

Studiedag

"NABIJ EN ONMACHTIG"

Raken en geraakt worden
in de perinatale zorg

23 januari 2025

Provinciehuis Leuven

Binnen de perinatale zorg ontmoeten we mensen in een erg uitdagende periode van hun leven. Dit maakt onze job boeiend én spannend tegelijk.

Sommige verhalen van patiënten raken ons nét iets meer en blijven hangen, ook buiten de uren: we gaan extra ons best doen, soms voorbij onze grens. En tegelijk hebben we het gevoel dat we onvoldoende doen, te kort schieten. Deze patiënten raken onze onmacht en kwetsbaarheid.

Het uitgangspunt is dat we ons moeten laten raken om onze job goed te doen, maar niet ten koste van onszelf. Het is vaak een dunne grens.

Laten we op deze studiedag die grens SAMEN onderzoeken!





PROGRAMMA

9U- 9U30: ONTHAAL

9U30-11U: PLENAIR GEDEELTE

WELKOM EN INLEIDING - SINDY HELSEN (FARA VZW)

KEY NOTE 'ZIEHIER DE MENS' -EVI VAN MIERLO

11U-11U30



11U30-12U30: WORKSHOP 1

12U30-13U30



13U30-14U30: WORKSHOP 2

14U35-15U45: WORKSHOP 3

15U50-16U



16U-16U30: AFSLUITER & SLOTWOORD

- **Welkom en inleiding - S. Helsen (Fara vzw)**

Sommige verhalen van cliënten/patiënten raken ons nét iets meer en blijven hangen ook buiten de uren. We gaan extra ons best doen, soms voorbij onze grens, maar hebben tegelijk het gevoel dat we te kort schieten. Ze raken aan onze onmacht en onze kwetsbaarheid. We kunnen soms niet veel doen, maar zijn toch van grote betekenis. Wat is professioneel handelen precies in deze situaties? Hoe kunnen we blijven staan, in zorg en betrokkenheid én toch ook goed zorgen voor onszelf? Moeten we altijd emotioneel afstand nemen om 'professioneel' te kunnen zijn... én/of om de zorg te kunnen volhouden? Onze patiënten hopen op een ontmoeting van mens tot mens, waarin geraaktheid een gemeenschappelijke bodem is.

- **Key note: 'Ziehier, de mens. Raken en geraakt worden in de perinatale zorg'- E. Van Mierlo (De levenspraktijk)**

Wanneer een mens een ander mens écht tegenkomt, ontstaat er iets nieuw. “Ideas grow from encounters,” zegt Ugazio (2013). Deze lezing toont het belang van nabij durven zijn en blijven: een echte ontmoeting, van mens tot mens. Want ontmoeting inspireert, en luidt het begin van een verandering in. Zowel voor wie luistert als voor wie spreekt. Het is in het raken en geraakt worden dat we leren begrijpen wat er voor ons toe doet.

Als zorgverlener én als zorgvrager. De grens is dun en vroeg of laat bevinden we ons aan de andere kant, hulp geven is hulp ontvangen en omgekeerd. Het is belangrijk na te denken hoe we zelf benaderd willen worden, als mens onder de mensen. Ook zorgverleners zoeken manieren om betekenis te geven aan wat er gebeurt, zeker wanneer onmacht om de hoek komt kijken...

- **‘Ziehier, de mens’ (Ecce homo, Nietzsche) - E. Van Mierlo**

In de workshop gaan we verder op de lezing. Je komt in contact met de (soms hulpeloze) zorgverlener van vlees en bloed die je bent, bewust van je eigen waarden en de verhalen die je over je werkervaring vertelt. Hoe kan je (blijven) investeren in waarde(n)vol werk, van mens tot mens, ook of vooral wanneer je je machteloos voelt?

- **‘Zingevende gespreksvoering- vertragen’ - M. Vosselman**

Als professional wil je mensen graag helpen om hun problemen op te lossen, maar wat nu als er geen oplossingen zijn, maar mensen wel lijden? Je bewust worden van je ‘reparatiereflex’ in reactie op onmacht helpt om te vertragen en je te realiseren dat je niet altijd iets hoeft te doen om van betekenis te zijn. Wanneer er geen oplossingen zijn, helpt present zijn en je niet afwenden vaak al meer dan je denkt. Dat blijkt vaak lastig omdat je er dan niet aan ontkomt dat je wordt geraakt. En die gevoelens van de ander én die van jezelf blijken vaak moeilijk te verdragen. In deze workshop verkennen we hoe je van betekenis kunt zijn bij onmacht, juist door met liefdevolle aandacht aanwezig te blijven.

- **‘Als arts veraf en toch nabij’ - dr. L. Lannoo**

De grens tussen professionaliteit en betrokkenheid is soms moeilijk. Welke emoties zijn aanvaardbaar in een arts-patiënt relatie in moeilijke omstandigheden? Hoe communiceren wanneer het fout loopt? In deze workshop proberen we een paar handvaten te geven en uit te wisselen over good practices vanuit de praktijk van de arts-gynaecoloog.

- **‘In evenwicht blijven staan: grenzen stellen en loslaten in uitdagende zorgsituaties’ - J. Muyldermans**

Als zorgverlener sta je vaak voor de uitdaging om er onvoorwaardelijk voor anderen te zijn, zelfs wanneer de situatie zwaar of complex is. Je voelt misschien de verantwoordelijkheid om het voortouw te nemen, zelfs wanneer je liever een stap terug zou doen. Hoe blijf je stevig staan als het moeilijk wordt? Waar trek je de grens tussen je professionele betrokkenheid en je persoonlijke welzijn? Hoe kan je blijven zorgen voor zowel de ander als jezelf en wie kan je inroepen als steunfiguur? Je hoeft het immers niet alleen te doen. In deze workshop vertrekken we vanuit de praktijk als vroedvrouw en gaan we in op hoe je als zorgverlener kan blijven functioneren vanuit kracht en balans.

- **‘In of out of the box?’ - dr. M. Homblé**

Kan je als zorgverlener in een nabije, open en empathische relatie de zorgvrager met een kwetsbare zwangerschap begeleiden of zal je eerder je grenzen stellen in je betrokkenheid en het toelaten van je emoties? In deze workshop vertrekken we vanuit de praktijk van de huisarts en zullen we proberen, om via het delen van good practices, een kader te schetsen waarin je je veilig kan bewegen of net je comfortzone kan verlaten in een warme, maar steeds professionele arts-patiënt relatie.

- **‘De theorie van de Ikken’ - K. Elen**

In deze workshop verken je je eigen innerlijke delen. Gebaseerd op de theorie van Voice Dialogue zoeken we uit welke subpersonen in ons geactiveerd worden bij bepaalde casussen. Je gaat naar huis met een aantal tools om op een gezonde manier om te gaan met de emotionele impact van je werk.

- **‘Ons lichaam wijst ons de weg’ - L. Jacobs**

Cliënten/patiënten die ons raken, begeleidingen die ons naar de keel grijpen, ons zwaar op de maag vallen, ons de adem ontnemen,... ons lichaam vertelt het ons vaak voor we het ‘weten’. In deze workshop ondervinden we aan den lijve hoe ons lichaam ons ook kan helpen om dichtbij onszelf te blijven, om te herademen, om in evenwicht te blijven wanneer het moeilijk wordt. Hoe er nog blijven staan als je cliënt je raakt?!

Je gaat naar huis met een rugzakje aan kleine, laagdrempelige ademhalings/lichaams - houvasten die je in de auto, tijdens de koffiepauze, tijdens een gesprek kan doen. Win win, ook zelf aanleerbaar aan de jonge ouders of andere cliënten/patiënten die je begeleidt.

- **'De kunst van balanceren tussen mannelijke en vrouwelijke kwaliteiten' - L. Jansen**

We werken dagelijks met mannen en vrouwen, met koppels en individuen. Elk individu draagt mannelijke en vrouwelijke kwaliteiten in zich. Het is de kunst als zorgverlener onze patiënten vanuit balans te ondersteunen. ‘Mannen’ en ‘vrouwen’ doen immers op een eigen-aardige manier appèl op ons, zonder in clichés te vervallen. Hoe en of ze hulp vragen, hoe ze omgaan met mentale uitdagingen verschilt. Mannelijke en vrouwelijke zorgverleners geven anders zorg. Heb jij zicht op jouw balans van mannelijke en vrouwelijke kwaliteiten en hoe deze jou als (vrouwelijke) zorgverlener beïnvloedt in je zorg naar mannen of vaders? Welke moeilijkheden ondervind je soms om met hen in verbinding te gaan? Of wat ontdekte je al dat jou hierin helpt? Je wordt in deze workshop uitgenodigd om hiermee aan de slag te gaan.

WORKSHOPS

- **‘Met een klein gebaar naar warmere zorg’ -E. M. Castro**

Mangomomenten zijn kleine attenties of gebaren die een grote impact hebben op de ander. In deze workshop krijg je inzicht in de theoretische principes die dit concept onderbouwen: Wat zijn de randvoorwaarden? Wat zijn de effecten? Vervolgens gaan we aan de hand van vragen en/of stellingen in gesprek met elkaar: Welk Mangomoment bleef jou het meest bij? Wat deed dat met je? Wat deed dat met de ander? Wat maakt het soms moeilijk om Mangomomenten te creëren? Na deze workshop ga je naar huis met inspiratie en handvaten om mee te bouwen aan een Mangomoment cultuur.

- **‘Het KEUVEL-kader als leidraad voor nabijheid in een persoonlijk-professionele relatie’ - G. Demesmaeker**

Professionals in zorg en welzijn gaan een relatie aan met mensen die zich in een kwetsbare positie bevinden. In deze relatie worden zorgvragers vaak op professionele afstand gehouden. Talloze onderzoeken wijzen echter uit dat de kans op een geslaagd begeleidingstraject groter is als er sprake is van een nabije persoonlijk-professionele relatie. Het KEUVEL-kader biedt praktische en concrete handvatten om met de nodige expertise een warme relatie aan te gaan: K: kracht en kwetsbaarheid als kunst - E: Eigen regie vanuit een empowerende houding - U: uitnodigend en uniek - V: veiligheid en verbinding vanuit vertrouwen - E: empathie vanuit echtheid - L: liefdevol (als zorgzaam en aandachtsvol) door een luisterende houding. Het KEUVEL-kaartspel als reflectietool wordt voorgesteld als hefboom voor relationeel werken.

- **‘Samen als team (sterker) in de kwetsbaarheid’ - K. Alen en S. Helsen**

Het delen van ervaringen en merken dat je niet de enige bent die zich soms kwetsbaar voelt in je professionele rol, kan heel verbindend zijn in teams. In deze workshop benadrukken we het belang van uitwisseling over ons ‘geraakt worden’ met collega’s in intervisie. We presenteren hiervoor een methodiek die beroep doet op onze verbeeldingskracht en gaan hiermee in kleine groep concreet aan de slag. Je krijgt de kans om een eigen casus waarmee je worstelt in te brengen.

- **‘Verbindingskracht’ - dr. B. Singh**

Gevoelens als hard te moeten werken, vast te lopen, onmachtig te zijn, zich leeg te geven, hebben in de zorgverlening vaak te maken met een tekort aan verbindingskracht. Verbinding met jezelf, met de ander en de omgeving is immers de dragende kracht bij alles wat je doet. Als zorgverlener is het belangrijk dat je sterk in je verbindingskracht staat. Het schept immers de juiste voorwaarden en het dragende veld voor de zorgvrager om zich (terug) veilig te voelen en te kunnen verbinden. En het laat de zorgverlener toe om zich te richten op wat er wil gebeuren, in plaats van wat er zou moeten gebeuren, te focussen op wat écht nodig is, in plaats van wat die denkt dat er nodig is, en te zoeken naar de juiste nabijheid, in plaats van het houden van de gepaste afstand. Hierdoor verheldert en vereenvoudigt vanzelf wat eerst moeilijk leek en maakt frictie plaats voor flow. Vanuit verbindingskracht komen we tot zorgzaam zorgen. In deze workshop/interactieve lezing word je uitgenodigd om de kracht van verbinding te savoureren, zoals Binu Singh dat biedt binnen haar vorming "Versterk je verbindingskracht".