

## 9. Nieuwsgierigheid



*Zelfs de wijste geest heeft nog iets leren.*

George Santayana

Benieuwd naar de relatie van nieuwsgierigheid, compassie en werken in de zorg? Wanneer we beseffen dat, hoewel we feitelijk in dezelfde wereld leven, onze belevingswereld *altijd* anders is, dan helpt een nieuwsgierige houding ons bij het invoelend willen begrijpen van de belevingswereld van zorgvragers. Nieuwsgierig zijn naar de ander wil zeggen dat we meer alert zijn en opmerkzaam. Onbevangen, zonder vooringenomen standpunt. We ontdekken bijvoorbeeld dat de ruimte waar iemand zich wast te koud is, omdat we een huivering zien en kippenvet. Het is geen sensatiezucht of betutteling. Het is een open houding: Wat kan ik voor je doen? Hoe kunnen wij het best samenwerken? Waar heb jij behoefte aan?

Nieuwsgierigheid hebben we ook nodig bij het toetsen van onze interpretaties en hoe we de ander begrepen hebben. “Begrijp ik het goed dat...?” is een belangrijke nieuwsgierige vraag voor een zorgprofessional. We menen wellicht te zien dat onze zorgvrager twijfelt. We vragen of onze observatie klopt en zo ja, wat de twijfel is. Zo zijn we nieuwsgierig naar de ander en benieuwd of onze invullingen kloppen. We ontdekken dat iedereen anders is, andere voorkeuren heeft en andere behoeften. Nieuwsgierigheid is nodig om onze zorgvragers te leren kennen op het gebied waarop zij specialist zijn: hun beleving, behoeften en bestaan.

### Compassie concreet

- Speel het volgende spel met een collega of iemand anders waar je nieuwsgierig naar bent en die je beter wilt leren kennen. Ook leuk om met je afdeling te doen! Kopieer onderstaand hart voor elk die meedoet en vul allen de eerste 10 woorden in die spontaan bij je opkomen bij het woord “compassie”. Laat je gedachte de vrije loop, er is geen goed of fout. Vergelijk na een paar minuten de antwoorden. Hoe verschillend zijn ze? Welke overeenkomsten? Leg aan elkaar uit en luister nieuwsgierig om de ander te begrijpen. Bemerk hoe iedereen andere woorden, klanken en kleuren kiest als spiegel van een andere belevingswereld. Doe het spel ook eens met een ander woord. Kies bijvoorbeeld een belangrijke waarde uit jullie missie of een woord als acceptatie, luisteren, passie, begrijpen, vertrouwen, open, echt, eerlijk, verwonderen. Je leert de ander beter kennen, je blikveld wordt breder en je vergroot je woordenschat.



# Compassie

Bron: Tony Buzan, *The power of spiritual intelligence*.

- Wees eens een hele dag bewust verwonderd en nieuwsgierig. Onbevangen, zonder vooringenomen standpunt. Maak eventueel een briefje met het woord *verwonder* of *benieuwd* en leg het binnen je gezichtsveld. Stel je open voor het anderszijn van elke zorgvrager, ieder met zijn eigen verhaal. Wat valt je op? Hoe is dat voor je om te doen? Lukt het een dag vol te houden? Wat heb je nodig om dit te kunnen?
- Ga in je vrije tijd boeken lezen als je nieuwsgierig bent en je sensitiviteit wilt ontwikkelen met boeken. Bij voorkeur psychologische of sociaal-realistische literaire romans. Deze bieden nieuwe denkkaders en kunnen je gebruikelijke manier van denken doorbreken. Goede boeken kunnen een beroep doen op je empathisch vermogen, verbeeldingskracht en emoties. Ze zijn in staat je inzicht in mensen te vergroten, ze bieden nieuwe perspectieven. Daarnaast word je gevoeliger voor de woorden van een ander en wat die kunnen betekenen.

Bron: Marjan Rijnbout-van Rijswoud, *Het oneindige verhaal van het vreemde*.

- Laat de volgende woorden eens op je inwerken en kijk wat ze voor je betekenen:
  - ✓ *Bij dezelfde omgeving leeft toch ieder in een andere wereld.*
  - ✓ *Wees zuiver en helder, want jij bent het raam waardoor je naar de wereld kijkt.*