandeling/interventie, dat kan bezoek zijn of een onderzoek of ingreep. Hoe beter iemand is voorbereid, des te beter zal hij als ik-bewust mens de misschien onaangename situatie aankunnen, des te minder hoeft hij zich onzeker en overweldigend te voelen. Ook iets vreugdevols, bijvoorbeeld voor het eerst opstaan, naar buiten gaan of bezoek ontvangen kan, wanneer dit onvoorbereid gebeurt, bedreigend zijn. Men is dan niet tegen de situatie opgewassen en kan hoogstens tegensputteren.

Maar het ergste is wel, dat men zich niet als *mens* gezien voelt: men gaat zich als een object, als een nummer beleven. Begeleiden is gericht op de geestelijke kern van het mensenwezen, op het ik, dat zelfbewust zijn levensweg bewandelt. Wanneer door de een of andere crisis in de levensloop het zelfbewust zijn is verzwakt is of wanneer er geen 'uitzicht' is om de levensweg zelfstandig verder te kunnen gaan, kan men als 'broeder' of 'zuster' de mens vergezellen, trouw aan zijn, wezen, aan de persoon, aan datgene, wat door de verschijning heen klinkt (=per-sonare).

In het boek *Tobias* (in de apocriefe boeken van het Oude Testament) staat een voorbeeld van begeleiden. Het verhaal speelt tijdens de gevangenschap in Ninive. De oude Tobias blijft trouw aan God en de Wet. Maar hij wordt arm en blind en zendt zijn zoon - de jonge Tobias - naar een vriend, die hij eens geld heeft geleend, om dit nu terug te halen. Hiervoor zal deze een langer reist moeten maken. Hij is nog jong en onervaren en daarom gaat hij op zoek naar een reisgezel. '... Toen ging de jonge Tobias uit en vond een schone, jonge gezelschap, die had zich geschort en gereedgemaakt om te reizen. Maar hij wist niet dat het de Engel Gods was, groette hem en sprak: (...) Weet Gij de weg naar het land Medië? Hij antwoordde: Ik weet hem wel en heb hem dikwijls gereisd...' Deze gezelschap, die dan meegaat, is de engel Rafaël. Hij geeft Tobias moed in bedreigende situaties, zegt hem wat er gaat gebeuren en geeft aanwijzingen voor wat hem dan te doen staat. Zo komt Tobias met rijke gave weer terug en kan zijn vader van diens blindheid genezen. De engel Rafaël erkende de weg, maar ging ook daadwerkelijk mee op deze moeizame tocht.

Dit zijn de beide kanten van het begeleiden: vooruitzien en meegaan, beide zo goed als dat menselijk mogelijk is. Wij kunnen als menselijke begeleiders de weg niet zo goed kennen als de engel. Maar wij kunnen ons wel oefenen in het 'kaartlezen', door alle wetmatigheden van de levensloop te leren kennen, van het verloop van ziekten en van het sterven.

Het bestuderen van biografieën, van 'voorbeeld-reizen', kan zeer verrijkend zijn. Ieder mens gaat een geheel eigen weg, ieder mens pakt een gegeven situatie weer heel anders aan. Wat de een wellicht terneer drukt is voor de ander juist de weerstand, waaraan



hij sterker wordt. Zo kan men een rijk overzicht van verschillende 'reismogelijkheden' krijgen. Iedere biografie is uniek, is uitdrukking van de individualiteit. Het gaat erom door de gebeurtenissen heen te luisteren naar wat daardoorheen spreekt: de persoon.

Alleen als dit 'luisteren', dit samen zoeken naar mogelijke wegen is vaak een hulp. Veelal is een nieuwe weg dan nog niet te zien, maar er kan toch enig licht komen in de situatie. Men kan er een *zin* in gaan zien vanuit het overzicht van de hele levensloop.

Wij leven ons leven gewoonlijk zeer onbewust: gebeurtenissen komen op ons af, daden *doen* we en pas achteraf kunnen wij zien, wat belangrijke momenten waren. Pas in de terugblik gaan wij een rode draad in ons leven ontdekken. Daarin kunnen gebeurtenissen, die wij op het moment zelf als tegenslag of ongeluk hebben beleefd, een zeer positieve rol spelen. Dat kan vertrouwen geven in de zin van de situatie van nu. En het kan moed geven, om er doorheen te gaan, om er alles van te maken!

Door het intensieve luisteren, door het gericht-zijn op de persoon zelf, schept men de voorwaarde waardoor de patiënt zelf wakker kan worden om iets van de zin en de richting van zijn weg in het bewustzijn te krijgen. De diepste voorwaarde, die men bij het verplegend begeleiden schept ligt daarin, dat men de patiënt als mens, als *geestelijk wezen* erkent en probeert te vinden.

Het verplegend/verzorgend begeleiden is in de eerste plaats een verzorgend/verplegend begeleiden, een verzorgend begeleiden. Het is een vooruitzien en zorg dragen voor de *allernaaste* toekomst, voor de eerstvolgende stap, die gedaan moet worden.

Naar het levenseinde toe, bij het sterven, wordt het steeds belangrijker dat men als broeder of zuster aan de zijde van de patiënt blijft en stap voor stap de weg begeleidt, niet voouithollend en niet achterblijven op de werkelijke actuele situatie.

Bij het verplegen/verzorgen van stervenden wordt het samenspel van verzorgen, bemiddelen en begeleiden steeds intensiever. Daar wordt het verzorgen/verplegen van het lichaam en de omgeving tot een begeleiden van het proces; daar wordt het begeleiden tot een voorzorgen om op komende behoeftes te kunnen inspelen.

Dit wordt mogelijk door de kracht die ontstaat uit de interesse, het kunnen meeleven met een ander mens. Dit is de essentie, de therapeutische kunst van het verplegen, waarin men als verpleegkundige voor alles mede-mens is.

Literatuur

- Bruggen van, H. (1989) *de Delta van de Nederlandse verpleging*. Utrecht: Tijdstroom
- Emous- van der Kooij, I., Hees van, S., Willink- Maendel, K., Zonneveld, M. (2009)
Uitwendige therapie, wikkels, kompressen, baden. Zeist: Christoffor.
- Haan, de, M.C. (1974) *verpleging als therapeutisch instrument*. Tijdschrift voor
Ziekenverpleging: 27 jg. Nr. 29, 30-7-1974



Plegan Opleidingen
zorg voor de gehele mens

Zieken Thuis

Verpleegkunde, verzorging en Antroposofie