

## Wat doet Sichtpunt?

- Sichtpunt biedt geestelijke verzorging in de thuissituatie. Voor individuen en hun naasten.
- Er werken gekwalificeerde en SKGV geregistreerde professionals en er is sprake van een dekkend netwerk in heel Friesland.
- Onze hulp is gratis, de gesprekken worden volledig vergoed.
- Aanmelding is laagdrempelig, het contact is 100% vertrouwelijk en er is geen sprake van administratieve 'rompslomp'.
- Onze visie en werkwijze sluit aan op het positieve gezondheidsmodel.
- We hebben geen wachtlijsten en zijn iedere dag bereikbaar. We kunnen snel schakelen indien nodig.
- We hebben geestelijk verzorgers in huis die op alle levensbeschouwelijke terreinen werkzaam kunnen zijn. We zijn er voor iedereen, ongeacht levensovertuiging.
- Bij ons zijn geestelijk verzorgers aangesloten die ruime ervaring hebben binnen diverse werkterreinen, waaronder psychiatrie, (niet aangeboren) hersenletsel en vormen van dementie. We zijn aangesloten bij diverse palliatieve en suïcidepreventie-netwerken.

## Voor wie?

- Voor alle 50-plussers (voor de leeftijdscategorie onder de 50 spreken we donaties van een aantal fondsen aan);
- Voor alle palliatieve hulpvragen (niet leeftijdgebonden);
- Situaties met kinderen die ernstig ziek zijn.
- Voor netwerkpartners in de zorg.

## Aan welke hulpvragen moet ik denken?

Sichtpunt is gespecialiseerd in levensvragen in de brede zin van het woord. Het gaat om dat type vragen waar tijd voor nodig is. Die tijd kunnen geestelijk verzorgers bieden.

We geven hulp aan mensen die extra ondersteuning zoeken als er bijvoorbeeld sprake is van rouw, een diep gevoel van eenzaamheid, schuldvragen/dilemma's, problemen met het verwerken van slecht nieuws of verlies van toekomstperspectief.

### Voorbeelden van levensvragen:

- *Wat is de zin van mijn leven?*
- *Hoe kan ik verder nu mijn dierbare er niet meer is?*
- *Wie ben ik nog naast mijn ziekte (lichamelijk of psychisch)?*
- *Welke keuze moet ik maken? (denk aan morele dilemma's of wel of niet kiezen voor een behandeling)*
- *Wat doe ik met de tijd die ik nog heb? (denk aan mensen die terminaal zijn)*
- *Hoe kom ik in het reine met het verleden? (denk aan thema's als schuld)*
- *Hoe ga ik om met mijn zieke partner? (bijv. in geval van dementie)*

Een geestelijk verzorger is getraind in deze 'trage vragen' die soms gecompliceerd kunnen zijn. We zijn gespecialiseerd in het herkennen van de diepere oorzaken hiervan. Ook is de geestelijk verzorger vaardig in het aanboren van de eigen krachtbronnen van degene die hulp vraagt. Gemiddeld zijn zo'n vijf gesprekken nodig om iemand verder te kunnen helpen. Soms minder, soms ook meer. Als het nodig blijkt, verwijzen we door.

### Voorbeelden van casuïstiek binnen Sichtpunt

Een weduwe kampt met de gevolgen van de keuze van haar overleden echtgenoot door geen euthanasie of sedatie toe te passen, dit vanuit geloofsovertuiging. Beelden van het lijden van haar echtgenoot achtervolgen haar: 'Hebben we wel de juiste keuze gemaakt?'

Een patiënt (met kanker) twijfelt aan het aanbod van het behandelend team: 'Zal ik die behandeling nog aangaan of wil ik ervan afzien? Waar sta ik zelf in dit geheel en hoe wil ik met mijn ziekte omgaan?'

Een arts wijst een verzoek om euthanasie af. Hoe verder? Kan palliatieve zorg niet ook een waardig alternatief zijn voor deze persoon? Mensen ervaren het als prettig dat ze vertrouwelijk met een onafhankelijk iemand kunnen spreken en hun angsten, bezwaren e.d. kunnen benoemen. Het kan hun sterken in de relatie en de vervolgcontacten met bijvoorbeeld de huisarts.

Een jonge vrouw kampt met de diagnose borderline. Wat doet dit met haar zelfbeeld en hoe kan zij komen tot aanvaarding van wat zij met zich meedraagt? Welke keuzes kan zij maken ten aanzien van haar levensinvulling?

Een vrouw van middelbare leeftijd met een vorm van autisme vraagt zich af wat haar plek is in deze wereld: 'Hoe ga ik om met dat gevoel van diepe eenzaamheid in deze wereld en wat verwacht ik van mijn toekomst? Welke keuzes wil en kan ik maken?'

## Aanmelding

Aanmelden kan via het contactformulier op de website <https://sichtpunt.frl/doorverwijzen/>, telefonisch 06 - 29 35 55 78 of via mail: [info@sichtpunt.frl](mailto:info@sichtpunt.frl).

Iemand kan zichzelf aanmelden, soms doet familie dit, of de thuiszorg of huisarts/praktijk-ondersteuner. Als samenwerkingspartner kunnen huisartsen ook (vrijblijvend!) een beroep doen op Sichtpunt. We werken alleen met instemming (consent) van de cliënt zelf. In geval van wilsonbekwaamheid vereist dit afstemming.

## Wat kan Sichtpunt doen voor huisartsen?

- Doorverwijzing van individuele hulpvragen via telefoonnummer of website. Groeps- of familiegesprekken zijn ook mogelijk (coördinator hiervan is drs. Riny Ekkel);
- Professionele consultatie over casuïstiek of aanschuiven bij MDO. Ook hier zijn geen kosten aan verbonden;
- Verzorgen van workshops of trainingen (coördinator scholing is dr. Yvonne Hiemstra, [yvonne.hiemstra@sichtpunt.frl](mailto:yvonne.hiemstra@sichtpunt.frl), 0519 - 72 41 32). Bijvoorbeeld over het herkennen van levensvragen, hoe te communiceren hierover. De trainers worden betaald door Sichtpunt;
- Het voorzitten en begeleiden van een moreel beraad;
- Lijdensdruk vermindering door onze hulp in te zetten zolang iemand bijvoorbeeld op de wachtlijst staat voor behandeling. Zeker als er sprake is van vermoedens van suïcidale gedachten of gevoelens kan onze inzet gewenst zijn en het verschil maken. Ook kunnen wij behulpzaam zijn bij het therapieontvankelijk maken van mensen die dit nodig hebben, door het vergroten van inzicht. Uiteraard met 100% respect voor iemands eigen autonomie en keuzevrijheid.