

 **Plegan Opleidingen**

**Oriëntatiecursus**

**Verpleegkunde en Antroposofie**

Voorjaar 2018

**Dit is een uitgave van Plegan Opleidingen**

Secretariaat:

E info@plegan.nl

I www.plegan.nl

T 06 3762 5877 (Carin Buis)

© Niets uit deze uitgave mag worden gekopieerd en/of openbaar gemaakt zonder voorafgaande toestemming van Plegan Opleidingen.

# **Inhoud**

[Verantwoording 4](#_Toc440622564)

[Beginvereisten 4](#_Toc440622565)

[Opbouw 5](#_Toc440622566)

[Doelstellingen 5](#_Toc440622567)

[Waardering en toetsing 6](#_Toc440622568)

[Het procesverslag 7](#_Toc440622569)

[Leerinhoud 8](#_Toc440622570)

[Korte omschrijving in relatie tot de CanMedsrollen… 8](#_Toc440622571) en 9

[Lesdagen 10](#_Toc440622573)

[Dag 1: 14 februari 10](#_Toc440622574)

[Dag 2: 21 februari 10](#_Toc440622575)

[Dag 3: 7 maart 11](#_Toc440622576)

[Dag 4: 14 maart 11](#_Toc440622577)

[Dag 5: 21 maart 12](#_Toc440622578)

[Dag 6: 28 maart 12](#_Toc440622579)

[Dag 7: 4 april 13](#_Toc440622580)

[Dag 8: 11 april 13](#_Toc440622581)

[Dag 9: 18 april 14](#_Toc440622582)

[Dag 10: 25 april 14](#_Toc440622583)

[Aanbevolen Literatuur 15](#_Toc440622584)

[Bijlage: Evaluatieformulier Oriëntatiecursus 18](#_Toc440622585)

1

# **Verantwoording**

Deze syllabus is geschreven als handleiding voor de cursisten van de Oriëntatiecursus Verpleegkunde en Antroposofie. Sinds 1977 wordt deze cursus aan verpleegkundigen en verzorgenden gegeven.

De cursus maakt deel uit van een traject van vier stappen bestaande uit:

- deze Oriëntatie Cursus verpleegkunde en antroposofie

- Voortgezette Opleiding verpleegkunde vanuit antroposofie

- Jaarlijks verplichte nascholingsdagen

- Vrij gekozen bijscholingsdagen

Deze cursus is zowel een op zichzelf staande cursus, en als zodanig een afgerond geheel, en geldt als voorwaarde om te worden toegelaten tot de Voortgezette Opleiding verpleegkunde vanuit antroposofie. De cursus wordt gegeven onder verantwoording van Plegan Opleidingen. Deze stichting heeft als doel het bevorderen en activeren van opleidingen voor verpleegkundigen en verzorgenden volgens de inzichten uit de antroposofie, waarvan Rudolf Steiner de grondlegger is.

Deze Oriëntatie Cursus wil een introductie geven in de verpleegkunde op antroposofische grondslag en is een aanvulling op de reguliere verpleegkunde en verzorging.

In tien lesdagen worden de basisbegrippen van de antroposofie besproken en vertaald naar een gangbaar gebruik in de zorg.

De rol van de verpleegkundige/verzorgende wordt belicht vanuit het antroposofische mensbeeld.

Met een aantal antroposofische therapieën wordt kennisgemaakt door ze te doen en te ondergaan.

Cursusadres:

Kraaybeekerhof: Diederichslaan 25 A te Driebergen

In Lesgebouw in ‘Walnoot’
bereikbaarheid cursusdagen: 06 135 92971, Mirjam Zonneveld

Alle lesdagen zijn van 9.30 – 16.30 uur.

2

# **Beginvereisten**

Deze cursus is bedoeld voor gediplomeerde verpleegkundigen niveau 4 of 5 en verzorgenden (IG) niveau 3.

De beginvereisten zijn:

* diploma A, B, Z, ZV, MDGO-VP, Verzorgenden (IG), MBO-V, of HBO-V;
* belangstelling voor de antroposofie in relatie tot verplegen en verzorgen;
* bereidheid praktisch met de therapieën te oefenen, deze te ervaren en de beleving die dit oproept onder woorden te brengen;
* zelfwerkzaamheid: de huiswerkopdrachten worden thuis gemaakt.

3

# **Opbouw**

In hoofdstuk 4 wordt aangegeven wat in deze cursus geleerd wordt. In hoofdstuk 5 staat hoe dit gewaardeerd en getoetst wordt. Hoofdstuk 6 geeft de inhoud van de cursus in relatie tot de Can Medsrollen kort weer. Het programmaoverzicht in hoofdstuk 7 laat zien hoe de lesdagen zijn opgebouwd en welke voorbereiding daarbij gevraagd is, plus een schatting van de benodigde voorbereidingstijd – in totaal ongeveer 26 uur voorbereidingstijd. In hoofdstuk 8 is een evaluatieformulier opgenomen. Hoofdstuk 9 bevat de aanbevolen literatuur.

Alle lesdagen zijn van 9.30 - 16.30 uur.

4

# **Doelstellingen**

1. De cursist reflecteert op veranderingen van het eigen handelen in de werksituatie. Dit doet de cursist mondeling in de reflectie op de aangeboden lesstof tijdens de terugblik aan het begin van de volgende lesdag.

De cursist beschrijft dit in het procesverslag. Het procesverslag wordt op dag 8 ingeleverd en op dag 10 mondeling gepresenteerd.

1. De cursist reflecteert op de aangeboden kunstvakken en verwoordt in minimaal één reflectie hoe een van deze therapieën kan bijdragen aan het scheppen van een nieuw evenwicht bij de patiënt(en) waar hij/zij mee te maken heeft. Dit wordt in het procesverslag beschreven.
2. De cursist reflecteert op één van de aangeboden uitwendige therapievormen en verwoordt in minimaal één reflectie hoe een van deze therapieën bij kan dragen aan het scheppen van een nieuw evenwicht van een van de patiënten waar hij/zij mee te maken heeft. Dit wordt ook in het procesverslag beschreven.
3. De cursist heeft kennis gemaakt met drie kernbegrippen van het antroposofisch verpleegkundig beroep: verzorgen, bemiddelen en begeleiden. Hij/zij kan in een casus uit het verpleegkundig werkveld deze driegeleding onderscheiden. (Vergrootglasopdracht 1)
4. De cursist reflecteert op het ritme van de afdeling waar hij/zij werkt in relatie tot het ritme van één van de patiënten en verwerkt dit in een casus. (Vergrootglas-opdracht 2)
5. De cursist kan in een casus uit het verpleegkundig werkveld interventies beschrijven ter ondersteuning van de individualiteit, de psychosociale aspecten, de vitaliteit en de somatische aspecten. (Vergrootglasopdracht 3)
6. De cursist maakt kennis met fenomenologie, neemt actief deel aan de oefeningen in de les en reflecteert hierop door 1 aspect uit deze lessen te beschrijven in het procesverslag.
7. De cursist heeft de vaardigheid om in een gesimuleerde omgeving een kamille kompres of stoombad, citroen voet-kuitwikkels en een voetinwrijving uit te voeren. De cursist kan hierbij de medecursist die dit ondergaat zó aanspreken en erbij betrekken dat hij/zij zich gezien voelt. Dit wordt nabesproken in de les en de reflectietijd van de volgende cursusdag.

1. De cursist kan voor minimaal één patiënt een verpleegkundige interventie noemen die een positieve bijdrage levert aan het zelfmanagement van de zieke, zodat die gezonder wordt. Dit wordt besproken in de les en de reflectietijd van de volgende lesdag.
2. De cursist maakt kennis met narratieve zorg, uitgewerkt middels de wetmatigheden in de biografie. De cursist doet actief mee in de lessen over dit onderwerp. In de terugblik de volgende lesdag noemt iedere cursist 1 aspect wat hem of haar geraakt heeft.

5

# **Waardering en toetsing**

Aan het eind van deze cursus wordt een certificaat uitgereikt indien:

* de cursist tenminste 90% van de lessen heeft bijgewoond;
* het procesverslag is ingeleverd;
* de vergrootglasopdracht voldoende is uitgevoerd;
* het procesverslag is gepresenteerd.

Dit certificaat is één van de voorwaarden om tot de vervolgopleidingen van Plegan Opleidingen te worden toegelaten.

Eventueel toegekende accreditatiepunten worden op het certificaat vermeld.

Wordt aan de vereisten niet voldaan, dan wordt een bewijs van deelname uitgereikt.

***Vergrootglasopdracht in 3 opdrachten***

*maximaal drie A4-pagina’s, lettergrootte 12*

*Opdracht 1: Verzorgen, bemiddelen en begeleiden*Beschrijf een of meerdere korte, eenvoudige situaties waarin jij aan het werk bent met een bewoner/patiënt/cliënt. Doe dit alsof je er een vergrootglas op legt. Beschrijf in de ‘ik-vorm’ jouw handelen. Beantwoord de vraag: Wat doe ik hier? Belicht

* vier maal een aspect van verzorgen;
* drie maal een aspect van bemiddelen;
* één maal een aspect van begeleiden.

Motiveer waarom je je handelen of activiteit in deze situatie zo classificeert. Gebruik hierbij de begrippen uit de les over het drieledig mensbeeld.

*Opdracht 2: Ritme*Bedenk voor deze, of andere bewoner(s)/patiënt(en) /cliënt(en) een gezond makend ritme met betrekking tot zijn of haar vitaliteit, individualiteit, psychosociale- en fysiek welbevinden. Beschrijf dit schematisch.

Motiveer kort je keuze voor deze ritmen en beschrijf kort hoe je je plan wilt vormgeven.

*Opdracht 3: De 4 elementen*Kijk naar dezelfde of een andere situatie en noteer waar je aan je patiënt welke van vier elementen aanbiedt:

* Somatische aspecten – Aarde (geef 2x aan)
* Vitaliteitsaspecten - Water (geef 2x aan)
* Psychosociale aspecten- Lucht. (geef 2x aan)
* Individualiteit-Vuur (geef 2x aan)

Leg uit wat je doet.

Lever de opdracht in op dag 6. Op dag 7 krijg je deze opdracht met feedback terug van de cursusbegeleider. Mail de definitieve versie voor dag 8 aan beide cursusbegeleiders: zonneveldm@kpnmail.nl en twannijenhuis@hotmail.com

### **Het procesverslag**

* Het verslag is geschreven in de ik-vorm en aan de hand van concrete door jouzelf ervaren voorbeelden.
* Het verslag omvat minimaal twee en maximaal vier pagina’s (A4).
* Het procesverslag wordt in tweevoud ingeleverd. **De definitieve versie** stuur je per mail aan de cursusbegeleider **zonneveldm@kpnmail.nl**. De digitale versie wordt bewaard in het archief van Plegan Opleidingen.
* Op dag 10 presenteer je deze opdracht aan de groep in drie minuten. Je doet dit geheel op jouw eigen wijze en bent vrij in de vorm die je daarvoor kiest.

Voor aanvang van de cursus heb je in het kort beschreven wat je wist van de antroposofie.

Beschrijf welke ontwikkeling jij hebt doorgemaakt en wat je geleerd hebt in deze oriëntatiecursus. Gebruik hiervoor ook je eyeopeners. Beschrijf met concrete voorbeelden wat je hiermee in je beroep en dagelijks leven kunt doen.

Verwerk ook onderstaande punten in het verslag:

1. Reflecteer op de lessen fenomenologie en beschrijf minimaal één aspect dat je opviel in jouw proces van waarnemen en oordelen.
2. Geef minimaal één reflectie van hoe de kunstvormen/therapieën kunnen bijdragen aan het scheppen van nieuw evenwicht bij een patiënt (bewoner/cliënt) in je werksituatie.
3. Geef minimaal één reflectie van hoe uitwendige therapie kan bijdragen aan het scheppen van nieuw evenwicht bij een patiënt (bewoner/cliënt) binnen jouw werksituatie of iemand uit je privésituatie.

Lever de opdracht in tweevoud in op dag 8. Op dag 9 krijg je deze opdracht met feedback terug van de cursusbegeleider. Mail de definitieve versie uiterlijk zondag voor de laatste cursusdag voor 12 uur naar beide cursusbegeleiders.

6

# **Leerinhoud**

### **Korte omschrijving in relatie tot de CanMedsrollen**

1. In de antroposofie is ontwikkeling een sleutelbegrip. De eerste lezing gaat over ons beroep aan dehand van de mensheidsontwikkeling. Positiebepaling van de verpleegkundige in de huidige tijd waarin gezondheidszorg zich specialiseert en individualiseert. De verpleegkundige als interdisciplinair samenwerkings-partner kan dit als professional vanuit compassievorm geven. (Schaufeli, 2011) De organisatie van verpleegkundig en opleidend Nederland: vervolgscholing, BIG-registratie, het kwaliteitsregister, vereniging en vakbond komen op de laatste lesdag aan de orde. *Professionaliteit en kwaliteit*
2. Beroepsprofiel: regulier en antroposofisch. Het antroposofisch drieledig mensbeeld (lichaam, ziel en geest) komt aan de orde en hoe dit drieledig mensbeeld is terug te vinden in de visie op verplegen. Kernbegrippen in deze visie zijn: verzorgen, bemiddelen en begeleiden*.* Het onderzoek van Machteld Huber (BMJ, 2011) (Huber, 2011), haar definitie van gezondheid, gebaseerd op de zes pijlers van positieve gezondheid, onderbouwt deze drie begrippen. *Klinisch handelen*
3. Belevingsgerichte zorg (Kruithof, de Nooijer, de Gier & Klingeman, 2013) gaat uit van het eigen ritme. Een goed ritme werkt gezondheidsbevorderend. We belichten het 24-uurs, week, maand en jaarritme. Hoe dit in de dagelijkse zorg kan worden ingezet als interventie ter bevordering van de vitaliteit en zelfmanagement(Ursum, Mieke, Heijmans, Cardol, & Schellevis, 2011) *Klinisch handelen*
4. De wereld en wijzelf bestaan uit aarde, water, lucht en vuur (warmte). Deze elementen al door Hypocrates beschreven, worden in het antroposofisch vierledig mensbeeld uitgewerkt. Je kunt de mens beschrijven als een individualiteit (ik-organisatie), waarin psycho-sociale aspecten (astraallichaam), vitaliteit (ether of levenskrachtenlichaam) en somatische aspecten (fysieke lichaam) een rol spelen (Baart & Grypdonck, 2008). Dit wordt uitgewerkt in casuïstiek en reflectie van de cursist op zijn eigen beroepsmatig handelen. *Klinisch handelen*
5. Waarnemen en oordeelsvorming vanuit fenomenologie (van Gelder, 2004) om de zieke mens als beroepsbeoefenaar beter te kunnen waarnemen en te zorgen voor een juiste interventie op het juiste moment. Hoe verloopt dit proces? Wat speelt er mee bij het vormen van een oordeel? *Communicatie*
6. Gezondheidsinstandhouding en ondersteuning van het zelfgenezend vermogen met o.a. antroposofische zelfzorggeneesmiddelen:
* Kamille olie buikkompres voor o.a. de stoelgang
* citroen voet-kuitwikkels om stuwing bij koorts te verminderen
* de voetinwrijving met koperzalf b.v. bij slaapproblemen

Deze uitwendige therapieën zijn antroposofisch-verpleegkundige handelingen. Deze zijn in de Zwitserse Ita Wegman Kliniek in Arlesheim door Ita Wegman (een Nederlandse arts) in samenwerking met Rudolf Steiner ontwikkeld. Door waarneming en onderzoek worden deze therapieën steeds verder ontwikkeld. In de vaardigheidstraining worden drie uitwendige therapieën aangeleerd en ervaren. Aanleren gaat m.b.v. de presentietheorie (Baart & Grypdonck, 2008) en de richtlijnen uitwendige therapieën, (Emous, van Hees, Willink-Maendel, & Zonneveld, 2009) ontwikkeld volgens de Delphi methode (best practice). De relatie tussen de genezende substantie (o.a. kamille, citroen en koper) en de mens wordt aangegeven. *Klinisch handelen*

1. Ziek zijn en gezond worden. Je kunt vanuit antroposofie ziekten indelen in warme en koude ziekten. Van hier uit wordt gekeken naar het vermogen van mensen zich aan te passen en een eigen regie te voeren in het licht van dagelijkse fysieke, emotionele en sociale uitdagingen. Zoals in het uitgangspunt de definitie van gezondheid staat beschreven. (Huber, 2011). *Professionaliteit en kwaliteit*
2. Narratieve zorg (Bohlmeijer, Randall, Tromp, & Stikkel, 2007) uitgewerkt in de wetmatigheden van de biografie en de consequenties van ziekten in een bepaalde levensfase. Ieder mens ontwikkelt zich individueel, er zijn overeenkomsten en verschillen in de verschillende levensfasen. De betekenis van ziekte in een mensenleven in relatie tot de levensfase waarin iemand verkeert, wordt besproken. *Professionaliteit en kwaliteit*
3. Tijdens de cursus wordt kunstzinnig werken voor verpleegkundigen ingezet om de aangeboden stof te verwerken. En tevens om begrip te krijgen voor deze therapievormen waarnaar patiënten verwezen kunnen worden. Er wordt gebruikgemaakt van zang, om ook aan elkaar te wennen en samenwerking te bevorderen; beeldend- kunstzinnige therapie; psychomotore therapie en euritmietherapie. *Samenwerking*

7

# **Lesdagen**

Tijdens alle cursusdagen is één of zijn beide cursusbegeleiders, Mirjam Zonneveld en Twan Nijenhuis, aanwezig.

### **Dag 1: 15 maart 2017**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 09.30-09.45 | Introductie  | Cursusbegeleiding |
| 09.45-11.15  | Positiebepaling van de verpleegkundige | Sonja van Hees |
| 11.15-11.30  | Koffie |  |
| 11.30-12.45 | Introductie antroposofie | Cursusbegeleiding  |
| 12.45-13.30 | Lunch |  |
| 13.30-14.30 | Kunst: Zingen | AnnaMaria van Keulen |
| 14.45-16.15 | Uitwisseling van de huidige individuele positie  in de verpleegkunde (kennismaking) | Cursusbegeleiding |
| 16.15-16.30 | Afsluiting | Cursusbegeleiding |

*Voorbereiding voor dag 1*: **1 uur**

Schrijf op maximaal één A4 je beginsituatie (verkenning):

Wat weet je van antroposofie?

Welke vragen wil je in deze oriëntatiecursus beantwoord hebben?

### **Dag 2: 22 maart 2017**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 09.30-10.00  | Reflectie op de vorige cursusdag  | Cursusbegeleiding |
| 10.00-10.15 | Koffie  |  |
| 10.15-12.45  | Verzorgen, bemiddelen begeleiden  | Mirjam Zonneveld  |
| 12.45-13.30 | Lunch |  |
| 13.30-14.30  | Kunst: Euritmie  | Jill Meulman |
| 14.45-16.15  | Groepsopdracht, voorbeeld vergrootglasopdracht 1: verzorgen, bemiddelen, begeleiden a.d.h.v. casuïstiek  | Cursusbegeleiding |
| 16.15-16.30 | Afsluiting | Cursusbegeleiding |

*Voorbereiding voor dag 2*: **3 uur**

1. Reflecteer op de inhoud van de vorige lesdag
* over de kunstzinnige inhoud: zingen
* over positiebepaling van de verpleegkundige
1. Lees ter voorbereiding uit de reader
* artikel 1: Rudolf Steiner en de vernieuwing van de cultuur door Maurits in ’t Veld
* artikel 2: Antroposofie en verpleegkunde door Tineke van Benthem
* artikel 14: Euritmietherapie (uit Weledaberichten 1996, nr. 16)

### **Dag 3: 29 maart 2017**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 09.30-10.00  | Reflectie op de vorige cursusdag  | Cursusbegeleiding |
| 10.00-10.15 | Koffie  |  |
| 10.15-11.45  | Verdieping verzorgen, bemiddelen begeleiden (door bespreken vergrootglasopdracht)  | Cursusbegeleiding  |
| 11.15-12.45 | Ritme | Cursusbegeleiding |
| 12.45-13.30 | Lunch |  |
| 13.30-14.30 | Zingen | AnnaMaria v. Keulen |
| 14.45-16.15 | Inleiding zelfmanagement m.b.t. antroposofische zelfzorggeneesmiddelen en uitwendige therapie vanuit de blik van de arts  | Thomas Kelling  |
| 16.15-16.30 | Afsluiting en vooruitblik | Cursusbegeleiding |

*Voorbereiding voor dag 3*: **4 uur**

1. Reflecteer op de inhoud van de vorige lesdag
* de kunstzinnige les: euritmie
* verzorgen, bemiddelen, begeleiden.
1. Maak de eerste vergrootglasopdracht, neem mee naar de les.
2. Lees ter voorbereiding uit de reader
* artikel 8: Het wezen van de mens, door M. Loosjes-Roelofs
* artikel 6: Kracht putten uit ritme, van Ineke van Duyn Schouten.

### **Dag 4: 5 april 2017**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 09.30-10.00  | Reflectie op de vorige cursusdag  | Cursusbegeleiding |
| 10.00-10.15 | Koffie  |  |
| 10.15-12.45  | Fenomenologie | Auke van der Meij |
| 12.45-13.30 | Lunch |  |
| 13.30-14.30 | Kunst: Euritmie  | Jill Meulman |
| 14.45-16.15  | Vier elementen en de relatie met de mens als een individualiteit waarin het psychosociale aspecten, vitaliteit en somatische aspecten een rol spelen | Cursusbegeleiding |
| 16.15-16.30 | Afsluiting en vooruitblik | Cursusbegeleiding |

*Voorbereiding voor dag 4:* **3 uur**

1. Reflecteer op de inhoud van de vorige lesdag
* de kunstzinnige les: zingen
* ritme
* zelfmanagement en uitwendige therapie.

1. Lees ter voorbereiding
* artikel 3: Het wezen van de mens, door R. Steiner

N.B.: **bestudeer extra** de eerste 15 regels van dit artikel

* artikel 7: De aarde…, door Joop van Dam
* artikel 9: Drieledigheid en vierledigheid, door Edmond Schoorel
* artikel 16: Beeld van een veranderende visie op de verpleegkunde, door Juske Manssen.
1. Lever in
* Vergrootglasopdracht 1, bijgewerkt in tweevoud
* Vergrootglasopdracht 2, in tweevoud

### **Dag 5: 12 april 2017**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 09.30-10.00  | Reflectie op de vorige cursusdag  | Cursusbegeleiding |
| 10.00-10.15 | Koffie  |  |
| 10.15-11.45  | Ziek zijn en gezond worden | Loes van den Heuvel |
| 11.45-12.45 | Fenomenologie (citroen) | Cursusbegeleiding |
| 12.45-13.30 | Lunch |  |
| 13.30-14.30 | Kunst: Kunstzinnig werken, tekenen  | Heleni Greeve |
| 14.45- 16.15  | fenomenologie  | Auke van der Meij |
| 16.15-16.30 | Afsluiting  | Cursusbegeleiding |

*Voorbereiding voor dag 5:* ***3 uur***

1. Reflecteer op de inhoud van de vorige lesdag
* de kunstzinnige les: euritmie
* fenomenologie
* de 4 elementen.
1. Lees ter voorbereiding
* artikel 5: Mens en geneesplant, door H. H. Schuffler
* artikel 10: De huid als bemiddelaar tussen binnen- en buitenwereld, door dr. W. Buhler
* artikel 11: Genezing via de huid, door E. Eicher.
* voor de les over beeldend werken:
artikel 15: Kunstzinnige therapie door Eva Mees-Christeller.

### **Dag 6: 19 april 2017**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 09.30-10.00  | Reflectie op de vorige cursusdag  | Cursusbegeleiding |
| 10.00-10.1510.15-11.15 | Koffie Inleiding zelfmanagement m.b.t. antroposofische zelfzorggeneesmiddelen vanuit verpleegkundig perspectief Fenomenologie kamille | Cursusbegeleiding |
| 11.15-12.45  | Wetmatigheden in de levensloop | Leo van Gugten |
| 12.45-13.30 | Lunch |  |
| 13.30-14.30 | euritmie | Jill Meulman |
| 14.45- 16.15  | Vaardigheidstraining met zelfzorggeneesmiddelen: Uitwendige therapie (citroen voet-kuitwikkel)  | Cursusbegeleiding |
| 16.15-16.30 | Afsluiting  | Cursusbegeleiding |

*Voorbereiding voor dag 6:* **4 uur**

1. Reflecteer op de inhoud van de vorige lesdag
* de kunstzinnige les: (vorm)tekenen
* ziek zijn en gezond worden
* fenomenologie
1. Lever de vergrootglasopdracht 1 en 2 (eventueel herzien) en vergrootglasopdracht 3 in, in tweevoud.
2. Houd er rekening mee dat je voor de praktijklessen zélf uitwendige toepassingen ondergaat
3. Lees ter voorbereiding
* artikel 12: Koorts, een genezend warmteproces, door O. Wolf.
* voor de les Wetmatigheden in de levensloop:
artikel 13: Je leven in de hand nemen door G. Burkhard

### **Dag 7: 3 mei 2017**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 09.30-10.00  | Reflectie op de vorige cursusdag  | Cursusbegeleiding |
| 10.00-10.15 | Koffie  |  |
| 10.15-11.30  | Individuele bespreking van de huiswerkopdracht  | Cursusbegeleiding |
| 11.15-12.45 | Wetmatigheden van de levensloop  | Leo van Gugten |
| 12.45-13.30 | Lunch |  |
| 13.45-14.30 | Kunst: Beeldend werken, schilderen | Leni Greeve |
| 14.30 -16.15  | Vaardigheidstraining met zelfzorggeneesmiddelen: Uitwendige therapie (kamille buikkompres)  | Cursusbegeleiding |
| 16.15-16.30 | Afsluiting  | Cursusbegeleiding |

*Voorbereidingen dag 7:* **2 uur**

1. Reflecteer op de inhoud van de vorige lesdag
* Wetmatigheden in de levensloop
* vaardigheidstraining uitwendige therapie (ervaringen citroen voet-kuitwikkel).
* Kunstzinnig werken: euritmie

1. Houd er rekening mee dat je voor de praktijklessen zélf

uitwendige toepassingen ondergaat

**Dag 8: 10 mei 2017**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 09.30-10.00  | Reflectie op de vorige cursusdag  | Cursusbegeleiding |
| 10.00-10.15 | Koffie  |  |
| 10.15-11.00  | Fenomenologie (metaal koper )  | Cursusbegeleiding |
| 11.00-12.45  | Ziekte in de biografie  | Paul Schmitz |
| 12.45-13.30 | Lunch |  |
| 13.45-14.30 | Kunst: euritmie | Jill Meulman |
| 14.30-16.15  | Vaardigheidstraining met zelfzorggeneesmiddelen (koperzalf voetinwrijving) | Cursusbegeleiding |
| 16.15-16.30 | Afsluiting  | Cursusbegeleiding |

*Voorbereiding dag 8:* **2 uur**

1. Reflecteer op de inhoud van de vorige lesdag
* de kunstzinnige les: Beeldend werken schilderen
* wetmatigheden van de levensloop. Noem minimaal één item wat je geraakt heeft.
1. Lees ter voorbereiding

voor de les Ziekten in de levensloop:
artikel 13: Je leven in de hand nemen door G. Burkhard.

1. Lever in procesverslag, versie één in tweevoud (zie blz 8)

### **Dag 9: 17 mei 2017**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 09.30-10.00  | Reflectie op de vorige cursusdag  | Cursusbegeleiding |
| 10.00-10.15 | Koffie  |  |
| 10.15-12.00  | Ziek zijn en gezond worden (antroposofische medicatie)  | Joost Laceulle |
| 12.00-12.45  | Reflectie (bespreking voortgang procesverslag)  | Cursusbegeleiding |
| 12.45-13.30 | Lunch |  |
| 13.30-14.30 | Kunst: Beeldend werken, boetseren | Leni Greeve |
| 14.45- 16.15  | Fenomenologie (beeldvormende bespreking)  | Cursusbegeleiding |
| 16.15-16.30 | Afsluiting  | Cursusbegeleiding |

*Voorbereiding dag 9:* **1 uur**

1. Reflecteer op de inhoud van de vorige lesdag
* de kunstzinnige les: euritmie
* ziekte in de biografie
* koper
* de vaardigheidstraining.
1. Lees ter voorbereiding
* voor de les Antroposofische medicatie
artikel 4: Wat is potentiëren?

### **Dag 10: 24 mei 2017**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 09.30-10.00  | Reflectie op de vorige cursusdag  | Cursusbegeleiding |
| 10.00-10.15 | Koffie  |  |
| 10.15-11.45  | Positie bepaling van de verpleegkundige, innerlijke scholing | Sonja van Hees |
| 11.45-12.45 | Kunst: Zingen  | A.M. van Keulen |
| 12.45-13.30 | Lunch |  |
| 13.30-14.15 | Praktische aspecten aan positiebepaling van de verpleegkundige | Cursusbegeleiding  |
| 14.15 16.15  | Presentatie eindopdracht en evaluatie  | Cursisten |
| 16.15-16.30 | Afsluiting  | Cursusbegeleiding |

*Voorbereiding:* **3 uur**

1. Reflecteer op de inhoud van de vorige lesdag
* ziek zijn en gezond worden
* fenomenologie
* kunstzinnige les: Beeldend werken, boetseren
1. Bereid je voor op de presentatie van je procesverslag. Haal er essentiële punten uit die je wilt delen met de groep. Je mag dit op geheel eigen wijze doen. Iedere presentatie duurt 3 tot 5 minuten.

1. Vul het evaluatieformulier in en lever het in bij de cursusbegeleiding.

# **Aanbevolen Literatuur**

8

De lijst is niet compleet en de cursusleiding houdt zich aanbevolen voor goede tips.

## Verpleegkunde

Baart, A., & Grypdonck, M. (2008): *Verpleegkunde en Presentie*. Utrecht: Lemma.

Benthem, T. van e.a. (1980): *Ziekenthuis. Praktische wenken op basis van de antroposofie* (niet meer verkrijgbaar)

Benthem, T. van: “Antroposofische verpleegkunde” in *Delta van de Nederlandse verpleegkunde.* Nr 62 (De Tijdstroom).

Bezuijen, T. (2011): *Uitwendige therapie in de oncologische zorg*. Reith Hendriks & partners. ISBN:9789081549394.

Bohlmeijer, E., Randall, B., Tromp, T., & Stikkel, A. (2007): *Leerprogramma narratief werken.* Utrecht: Trimbos instituut.

Emous, I., Hees, S. van, Willink-Maendel, K., & Zonneveld, M. (2009): *Uitwendige therapie, wikkels, kompressen, baden.* Zeist: Christofoor.

Dam, J. van (2012): *Stemmingen Menskundig beschouwd.*
Bussum: V&VN Antroposofische-Zorg.

Davina, J. (1994): *Uitwendige therapie en begeleiding van ouders.* (Publicatie nr. 9)Arnhem: Stichting Onderzoek je eigen werk.

Engelen,P. van (1991): *Al doende leert men. Een bijdrage aan de ontwikkeling van het verpleegkundig beroep, geïnspireerd vanuit antroposofie.* (Publicatie nr. 4)Arnhem: Stichting Onderzoek je eigen werk.

Freeve, K., Minne, W. & Taylor, E. (2009): *De beeldvormende bespreking. Complementaire diagnostiek in de psychiatrie.* Utrecht: Pentagon.

Kruithof, A., Nooijer de, N., Gier de, C., & Klingeman, C. (2013*): Belevingsgerichte zorg voor ouderen met dementie.* Rotterdam: Kenniscentrum Zorginnovatie.

Paassen, M. van & Wormer, P. (1996): *Uitwendige therapie in de praktijk*. (Publicatie nr. 13)Arnhem: Stichting Onderzoek je eigen werk.

Schaufeli, W. (2011): *Waarom bevlogenheid? Is tevredenheid niet voldoende?* Utrecht: Schouten & Nelissen.

Wessels, P. (1996): *Verplegen vanuit antroposofisch perspectief. Gezichtspunten.* Doetinchem, Centrum Sociale Gezondheidszorg.

Ursum, J., Mieke, R., Heijmans, M., Cardol, M., & Schellevis, F. (2011): *Zorg voor chronisch zieken, overzichtsstudies.* Utrecht: Nivel.

## Koorts

Staal, P. (1993): *Koorts. Gezichtspunten*. Doetinchem, Centrum Sociale Gezondheidszorg.

***Koper***

Dam, J. van: “Koper” (Weleda berichten nr. 173, zomer 1997).

## Antroposofische geneeskunde

“Antroposofische geneeskunde” (Weleda berichten nr. 156, april 1992)

Bott, V. (1985): *Antroposofische geneeskunde*. Zeist: Christofoor.

Franken, N. (1993): *Antroposofische geneeskunst. Gezichtspunten.* Doetinchem: Centrum Sociale Gezondheidszorg.

Huber, M. (2011): “How should we define health?” BMJ 2011;343:d4163.

## Medicatie

Gelder van, T. (2004): *Fenomenologie.* Driebergen: Louis Bolk Instituut.

Ruiter, H. de (1994):*Antroposofische geneesmiddelen. Gezichtspunten* Doetinchem, Centrum Sociale Gezondheidszorg.

***Drieledig mensbeeld***

Bühler, W. (2011): Het lichaam als instrument van de ziel. Zeist: Christofoor.

Steiner, R.: “Het wezen van de mens” in; Theosofie. Zeist: Christofoor.

In de meeste boeken die genoemd zijn bij het onderwerp verpleegkunde, komt ook het drieledig mensbeeld aan de orde.

***De vier elementen/wezensdelen***

Schoorel, E. (1998): *De eerste zeven jaar, kinderfysiologie*. Zeist: Christofoor.

Benthem, T. van e.a. (1980): Ziekenthuis.

zie onder verpleegkunde

*Werkboek antroposofische menskunde,* deel 1: de 4 wezensdelen, Medische sectie Nederland.

## Ritme

“Ritme als fundament van het leven” (Weleda berichten nr. 131, december 1983).

Bühler, P. (1979): *Ieder jaar is anders.* Zeist: Christofoor.

## De levensloop van de mens

Antroposofische gezichtspunten tav dementie (2017 gezichtspunten 59)

Ántroposofische zorg bij kinderziekten (2017 gezichtspunten 58 )

Burkhard, G. (2004): Je leven in de hand nemen. Zeist: Vrij Geestesleven.

Lauenstein, D. (1978): *Wetmatigheden in de levensloop.* Zeist: Christofoor.

Wais, M.(1995): *Biografische verkenningen*. Zeist: Christofoor.

Welman, A.J.(2001): De menselijke levensloop. Zeist: Christofoor (3e druk)

Kohler, H., Heijder, W. en Domen, M (2006): *Het angstige kind.* Zeist: Christofoor.

Oehms, H. (2000): *Ken je karma.* Zeist: Christofoor*.*

Doorn, M. van (1994): *Karma als kans.* Zeist: Christofoor.

***Planten***

Beekman, W.  & Olofsen, F. (2000): *Flora’s kus*, *Weleda’s 19 meest gebruikte verzorgingsplanten.* Atlelier Rijksbouwmeester.

Dam, J. van en Engelen, P. van (2010): *Werkboek geneesplanten en hun toepassingen in de uitwendige therapie.* Bussum: V&VN Antroposofische-Zorg. 2e druk.

 *(2000)*

Romunde, D. van (2000): *Over vormende krachten in de plantenwereld*. Atlelier Rijksbouwmeester. ISBN: 9090134263.

***Innerlijke ontwikkeling en therapie***

Dam, J. van (2011): *Het zesvoudige pad*, *basisoefeningen voor spirituele ontwikkeling.* Zeist: Vrij Geestesleven.

Laufer, M. (2008): *Concentratie, praktische weg naar evenwicht, effectiviteit en zelfsturing*. Zeist: Christofoor.

Lievegoed, B.(1993): *Mens op de Drempel*, Zeist: Vrij Geestesleven.

Otto Scharmer, C. (2010): *Theorie U, leiding vanuit de toekomst die zich aandient,* Zeist: Christofoor

Steiner, R.(2006): *Praktische ontwikkeling van het denken.* Zeist: Vrij Geestesleven. (9e druk)

Zajonc, A. (2009): *Meditatie,* Zeist: Christofoor

**Brochures Gezichtspunten uitgegeven door Centrum Sociale Gezondheidszorg** zijn te bestellen via

tel. 0321-339966 of [www.gezichtspunten.nl](http://www.gezichtspunten.nl)

Adres: Rijdersgulden 9, 8253 CP Dronten

Voor België Vereniging Antroposofische Gezondheidszorg: Palmenlaan 7, Hoevenen, tel. 03-6057819 of vag.assa@skynet.be

**Publicaties uitgegeven door de Stichting Onderzoek je eigen werk in Arnhem** zijn te bestellen via

tel. 026-351 4098

**Weledaberichten** zijn niet na te bestellen, maar de bibliotheek van de Antroposofische Vereniging in Den Haag kan wel kopieën maken van de gewenste stukken tegen kopieervergoeding. Zelf kopiëren aldaar is ook mogelijk.

Tel. 070-354 118. Geopend van maandag, woensdag en vrijdag van 10.00-13.00 uur.

***Bijlage: Evaluatieformulier Oriëntatiecursus***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| O | Via een bekende | O | Door een eerder gevolgde cursus van Plegan Opleidingen |
| O | Via de nieuwsbrief |
| O | Via de website | O | Anders, te weten: |

**1. Hoe wist je van deze oriëntatiecursus?**

|  |
| --- |
| Ja / Nee |
| Toelichting: |

**2. Voldeed de oriëntatiecursus aan je verwachtingen?**

|  |
| --- |
| Toelichting: |

**3. Wat heeft je geraakt tijdens de oriëntatiecursus?**

|  |
| --- |
| Ja / Nee |
| Zo nee, welke doelen niet en waar ligt dat aan: |

**4. Heb je de opleidingsdoelen behaald?**

|  |
| --- |
| Ja / Nee |
| Zo ja, licht toe met een concreet voorbeeld: |

**5.**  **Kon je inzichten, attituden en vaardigheden op je eigen werkplek herkennen en toepassen?**

**6. Tot welke eigen activiteiten werd je aangezet door deze cursus?**

|  |
| --- |
|  |

**7. Wat heb je gehad aan de kunstzinnige activiteiten, tekenen en euritmie?**

|  |
| --- |
|  |

**8. Noem minimaal één les die jou inspireerde en licht dit toe.**

|  |
| --- |
|  |

**9. Noem minimaal één les die voor verbetering vatbaar is en licht toe.**

|  |
| --- |
|  |

**10. Wat wil je ons als begeleiders zeggen? Complimenten en punten ter verbetering:**

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |

**11. Hoeveel tijd heb je per week aan huiswerk besteed?**

|  |
| --- |
| 1 = zeer slecht; 5 = uitstekend |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**12. Wat is je mening over de cursusopzet?**

**13. Wat vond je van de dagindeling?**

**14. Wat is je mening over de studiebelasting?**

**15. Wat vond je van de gebruikte leermiddelen?**

**16. Gastdocenten: waren zij bekwaam en inspirerend?**

**17. Wat is je mening over de beoordeling van de toetsen?**

**18. Heb je suggesties ter verbetering van de Oriëntatiecursus Verpleegkunde vanuit antroposofie?**

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
| Ja / Nee / Misschien |
| Zo ja welke? |

**19.**  **Wil je een vervolgopleiding van Plegan Opleidingen volgen?**

*Veel dank voor het invullen van deze enquête!*

*De cursusbegeleiders.*