

Luisteren naar levensvragen

In gesprek met Mascha Juffermans, verpleegkundig specialist bij Hospice Kajan en consulent in verscheidene Patz-teams.

'Toen ik nadacht over wat 'levensvragen' voor mij betekenen, kwam ik toch weer uit bij dezelfde vragen: wat drijft je? Waar haal je je kracht vandaan?

Toen dacht ik aan de Slufter op Texel en de natuur. Als ik deze foto zie, zie ik mezelf er staan. Ik voel kracht en ik voel me mezelf.'



Foto: Mascha Juffermans

door Mijke van Leersum

HILVERSUM - Mensen reageren soms wat onwennig als Mascha Juffermans over haar werk vertelt: 'De meesten hebben wel eens van een hospice gehoord, maar vaak vallen mensen ook even stil. Ze vragen: 'Ben je dan de hele dag met de dood bezig? En is dat niet heel verdrietig?' Ik leg dan uit dat ik juist veel bezig ben met vragen zoals: Wat geeft zin aan je leven? Wat is voor jou belangrijk geweest? Wat is jouw drijfveer? In de laatste fase van je leven blik je terug: juist de mooie momenten komen dan langs. Bovendien is er ook ruimte voor luchtigheid en humor, dat moet ook wel bij zo'n zwaar onderwerp.'

Levensvragen herkennen

'Het komt maar zelden voor dat iemand met een directe vraag komt,' zegt Mascha. 'Het is makkelijk om te zeggen: ik heb pijn. Het is een stuk lastiger om te zeggen: ik worstel met wat ik heb gedaan in mijn leven.' Toch komt iemand soms ineens met een concrete vraag. 'Laatst kwam tijdens een overleg een echtgenoot ter sprake die had gevraagd: Als we geen nieuwe herinneringen meer kunnen maken, wat is de waarde van ons leven samen dan nog?' Daar waren we allemaal wel even stil van.' Daarnaast zijn er vaak signalen, zegt Mascha: 'Dan komen er bepaalde bubbeltjes naar boven borrelen. Bijvoorbeeld wanneer iemand aangeeft dat hij of zij slecht slaapt. Dat kun je heel praktisch zien als een slaapprobleem, maar je kunt ook doorvragen: Lig je soms wakker? En waar denk je dan aan?'

Even bellen met het centrum

Mascha heeft in haar werk regelmatig te maken met het Centrum voor Levensvragen:

‘Ik werk in een aantal overkoepelende teams, waardoor ik regelmatig mensen naar het CvL kan verwijzen. De rol van de consulent is dan vooral om ruimte te scheppen, te luisteren en inzicht te bieden.’ Artsen staan hier volgens Mascha net iets anders in: ‘Zij zijn verantwoordelijk voor de behandeling en zorg voor de patiënt. De uitkomsten van een gesprek over wensen worden vertaald in het behandelplan. Dat is een ander uitgangspunt.’ Bovendien, vult Mascha aan, zitten zorgverleners ook wat anders in elkaar: ‘In de praktijk zijn we nou eenmaal vaak doeners en gaan we snel over tot actie. Luisteren is veel passiever. Maar,’ zegt ze lachend, ‘als we levensvragen tegenkomen, zeggen we natuurlijk niet: Ho! Ik hoor een levensvraag, stop met praten, eerst even bellen met het Centrum!’

Nooit op de autopiloot

De gesprekken over levensvragen dagen Mascha ook uit om gesprekken op een andere manier te benaderen: ‘Als ik bezig ben met een pijnprobleem heb ik heel veel kennis ter beschikking en kan ik denken: “Wat is mijn plan? Ga ik voor pil A of B?” Maar contact met patiënten is heel persoonlijk en daar neem je dus altijd wat van jezelf in mee. Ik heb inmiddels ook wel geleerd om meer op mijn gevoel te vertrouwen: op wat ik zie en hoor. Zulke gesprekken kunnen niet op de autopiloot, je moet ook iets van jezelf geven. Dat betekent niet dat je het voortouw neemt in het gesprek, maar het gaat niet alleen maar over de ander. Je laat ook altijd iets van jezelf zien.



Foto: Annemieke Borrias

Mascha Juffermans werkt als verpleegkundig specialist bij Hospice Kajan in Hilversum. Daarnaast is ze consulent in verschillende Patz-groepen en in de palliatieteams van Gooi & Vechtstreek en in ziekenhuis Tergooi.