

Hé hoi, zorgrebel!

Leuk dat je aan de slag wil gaan met een van onze zorgrebellen oefeningen. We hopen dat het tot mooie inzichten en gesprekken zal leiden. Veel plezier & blijf vooral lekker rebelleren!

Eline & Simone

www.zorgrebella.nl



De kompascheck (deel 1)

DOEL
Zorgverleners staan regelmatig voor een moreel dilemma. Met deze oefening onderzoek je stap voor stap wat er speelde en krijg je meer inzicht, ruimte en houvast voor toekomstige keuzes.

Stap 1: Welke situatie wil je onderzoeken?

Denk aan een concreet moment waar je worstelde en voelde dat je een keuze moest maken die tegen je gevoel in ging.

Wat gebeurde er precies en beschrijf dat feitelijk (zonder oordeel of emoties):

Stap 2: Wat ging er door je heen?

Sta nu stil bij de emoties die je voelde in die situatie en stel jezelf de vragen:

- "Wat ging er door me heen op dat moment?"
- "Wat voelde ik toen?"
- "Waar zat voor mij de spanning?"

Stap 3: Wat was de bron van jouw morele conflict?

Onderzoek nu waardoor de spanning in jezelf ontstond:

1. Wat had ik moeten doen (protocollen, regels, afspraken)?

2. Wat vond ik zelf dat het juiste was om te doen, en waarom?

3. Achterhaal nu waar de spanning zat, bijvoorbeeld:

Richtlijnen en protocollen	<>	Professioneel oordeel	
Efficiëntie	<>	Menselijkheid	
Uniformiteit	<>	Maatwerk	
Veiligheid	<>	Autonomie	
Hoop bieden	<>	Realisme	
Snelheid	<>	Zorgvuldigheid	
Transparantie	<>	Bescherming	
Professionele grenzen	<>	Betrokkenheid	
Experimenteren	<>	Bewezen praktijk	

Of iets anders, namelijk ...

De kompascheck (deel 2)

DOEL

Zorgverleners staan regelmatig voor een moreel dilemma. Met deze oefening onderzoek je stap voor stap wat er speelde en krijg je meer inzicht, ruimte en houvast voor toekomstige keuzes.

Stap 4: Hoe heb je uiteindelijk gehandeld?

Je hebt uiteindelijk een keuze gemaakt en daarnaar gehandeld. Dat pel je nu verder af:

- Welke keuzes had ik?

- Welke keuze heb je gemaakt?

- Welke afweging(en) woog daarbij voor mij het zwaarst?

- Heb ik gehandeld in lijn met mijn waarden, of ben ik daarvan afgeweken?

Stap 5: Zou je het volgende keer anders doen?

Verken nu zonder oordeel of je de beste keuze hebt gemaakt, en of je het zo weer zou doen.

Wat schuurt er nog als ik terugdenk aan deze situatie?

Als ik nu terugkijk, voelt mijn keuze dan nog steeds als de best mogelijke binnen deze situatie?

Wat zou ik een collega zeggen die in exact dezelfde situatie zat?

Wat zegt deze situatie over wat voor mij belangrijk is in mijn werk?

Stap 6: Wat kun je doen zodat je volgende keer niet weer in dezelfde situatie belandt?

Vaak heb je meer invloed dan je zelf denkt. Deze laatste stap gaat over het proberen te voorkomen dat jij of een collega weer voor precies hetzelfde dilemma komt te staan.

Welke stap kan ik zetten om het verschil te maken? En wat heb ik daarvoor nodig (van mezelf, collega's, organisatie)?

Met wie kan ik dit bespreken of samen oppakken?

Zijn er afspraken, protocollen of werkwijzen die aangepast zouden moeten worden?



Rocking the boat and staying in it

