

Maak kennis met Esther... vrijwilliger bij mensen thuis



Vrijwilligers Palliatieve
Terminale Zorg
Nederland



Inzichten

- Vrijwilligers voelen zich erg gesteund door hun organisatie. Jij bent als vrijwilliger voor de organisatie net zo belangrijk als de cliënt.
- Het is belangrijk voor vrijwilligers om duidelijk grenzen aan te geven en af te spreken.
- Sommige vrijwilligers hebben een persoonlijke ervaring met of zijn geïntrigeerd door de dood, waardoor ze iemand in de laatste levensfase willen bijstaan.
- Ook al gaan vrijwilligers in hun eentje naar de inzet, ze voelen zich nooit alleen. De coördinatoren zijn erg betrokken.
- De vrijwilligers vinden het prettig dat er na de kennismaking met een cliënt altijd contact wordt opgenomen door de coördinator voor een terugkoppeling.
- Het is belangrijk voor vrijwilligers om andere vrijwilligers te zien en ervaringen uit te wisselen.

Esther is 54 jaar oud en woont samen met haar man in Gouda. Ze had vroeger een drukke baan waar ze veel overuren maakte. Nadat ze de zorg over haar zieke moeder kreeg, besloot ze het roer om te gooien. 'Altijd commerciële functies, maar nooit écht voldoening gehad. Ik stopte met mijn baan, dat werd te veel. Ik wilde een andere richting op gaan.' Esther begon met het doen van vrijwilligerswerk bij eenzame ouderen. Dit beviel haar zo goed dat ze op zoek ging naar meer vrijwilligerswerk.

Haar schoonzus werkte als vrijwilliger in de palliatieve terminale zorg bij mensen thuis, dat leek Esther altijd al heel interessant. 'De dood doet wel iets met mij, het is ook zo verbonden met het leven. De laatste levensfase, wat gaat er dan door iemand heen?' Na het bekijken van de website van VPTZ besloot ze zich aan te melden.

De eerste keer bij iemand thuis - ook wel 'inzet' genoemd - was spannend, maar ook één van haar mooiste ervaringen. 'Ik kwam binnen op zijn laatste dag. We hebben hele korte gesprekken gevoerd, hij was erg vermoeid. Het was een hele vreedzame ervaring. Klinkt gek, ik weet nog dat ik zei, "Goh, ik kan wel dagen naast je bed zitten." Heel vredig eigenlijk.'

Wat ze het meest waardeerde toen ze net begon? 'Dat we goede coördinatoren hebben en de basis cursus is echt top. Je staat bij zoveel dingen niet stil, zoals dat er verschillende manieren van handelen en culturen zijn. Iedereen gaat er anders mee om. Fijn dat je de back-up hebt van goede coördinatoren en dat je daar gelijk terecht kan met je verhaal als je iets kwijt wil.'

'De organisatie is zo professioneel en vakkundig. Ben nog steeds onder de indruk van de professionaliteit en de warmte.'

'We zijn er vaak om de mantelzorg te ontlasten. Ik denk dat dat heel veel rust geeft. Dat de mantelzorg de deur uit kan, zijn / haar ding kan doen en weet dat hun naaste thuis in goede handen is. Soms komt het voor dat een cliënt helemaal geen mantelzorg

heeft, waardoor ik er niet voor de mantelzorg maar helemaal voor de cliënt ben, en dat is toch weer anders.'

Esther vindt het heerlijk om de mensen te helpen, te laten lachen en naar de mooie levensverhalen te luisteren. 'Ik vind het zo bijzonder om zo dicht bij mensen te mogen komen die jou eigenlijk helemaal niet kennen.'

Nu, een jaar later, is ze zo enthousiast over de organisatie en het werk, dat ze er eigenlijk haar baan van wil maken. 'De organisatie is zo professioneel en vakkundig. Ben nog steeds onder de indruk van de professionaliteit en de warmte.'

Als het aan haar ligt, zou iedereen dit moeten kennen. 'Dit vrijwilligerswerk is gewoon niet bekend genoeg. Dit doet echt iets met je. De warmte, de angst, de gesprekken, de dankbaarheid. Dat is zo groots, dat doet zoveel. Ik ben mij bewuster van het leven, bewuster van het einde. Bewust van hoe fijn het is, ben dankbaar voor mijn vriendschappen en relaties.'

Stappen	Keuze voor vrijwilligerswerk in de palliatieve terminale zorg	Persoonlijk intakegesprek met coördinator	Basis cursus	Koppeling cliënt	Contact vrijwilligersorganisatie	Ervaringen met verschillende inzetten	Adviezen krijgen van de organisatie	Contact met andere vrijwilligers	Het blijven doen van vrijwilligerswerk
Zoektocht	Website VPTZ bekeken en op een vacature voor vrijwilligers gereageerd. Uitgenodigd voor een eerste gesprek.	'Heel aardige mevrouw. Gesprek over "Wie ben jij? Wat wil je? Wat kun jij geven aan iemand?'"	Wat komt er allemaal bij kijken? Hoe kunnen cliënten zich voelen? Hoe moet je met situaties omgaan?	'De coördinator koppelt jou aan iemand en daar maak je eerst kennis mee.'	'Ik voel mij erg gesteund'	'Je wordt ingezet bij één persoon tegelijkertijd, omdat het best zwaar kan zijn.'	'Soms kom je lastige situaties tegen, zoals eenzaamheid of dat blijkt dat kennissen misbruik maken van de cliënt.'	'Er zijn altijd vrijwilligers die hetzelfde meemaken en heel leuke verhalen hebben.'	'Zo veel voldoening.' 'Je werkt solo én bent onderdeel van een geheel.'
😊	'Gestart met het doen van vrijwilligerswerk met eenzame ouderen. Dit vind ik zo fijn en dacht, wat hebben ze nog meer?'	'Het eerste dat mij opviel was het vertrouwen en het prettige gesprek. Hele persoonlijke dingen, over mijn levensloop en was heel makkelijk om heel open naar haar toe te zijn.'	'Goede cursus die een realistisch beeld geeft van de praktijk. Als je bij mensen thuis komt, moet je op je grenzen letten, dat werd goed getoetst.' 'We kregen filmpjes van vrijwilligers te zien die een manier van doen hadden die allerlei reacties uitlokten bij cliënten. Heel leerzaam.'	'Na de kennismaking belt de coördinator de vrijwilliger en de cliënt om te kijken of er een klik was.'	'De vrijwilligersorganisatie is heel erg betrokken als ik met vragen zit of belt achteraf als ze weten dat het een ingewikkelde situatie is.' 'Coördinatoren zijn altijd bereikbaar als je op locatie bent.'			'We hebben vaak overleggen en intervisie, super fijn. Het helpt om te herkennen waar je op moet letten en hoe je je grenzen aan kan geven.'	'Dankbaarheid.' 'De verhalen als iemand aan het levenseinde is, mensen kunnen dan mooie verhalen vertellen.' 'Ik ben me ervan bewust hoe bijzonder en fijn het is om iemand naast je te hebben als je komt te overlijden.'
😊				'Ze kijken goed naar wat past bij wie, wie ben ik en wie is de persoon bij wie je terechtkomt. Past dat goed?'	'Ik ben heel goed begeleid, kon altijd op gesprek.'			'Je bent niet alleen, je hoort wat de organisatie allemaal voor je kan doen.'	
😐									'Zijn vrouw (de mantelzorg) zegt wat hij mankeert en hoe je met hem om moet gaan.'
😞									'Soms gaat de mantelzorg de eerste keer helemaal niet weg. Heeft een stukje met vertrouwen opbouwen te maken. En soms wil die persoon ook haar verhaal kwijt.'
😞									'Goed op je grenzen letten en deze aangeven is belangrijk. Bijvoorbeeld iemands dochter komt langs en zegt: "Ik wil bij mijn vader zijn, kan jij op mijn kinderen passen?" Dat bracht mij ter plekke wel in verwarring: doen wij dat ook? Daar wil ik het dan later nog wel over hebben met mijn coördinator.'
😞									'Bij één cliënt van mij bleek dat een "vriendin" van haar, haar geld afpakte. Gelukkig kon ik goed sparren met mijn organisatie en gaven zij mij advies over hoe te handelen en het bespreekbaar te maken met de cliënt.'