

Voorbeeldzinnen om te gebruiken in ACP-gesprekken over levenswensen

Alle ACP gesprekken zijn maatwerk en de vragen die je kan stellen zijn erg afhankelijk van het moment, van de situatie en van de patiënt. In de gespreksleidraad vind je vragen waarvan het verstandig is de uitkomsten vast te leggen. Hieronder staan een aantal voorbeeld vragen die je kunt gebruiken in het levenswensen-ACP.

Tip: Zorg ervoor dat je de persoon in kwestie leert kennen. Wie is die oudere? Wat vind iemand belangrijk? Wie is iemand nu eigenlijk? Wie is iemand nu echt?

Tip: Zoek een paar voorbeeldvragen uit die je aanspreken en maak je die eigen in gesprekken.

Introduceren ACP gesprek

- Denkt u wel eens na over de toekomst? Bijvoorbeeld over de komende X jaar/maanden.
- Welke gedachten heeft u over de komende maanden? En wat denkt u dat dat betekent voor nu en voor de toekomst? Wilt u daar eens verder over praten? Met wie en wie wilt u dan graag bij het gesprek hebben?
- Wij willen graag weten wat er bij u speelt en wat u belangrijk vindt in de zorg. Dan kunnen wij onze zorg daar beter op afstemmen. Zullen we daar eens verder over praten?
- We hebben nu al zoveel onderwerpen besproken (lichamelijke klachten bv). Maar hoe gaat het nu eigenlijk met u? Met jullie?
- Het lijkt me goed om samen te bespreken welke vragen, zorgen en wensen jullie hebben.
- Bent u iemand die alles wil weten over uw ziekte/ziek zijn? Wat wilt u wel en niet weten?

Kwaliteit van leven

- Wat houdt u bezig?
- Wat voor werk/hobby's heeft u? Hoe loopt dat nu?
- Wat wilt u nog heel graag doen of bereiken?
- Wat zijn uw doelen, wat wilt u nog kunnen doen? Hoeveel last/lieden wilt u verdragen om die doelen te bereiken?
- Wanneer voelt u zich afhankelijk? Hoe voelt dat? Zorgen hulpmiddelen (zoals een postool en rollator) voor afhankelijkheid of geven ze juist vrijheid?
- Zelf bepalen hoe alles gaat, hoe belangrijk is dat voor u? Kunt u ook benoemen wat u zelf zou willen bepalen en waarom juist dat?

- Wat is belangrijk voor mij om over u te weten zodat ik goed voor u kan zorgen?
- Wat betekent uw ziekzijn voor uw dagelijks leven?
- Heeft u wel eens met iemand gesproken over wensen m.b.t zorg als u heel erg ziek wordt? Bijvoorbeeld waar u dan zou willen zijn, thuis of in een hospice?

Zorgvraag

- Als het gaat over de zorg die u nodig heeft, laat u dan vooral dingen op u af komen of zoekt u actief alles uit/op? Zou u dat anders willen of vindt u het goed zo?
- Wat behandelingen betreft: kan er een punt komen dat genoeg voor u genoeg is? Waar heeft dat mee te maken?
- Wie mag/moet er voor u zorgen als u dat zelf niet meer kunt? Mag die persoon alles doen (wassen kleden, medicijnen geven, zakelijk)?
- Wat moeten wij absoluut van u weten als wij voor u zorgen? Moet iedereen die voor u zorgt dit weten, of alleen ik/familie?

Zorgen en angsten

- Geeft het denken aan de toekomst u wel eens zorgen?
- Hoe zien uw naasten de toekomst? Waar zijn zij/hij bezorgd om?
- Ik had een patiënt in een situatie die lijkt op die van u en die bang was om, speelt dat bij u ook?
- Welke angsten heeft u? Wie of wat zou u kunnen helpen deze angst te verminderen?
- Heeft u wel eens te maken gehad met een familielid of vriend die ziek was? Wat heeft u daarvan onthouden? Heeft u daar vragen over?
- Voel je je thuis veilig (genoeg) als je ziek bent? Wat maakt dat je jezelf veilig kunt voelen?

Ingaan op emoties

- Ik merk dat dit gesprek veel emoties bij u losmaakt. Wilt u delen wat u voelt?
- Ik merk dat u het moeilijk vindt, kunt u mij vertellen wat u zo moeilijk vindt hieraan?
- Hoe is het voor u om over uw ziekte te praten (ervaringen/emoties)? Als u niet of weinig wilt praten, hoe weet ik dan waar ik goed aan doe?
- Moet aan het einde van uw leven alles uitgesproken en/of besproken zijn? Welke rol speelt vergeving daarbij?

Afronding

Dit gesprek is een begin van meer contacten over de besproken onderwerpen. Geef het vooral aan als er iets verandert in uw wensen en behoeften. Dan bespreken we dat rustig weer met u.