

Werkkaart

Samen afwegen bij spanning en dilemma's

Ruimte voor gezamenlijke afweging

Herstelondersteunend werken vraagt dat je als professional steeds opnieuw afstemt op wat deze persoon, in deze situatie, nodig heeft. Die afstemming begint bij het erkennen van ervaringskennis: kennis over wat helpt, wat belemmert, wat betekenis heeft en waar grenzen en mogelijkheden liggen. Professionele kennis krijgt pas waarde in dialoog met die geleefde ervaring.

Juist in die afstemming ontstaan vaak spanningen, bijvoorbeeld tussen wensen en veiligheid, tussen loslaten en verantwoordelijkheid, en tussen hoop en realiteit. Deze werkkaart helpt je om daarbij stil te staan. Niet om snelle antwoorden te vinden, maar om ruimte te maken voor gezamenlijke afwegingen. De kaart nodigt uit tot vertragen, reflecteren en samen onderzoeken.

Begin bij jezelf**Wat maakt het moeilijk?**

In de dagelijkse praktijk is er zelden één juiste keuze. Je kunt twijfelen of je te veel stuurt of juist te weinig, of je genoeg ruimte laat of juist te veel risico neemt. Ook kunnen gevoelens van ongemak ontstaan, bijvoorbeeld rondom verantwoordelijkheid, stigma, macht of grenzen. Deze spanning blijft vaak onuitgesproken.

Soms omdat er het gevoel is dat je het 'goed' moet doen, of dat bepaalde twijfels er eigenlijk niet mogen zijn. Juist dan helpt het te vertragen en te erkennen dat herstelondersteunend werken niet vraagt om morele zuiverheid, maar om openheid en reflectie.

Niet-weten is hierbij geen tekort, maar een uitgangspunt. Door ruimte te laten voor meerdere perspectieven blijft herstel leidend, zonder dat iemand in de schuld of verdediging hoeft te schieten.

Praktische reflectievragen (voor jou)

Gebruik de volgende vragen om voor jezelf te verhelderen wat hier speelt.

Wat speelt er tussen mij en deze patiënt?

- Wat zie of hoor ik gebeuren in het leven van deze persoon?
- Waar voel ik twijfel, spanning of ongemak?
- Wat raakt mij in deze situatie?

Welke ervaringskennis van deze patiënt geeft richting aan mijn afweging?

- Wat weet deze persoon zelf al over wat helpt of juist niet helpt?
- Welke ervaringen, inzichten of strategieën zijn in eerdere periodes belangrijk geweest?
- Waar schuurt mijn professionele blik met wat de patiënt zelf als betekenisvol ervaart?

Wat betekent herstel voor deze persoon, op dit moment?

- Wat is voor hem of haar op dit moment belangrijk?
- Welke waarden, wensen of doelen geven richting?
- Waar zie ik veerkracht, ook als het moeizaam gaat?

Welke ruimte en grenzen ervaar ik?

- Welke verantwoordelijkheden draag ik als professional?
- Waar heb ik ruimte om af te stemmen, te vertragen of te volgen?
- Waar loop ik tegen grenzen aan:
 - in mezelf of in het contact met de patiënt?
 - in mijn professionele verantwoordelijkheid?
 - of in structurele of organisatorische kaders?
- En hoe kan ik deze grenzen benoemen of bespreken zonder het herstelproces te blokkeren?

Hoe blijf ik naast de ander staan?

- Wat vraagt deze situatie van mijn houding?
- Hoe kan ik steunend aanwezig blijven, ook als het spannend of onzeker is?
- Wat helpt om vertrouwen te behouden, ook bij tegenslag?

Deze reflectie kun je voor jezelf doen. Wanneer de afweging complex blijft of raakt aan bredere vragen, kan het helpend zijn om deze te delen met collega's.



Werkkaart

Samen afwegen bij spanning en dilemma's

Ruimte voor gezamenlijke afweging

Betrek collega's

Waarom dit delen helpt?

Herstelondersteunend werken doe je niet alleen. Spanningen en dilemma's zeggen vaak niet alleen iets over jou of de patiënt, maar ook over de context waarin jullie werken. Door deze afwegingen te delen in intervisie of teamoverleg ontstaat ruimte om samen te leren, te begrenzen en elkaar te ondersteunen.

Praktische reflectievragen (voor jullie)

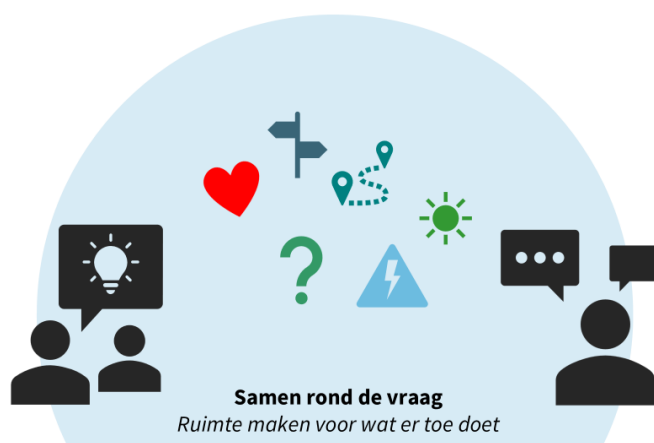
Gebruik (een selectie van) deze vragen om het gesprek te voeren:

- Wat maakt deze situatie voor mij lastig of spannend?
- Welke perspectieven spelen hier (patiënt, naasten, professional, organisatie)?
- Waar zien we ruimte om herstel te ondersteunen, en waar ervaren we grenzen?
- Wat vraagt dit van ons als team in houding, afstemming of samenwerking?
- Welke waarden of verantwoordelijkheden botsen hier met elkaar?
- Welke steun of duidelijkheid heb ik van het team nodig om naast de patiënt te kunnen blijven staan?
- Welke ervaringskennis van de patiënt of naasten nemen we nog onvoldoende mee?

Herstelondersteunend werken vraagt geen vaste antwoorden, maar voortdurende afstemming, met ruimte voor ervaringskennis, twijfel en gezamenlijke afweging.

Tips bij het gebruik

- Neem de tijd. Niet alles hoeft in één gesprek helder te worden.
- Kies één of twee vragen. De kracht zit in vertragen, niet in volledigheid.
- Maak twijfel bespreekbaar. Ook richting de patiënt, als dat passend is.
- Gebruik het gesprek. Reflectie krijgt betekenis in dialoog, niet op papier.
- Kom erop terug. Afwegingen kunnen veranderen naarmate herstel zich ontwikkelt.



Meer informatie

- Zorgstandaard Herstelondersteuning: de paragraaf: [Concretisering richting rol, houding en context](#)
- [Zorgstandaard Ervaringsdeskundigheid](#): voor het perspectief van geleefde ervaring en gezamenlijk leren.