



Landelijk
Expertisecentrum
Sterven

Programma

2018/2019

‘Het meest wonderbaarlijke ter wereld
is het gegeven dat mensen om ons heen
kunnen sterven terwijl we nog altijd niet geloven
dat dit ook ons zal overkomen.’

Oosterse wijsheid



Landelijk
Expertisecentrum
Sterven

Inhoud

Intensive ‘Omgaan met Sterven’	3
Inleiding	3
Doelgroep	4
Data en duur van de opleiding	4
Aantal deelnemers	4
Tijdsinvestering	4
Eisen vooropleiding	4
Kosten	4
Eindtermen	7
Literatuurlijst Intensive ‘Omgaan met Sterven’	8





Intensive ‘Omgaan met Sterven’

Start: vrijdag 5 oktober of zaterdag 6 oktober 2018 | Vijverhof 3734 DB, Den Dolder

Inleiding

In de intensive ‘Omgaan met Sterven’ op post-HBO niveau wordt u intensief voorbereid c.q. vindt verdieping en/of verfijning plaats in de begeleiding van stervenden vanuit de visie dat uzelf uw eigen instrument bent. Verbinding met en verdieping in het eigen proces zijn daarbij uitgangspunt. Onze opleiding tot stervensbegeleider rust op twee pijlers, t.w. begrip en bewustzijn. Enerzijds gaat het om het ontwikkelen van diepgaand begrip (hoofd en hart) over de gelaagdheid van het proces van sterven, en over de beleving en behoeften van stervenden. Anderzijds gaat het om zelfbewustzijn en zelfkennis die een voortdurend verruimen en ontwikkelen van bewustzijn vragen.

Aan het eind van dit opleidingstraject bent u zich bewust van de gelaagdheid van het stervensproces, heeft u niet alleen een eigen visie en autonome kennis ontwikkeld op sterven en dood maar heeft u ook handvatten om dienstbaar te kunnen zijn aan het proces van sterven.

Thema's die onder andere aan de orde komen:

- Kwetsbaarheid en kracht
- Lijden en overgave
- Doodsangst en vertrouwen
- Eigenheid en ziel
- Communicatie en verbinding
- Levenseinde-ervaringen
- Euthanasie
- Orgaandonatie

Bijeenkomsten bestaan uit diverse werkvormen zoals geleide meditaties, korte inleidingen, praktische en speelse werkopdrachten, reflectie oefeningen in kleine groepjes afgewisseld met groepsdiscussies. Gewerkt wordt met ervaringen vanuit de praktijk.

Doelgroep

Voor onder meer beroepskrachten in de terminale zorg, geestelijk verzorgers, specialisten ouderengeneeskunde, verpleegkundigen.

Data en duur van de opleiding: in te schrijven voor 9x vrijdag of 9x zaterdag, start 5 resp. 6 oktober 2018 (10.00 – 16.30 uur). Bijeenkomsten 1x per maand. Duur van de opleiding 9 maanden.

5 of 6 oktober
9 of 10 november
7 of 8 december
11 of 12 januari
8 of 9 februari
8 of 9 maart
12 of 13 april
10 of 11 mei
14 of 15 juni

Aantal deelnemers

Minimaal 10, maximaal 14.

Tijdsinvestering: 221 uur t.w. contact uren 54, literatuurbestudering 131 uur, huiswerkopgaven 36 uur

Eisen vooropleiding: HBO of MBO met vijf jaar ervaring in zorg of psychosociale begeleiding.

Kosten: € 1.775 incl. koffie/thee, lunch en materiaal. Conform onze algemene voorwaarden wordt uw deelname aan de opleiding ‘Omgaan met sterven’ definitief na overmaking van € 400,—. Het restantbedrag van € 1.375,— dient uiterlijk 4 weken voor aanvang van de opleiding te zijn overgemaakt. In overleg is gespreide betaling mogelijk. Wij brengen dan een administratietarief van € 25 in rekening.

Aanmelding is definitief na inschrijving, bevestiging en betaling. In overleg is gespreide betaling mogelijk. Meer informatie over onze betalingsvoorwaarden vindt u in onze algemene voorwaarden. Verder zijn van toepassing de organisatorische afspraken tussen het Landelijk Expertisecentrum Sterven en de student.

1) Mijn rol aan het sterfbed

- Wat beweegt mij: over bezieling, motivatie en behoeften
- Kernkwaliteiten ontwikkelen
- Dienstbaarheid
- Kracht en kwetsbaarheid in balans

2) Omgaan met lijden

- Reflectie op lijden
- Lijden doorgronden en transformeren
- Hulpbronnen
- Nabij zijn in kwetsbaarheid en (uitzichtloos) lijden
- Zorg voor jezelf: draaglast en draagkracht

3) Onafgemaakte zaken

- Reflectie eerste ervaring met de dood
- Aspecten van afscheid en verlies verkennen
- De rol van gevoelens: poortwachters van de ziel, natuurlijke emoties en hun vervormingen
- Onafgemaakte zaken en het onbewuste

4) Wat hebben we nodig als we sterven

- V.E.R.T.R.O.U.W.E.N.
- Angst en vertrouwen
- Denken en voelen
- Het belang van stilte

5) Een verbinding maken over de laatste levensfase

- STEM segmentatie
- Communiceren op een ander niveau
- Maatschappelijke thema's: reflectie op euthanasie en orgaandonatie

6) Spirituele zorg in de praktijk

- Existentiële pijn en verlangens op het sterfbed
- Van doen naar zijn
- Het mysterie en de stilte

7) De werkelijkheid van stervenden

- Levens einde-ervaringen, veranderend gedrag en taalgebruik
- De stervende als leermeester



- De onzichtbare dimensie van de werkelijkheid
- Het proces leren duiden

8) Het slotstuk

- Presentatie eindwerkstuk
- Certificaat



Eindtermen

Na afloop van de Intensieve 'Omgaan met Sterven':

- Heeft de student inzicht in de fysieke en niet-fysieke processen en factoren die een rol spelen bij sterven;
- Heeft de student inzicht in het verloop van het stervensproces en is in staat de gelaagdheid van dit proces te herkennen en te duiden;
- Heeft de student inzicht in de eigen rol aan het sterfbed en onderkent eigen behoeften en drijfveren;
- Heeft de student zicht op eigen kracht en kwetsbaarheid;
- Kan de student diepgaand reflecteren op sterven en sterfelijkheid en heeft een autonome visie ontwikkeld op sterven en dood;
- Is de student in staat te onderkennen wat van hem/haarzelf is en wat van de ander als het gaat om (geloofs)overtuigingen, angsten, onzekerheden, verlangens;
- Heeft de student inzicht in de uiteenlopende manieren/patronen waarop mensen zich verhouden tot het levenseinde
- Heeft de student inzicht in de beleving en behoeften van stervenden en hun naasten;
- Heeft de student openheid en begrip ontwikkeld voor levenseinde-ervaringen, veranderend gedrag en taalgebruik die erop duiden dat ziekte en ouderdom overgaan in een voorbereiding op de dood;
- Is de student in staat existentiële/spirituele pijn op het sterfbed te herkennen, erkennen en accepteren;
- Kan de student in gesprek cq contact komen met stervenden en families om gevoelige thema's bespreekbaar te maken, afgestemd op de ander;
- Kan de student adequaat omgaan met het gesprek over maatschappelijke thema's als euthanasie en orgaandonatie en in dit kader met weerstand en kritiek;
- Kan de student reflecteren op het eigen functioneren en professioneel handelen;
- Heeft de student inzicht in de maakbaarheidgedachte en de gevolgen daarvan.

Literatuurlijst Intensive ‘Omgaan met Sterven’

Onze literatuurlijst bevat een kleine greep uit een groot aantal boeken op het gebied van sterven en dood. Deze boeken vinden wij in het bijzonder van belang. Op www.overdedood.nl vindt u nog veel meer uitgaven en publicaties. Wellicht heeft u zelf al veel gelezen. Zie de lijst dan ook niet als een ‘verplichte boekenlijst’. Kijk er vooral naar als zijnde suggesties en pik er uit wat met name voor u van belang is. In verband met de accreditatie van de opleiding is het wel van belang dat u minimaal drie boeken van deze lijst leest en in uw eindopdracht verwerkt.

‘De intieme dood’, Marie de Hennezel (1996)

‘De kracht van kwetsbaarheid, heb de moed om niet perfect te zijn’, Brené Brown (2013)

‘Een andere kijk op orgaandonatie. Verkenningen van het stervensproces’, Ineke Koedam (2014)

‘Eindeloos bewustzijn - een wetenschappelijke visie op de bde’, Pim van Lommel (2007)

‘Het licht van afscheid. Hoop vinden in leven en sterven. Een leidraad voor emotionele en spirituele zorg’, Christine Longaker (1997)

‘Het Tibetaanse boek van leven en sterven’, S. Rinpoche (1994)

‘Hoe overleef ik mijn dood. Een boek over lijden’, Korine van Veldhuijsen (2016)

‘In het licht van sterven. Ervaringen op de grens van leven en dood’, Ineke Koedam (2013)

‘Intens leven en sterven’, Elisabeth Kübler-Ross (2001)

‘Leven in het zicht van de dood, als iemand van wie je houdt sterft’, Jacinta van Hartevelde (2012)

‘Over de dood en het leven daarna’, Elisabeth Kübler-Ross (1985)

‘Sterfelijk zijn. Geneeskunde en wat er uiteindelijk toe doet’, Atul Gawande (2014)

‘Stervensbegeleiding een wederzijds proces’, Renée Zeylmans (2008)

‘Vonken van verlangen Systemisch werken - perspectief en praktijk’, Wibe Veenbaas /Joke Goudswaard (2002)