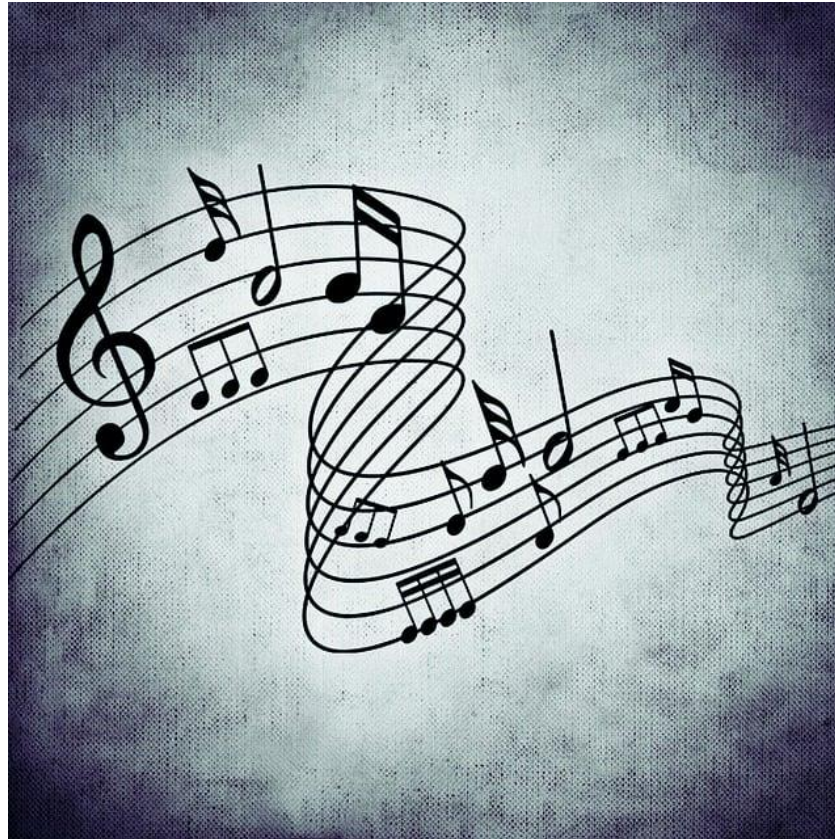


de melodie van hoop



Engelien Hulsman, geestelijk verzorger & ethicus Meander Medisch Centrum

Hoopvolle muziek?



“Op de rimpelloze vlakte
van een vlekkeloos bestaan
kan het plotseling gaan waaien
ook al wil je er niet aan

Als het golft dan golft het goed
niet te stuiten, niet te sturen
duurt het dagen, duurt het uren
als het golft dan golft het goed”



Als het golft, dan golft het goed.. (De Dijk)

Wat is hoop?

- een levenskracht
- die samenhangt met vertrouwen op iets goeds
(terwijl je niet weet óf het wel goedkomt)
- die zich richt op de toekomst
- en op iets wat heel belangrijk is
voor degene die hoopt
- en wat werkelijkheid zou kunnen worden.



(Corine Nierop, Handreiking Omgaan met hoop)

De kracht van hoop



Wij mensen hopen omdat we niet anders kunnen.
Het zou ondraaglijk zijn om niet te hopen.

Hoop helpt, bijvoorbeeld om niet passief af te wachten.
Het geeft moed om door te gaan.

Hoop geeft energie én het kost energie
(het vraagt onderhoud)



Lieke Marsman (dichter) over hoop

“Ik hoop gewoon nog steeds dat ik oud zal worden, ook al hebben de artsen tegen me gezegd dat dat niet zal gebeuren. Maar het is niet iets waar ik me bij kan neerleggen. Ik heb wel geprobeerd mijn verwachtingen bij te stellen, maar daar ging ik aan kapot. Op een gegeven moment besepte ik dat ik mezelf toch echt echte hoop moest toestaan. Omdat het anders heel snel ondraaglijk werd. Dus gun ik mezelf nu toch de hoop dat er ergens een nieuw medicijn wordt ontdekt.”



“En dus is hopen een actieve bezigheid geworden. Iets wat ik mezelf moet gunnen. Ik moet mezelf het irrationele eraan gunnen. Dat is wat ik heb geleerd. Ik moet me voorbereiden op het ergste en durven hopen op het beste.”

Interview in De Groene, april 2023

Hoop is nooit alleen (zeker niet bij ziekte)

Hoop = 'winst' in de toekomst

Hopeloosheid = 'verliezen' in het verleden

Wanhoop = 'verliezen' in de toekomst



(Erik Olsman, Hope in Palliative Care. A longitudinal Qualitative Study)

in een ziekenhuis is hoop altijd in beweging

Het duurt zo lang... is dat een slecht teken?

Wat zegt de dokter?

Wat is de uitslag van het onderzoek?

Hoe kijkt de verpleegkundig specialist?

Is het goed nieuws?



Hoe artsen & verpleegkundigen naar hoop kijken



1: Door een **realistische** bril. Hoop moet realistisch zijn, en als ze denken dat een patiënt te veel hoop heeft, dan leggen nog eens uit wat er echt aan de hand is.

2: Door een **functionele** bril. Hoopvol zijn helpt om ziekte aan te kunnen (*coping*), en ze proberen ervoor te zorgen (in wat ze zeggen en doen) dat een patient hoop houdt.



3: Door een **narratieve** bril. Als ze horen waar een patient op hoopt, dan realiseren ze zich dat die iets vertelt over wat belangrijk is in zijn of haar leven.

Hoop maak je samen

Hoop is niet individueel, is niet alleen 'van jou'.

Hoop maak je samen: als patiënt, met de mensen om je heen, met artsen, verpleegkundig specialisten, andere zorgverleners...



Samen muziek maken

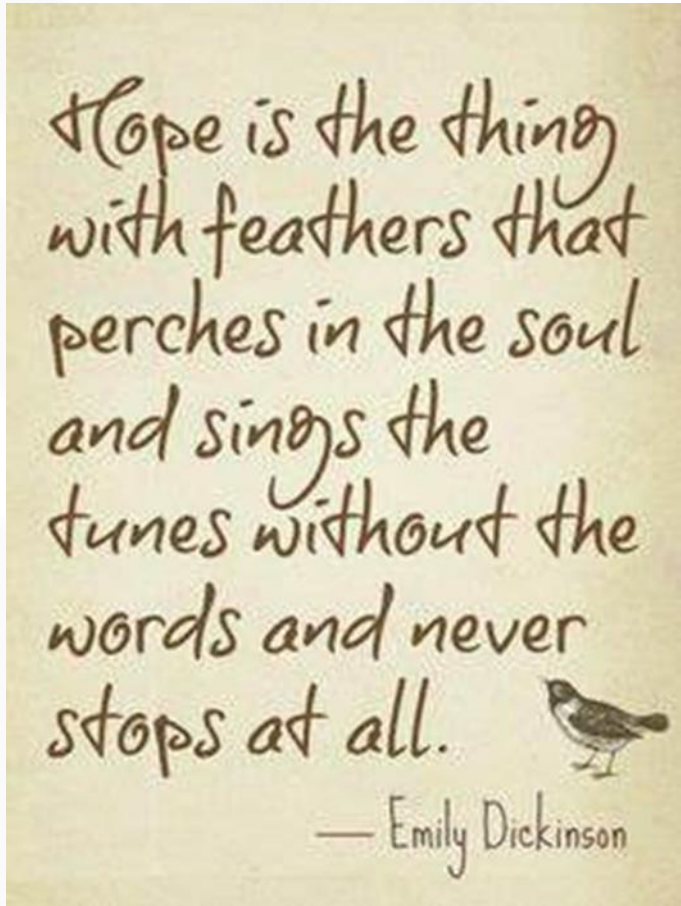
Hoop, hopeloosheid en wanhoop zijn als stemmen in een zingend koor. Stemmen die elkaar kunnen opvolgen maar op andere momenten juist tegelijk klinken of elkaar overheersen. (Erik Olsman)



Als patiënt, naasten en zorgverleners omgaan met hoop, wanhoop en hopeloosheid, dat is:

goed naar elkaar luisteren
op elkaar afstemmen
de juiste toon treffen
en zo
samen muziek maken.

De melodie van hoop



“Hoop is het ding met veren
dat neerstrijkt in de ziel
er wijsjes zonder woorden zingt
en nooit valt hij er stil”

(Emily Dickinson)

