

**FANNY MATHEUSEN**

**MIJN HELD  
IS EEN  
HULPVERLENER**

**OVER ZORG IN EEN  
SUPERDIVERSE WERELD**



**LANNOO  
CAMPUS**

D/2016/45/170 - ISBN 978 94 014 3539 0 - NUR 752, 897

Vormgeving omslag: Gert Degrande | De Witlofcompagnie

Vormgeving binnenwerk: Fulya Toper

© Fanny Matheusen & Uitgeverij Lannoo nv, Tielt, 2016.

Uitgeverij LannooCampus maakt deel uit van Lannoo Uitgeverij, de boeken- en multimediativisie van  
Uitgeverij Lannoo nv.

Alle rechten voorbehouden.

Niets van deze uitgave mag verveelvoudigd worden en/of  
openbaar gemaakt, door middel van druk, fotokopie,  
microfilm, of op welke andere wijze dan ook, zonder  
voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Uitgeverij LannooCampus

Erasme Ruelensvest 179 bus 101

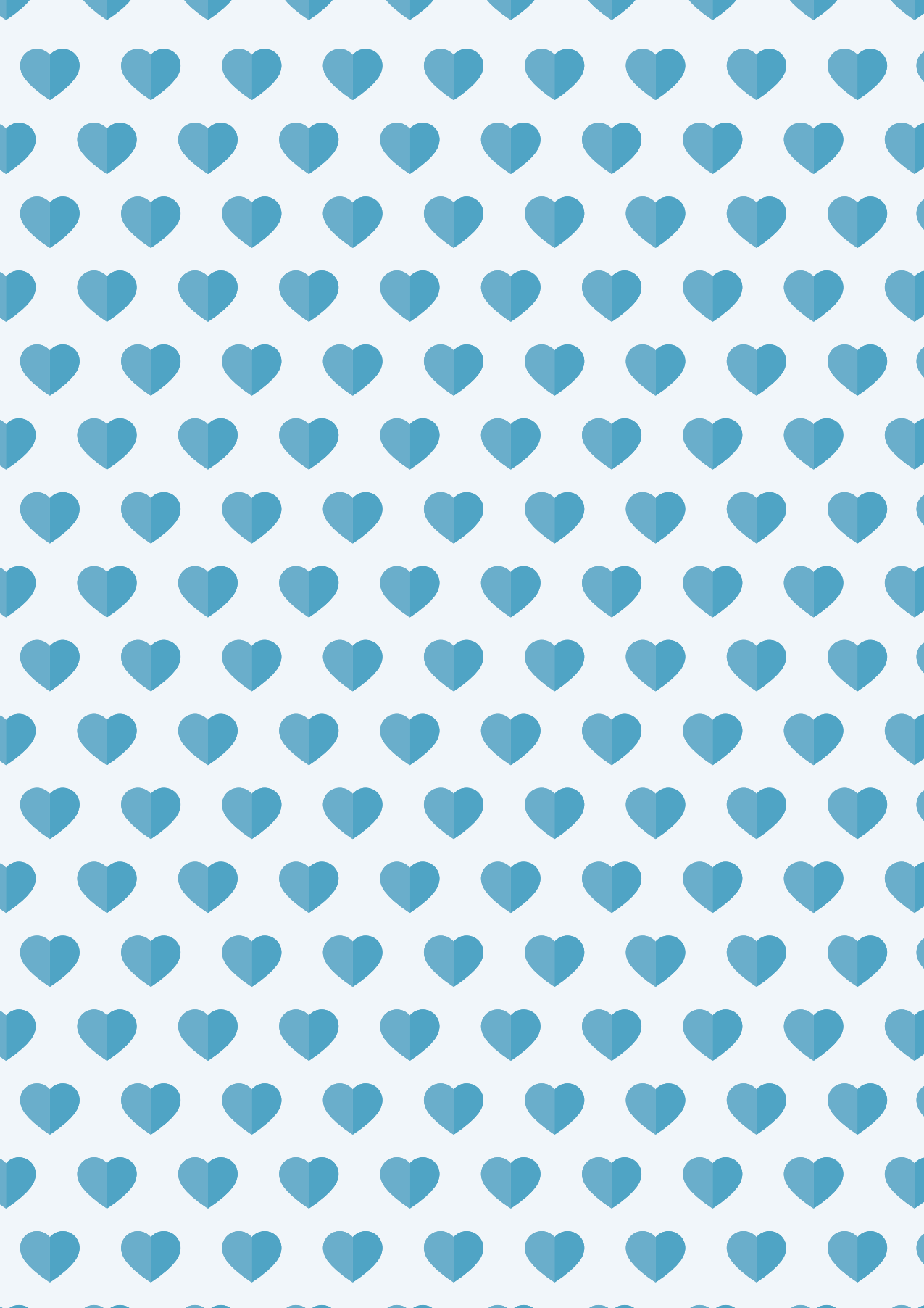
3001 Leuven

België

[www.lannoocampus.be](http://www.lannoocampus.be)

# Inhoudstafel

<b>Voorwoord</b>	<b>7</b>
<b>Hoe lees je dit boek?</b>	<b>11</b>
<b>Rondleiding: dit boek en ik</b>	<b>15</b>
<b>Handreiking voor hulpverleners in een wereld van verschil</b>	<b>19</b>
<b>Hulpverleners in een wereld van verschil: van heterogeniteit naar heterogenialiteit</b>	<b>35</b>
<b>Liefde in tijden van angst</b>	<b>77</b>
<b>Beoefen een vreedevolle praktijk</b>	<b>119</b>
<b>I-scream: de innerlijke reis</b>	<b>169</b>
<b>Uitleiding</b>	<b>185</b>
<b>Bronnen</b>	<b>189</b>
<b>Eindnoten</b>	<b>199</b>



# Voorwoord

De wereld staat van alle kanten op zijn kop: vluchtelingenstromen uit het zuiden op weg naar het noorden en vanuit het oosten naar het westen. Nog nooit in de geschiedenis waren er zoveel mensen op drift, gevlucht voor geweld en armoede. En nog nooit in de geschiedenis waren de ‘anderen’, de ‘vreemdelingen’ zo nabij. Ze wonen in je wijk, ze lopen in je straat, ze zijn je klanten, je collega’s, de mensen voor wie je werkt, ze zijn je buren. En ja, ze vormen zelfs al de meerderheid in veel wijken in de grote steden. Deze superdiversiteit roept bij veel mensen onzekerheid op, verwarring, irritatie, weerstand, angst. Ze voelen zich bedreigd door de ander; ze willen behouden wat ze hebben, hun identiteit, hun cultuur, hun bezit.

Hoe nu om te gaan met deze superdiversiteit: zich terugtrekken en schuilen bij de eigen mensen? Een angstaanjagend vijandbeeld creëren en zich zo legitimiteit verschaffen om de vreemdeling te verjagen? Hernieuwde grenscontroles instellen en hekken optrekken om zo de weg van vluchtelingen naar veiligheid, bescherming en hoop op hervatting van het goede leven af te sluiten?

Het zijn geen gemakkelijke vragen, want het vraagstuk van de vluchtelingen legt de diepere crisis die in vele maatschappelijke en politieke sectoren al langer gaande is, nog scherper bloot.

Maar juist in tijden van crisis, zo lezen we hoopgevend in dit boek, staan helden op. En deze helden zijn niet de bekende, publieke, maatschappelijke en politieke figuren, maar gewone burgers, vrijwilligers en professionals in het onderwijs, in het welzijnswerk en in de gezondheidszorg.

*‘Getuigen zijn zelden helden. Echte helden, getuigen zelden’,* zingt Herman van Veen en daarom is het zo mooi dat in dit boek de prachtige getuigenissen van gewone echte helden zijn opgenomen. Rosa Parks is zo’n voorbeeld en ze vormt de inspiratiebron voor de auteur van dit boek. Een gewone vrouw die in haar eentje opstaat – in haar geval bleef zitten – tegen ongelijke behandeling. Rosa daagde het bestaande racistische systeem uit, ze hield zich niet aan de apartheidsregels, ze was volhardend, moedig en had menselijke waardigheid, rechtvaardigheid en medemenselijkheid

als hoogste waarden. Rosa Parks belichaamt zo de nodige grondhouding en vaardigheden van de helden in de tegenwoordige tijd. De auteur vat deze grondhouding en metaskills samen in de heel nieuwsgierig makende principes van LOVE, PEACE en ICE-CREAM of I-SCREAM.

*LOVE*, een woord waarvan de vier letters staan voor de vier talenten van een zo door de auteur genoemde *heterogeniale hulpverlener*. *PEACE* staat voor de vijf waardevolle praktijken die diversiteitsbewuste professionals beoefenen in hun werk en *ICE-CREAM* of *I-SCREAM* gaat in op de innerlijke leerweg die je daarbij kunt volgen.

Door de uitwerking van deze principes en door de vele inspirerende getuigenissen van helden, is dit boek een werkelijk originele en verrijkende bijdrage aan het vraagstuk van de superdiverse samenleving. Want er is immers al zoveel gepubliceerd over inter, multi, cross, plura en superdivers. Maar dit bijzondere boek heeft een unieke meerwaarde: door de stijl die vooral narratief, verhalend is en die inzet op het gevoelsniveau, daar waar volgens Martha Nussbaum en Dominique Moïsi de veranderingen dienen plaats te vinden; door de hartverwarmende getuigenissen en praktijkvoorbeelden die je raken; door de focus op de fundamentele principes van een zorgzame zorg; door het er zijn, het er zijn voor de ander, de liefde en de empathie; door de praktische handvatten voor het eigen heldhaftig handelen als burger, vrijwilliger of professional.

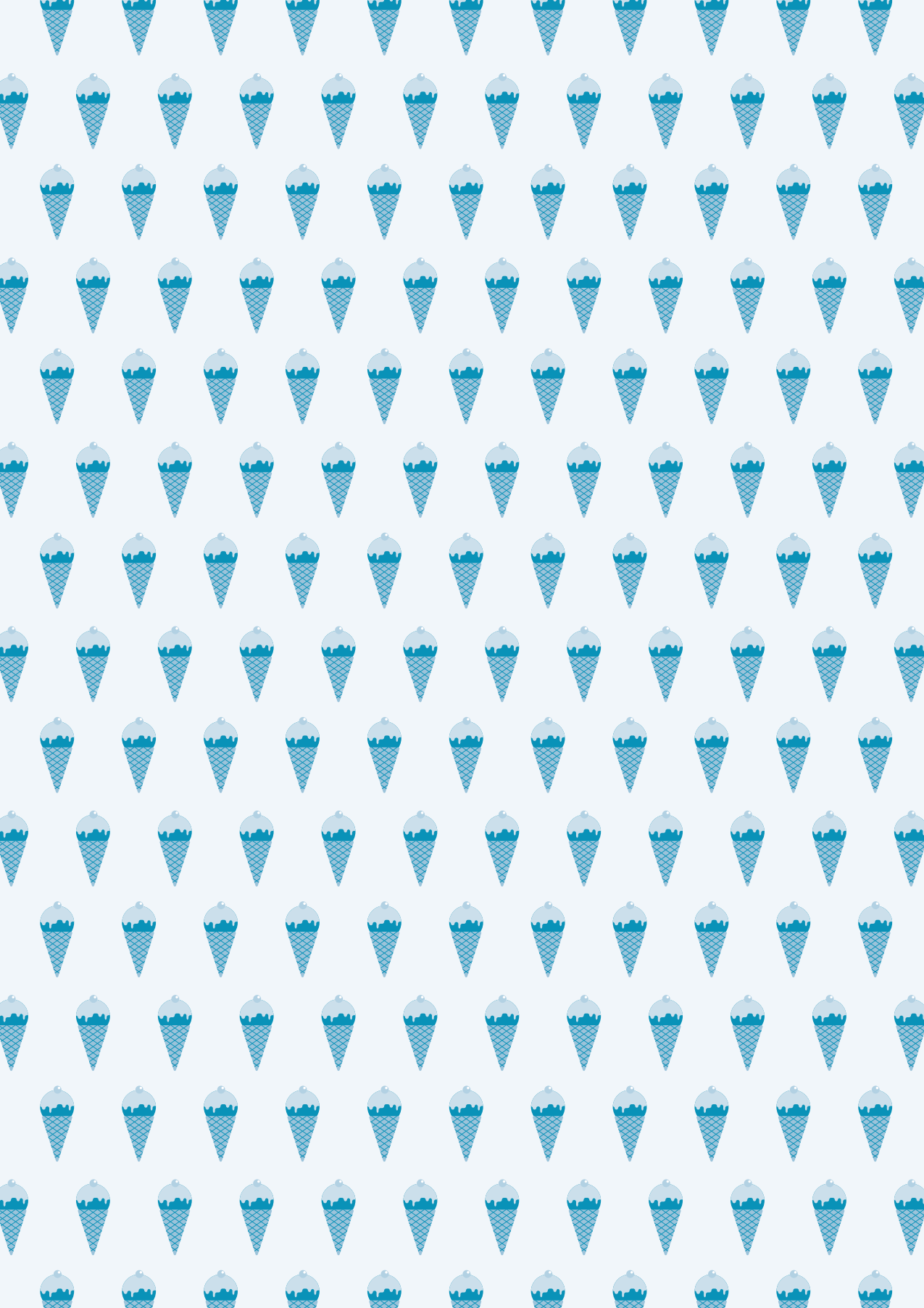
Het schrijven van het boek, zo vertelt de auteur, begon allemaal met een cadeautje van een vriendin: een aantekenboekje dat ze meebracht uit India, waarbij haar opdracht luidde: *‘Om allerlei te noteren: ideeën, invallen, plannen, verbazing, frustratie, inspiratie ... Opdat het ooit allemaal samen mag komen in een echt treffend boek over interculturaliteit.’*

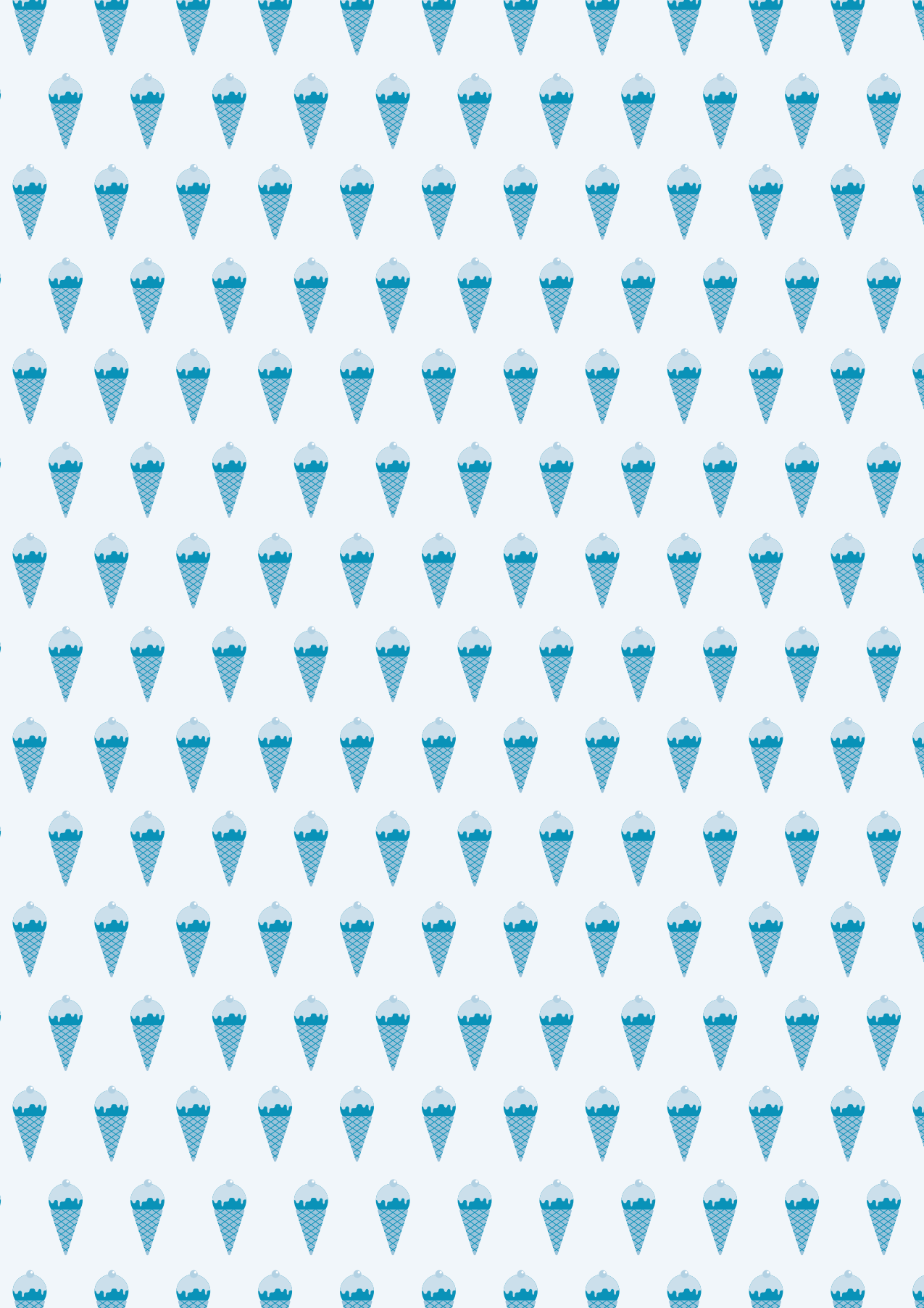
Welnu, het aantekenboekje is volwassen geworden. Het is inderdaad uitgegroeid tot een *echt* – authentiek – boek én tot een *treffend* boek over interculturaliteit.

Vanuit het hart aan te bevelen als rijke voedingsbron voor iedereen.

Edwin Hoffman

*Onderzoeker, adviseur en trainer interculturele communicatie en diversiteit; ontwikkelaar van het TOPOI-model*







# Hoe lees je dit boek?

De hoofdstukken in dit boek kun je in verschillende volgorden lezen.

Een goede start maak je door eerst de *Rondleiding: dit boek en ik* te lezen. Je weet dan wie er spreekt en of jij tot het publiek behoort waarvoor dit boek is geschreven.

De titel van het eerste hoofdstuk is *Handreiking voor hulpverleners in een wereld van verschil*. Ben jij leerkracht, trainer, coach, eco-activist, burger? De kern van de boodschap hoort ook jou toe. Bij het schrijven van een boek moet je keuzes maken. Je aanvankelijke weerstand bij de titel van dit boek zal na het lezen van dit hoofdstuk hopelijk smelten als sneeuw voor de zon.

Hoe die wereld van verschil eruitziet, lees je in *Hulpverleners in een wereld van verschil: van heterogeniteit naar heterogenialiteit*. Ik introduceer in dit hoofdstuk de begrippen superdiversiteit, meerstemmigheid, pluralisme en ik geef daar betekenis aan. De superdiverse samenleving vormt immers het decor voor de ontmoetingen in de zorg. Ik confronteer je met de gevoelige zones van de dominante groep in deze samenleving, omdat het altijd goed is eerst wat zelfkennis op te doen voor je de stap naar de ander zet.

De fundamenteën van een hulpverleningsrelatie in deze wereld van verschil, lees je in *Liefde in tijden van angst*. In dit hoofdstuk beschrijf ik de grondhouding waarmee je in een wereld van verschil aan hulpverlening kunt doen en ik duid de talenten aan die je kunt beoefenen om opener en vrijer in de straten van deze superdiverse samenleving rond te lopen. Wil je weten hoe dit alles er in de praktijk uitziet? Bij elke grondtoon van liefde kun je kennismaken met hulpverleners die dit ideeëngoed in de praktijk brengen.

En hoe ziet interculturele zorg er dan uit? Wat moet je kennen en kunnen in de wereld vandaag? Meer over de gereedschapskist die hulpverleners

vandaag de dag nodig hebben, lees je in *Beoefen een vredevolle praktijk*. De vijf metaskills die ik daar presenteer, breng ik in verbinding met vijf methoden die stilaan ingeburgerd raken in deze wereld en hun nut bewezen hebben. Ik stel je dankbaar voor aan het gedachtegoed en de praktijken van TOPOI, mindfulness, cocreatief werken, geweldloos verzet en Deep Democracy. Want het heeft geen zin om opnieuw het warme water uit te vinden, maar het is wel belangwekkend om relaties tussen deze benaderingswijzen te zien, ermee kennis te maken en er je eigen mix van te maken.

In *I-scream: de innerlijke reis* ga ik nog een stapje verder op dit pad. Ik beschrijf meer naar de diepte toe de transformatie die we als hulpverleners maken om ons werk te kunnen doen. Het gaat over zijn, meer dan over doen. Het gaat over het innerlijk werk. Het gaat over wie je bent en wie je wordt in interculturele zorgrelaties.

Sla dit boek niet dicht zonder de *Uitleiding* te hebben gelezen. Daarin formuleer ik krachtig waarom ik dit boek heb geschreven. Het geeft grond onder je voeten als je tijdens het lezen soms denkt: waarom is dit nodig?

Veel lees- en leerplezier!

Naast de citaten doorheen dit boek zijn enkele icoontjes terug te vinden. Die kunnen op de volgende manier gelezen worden:



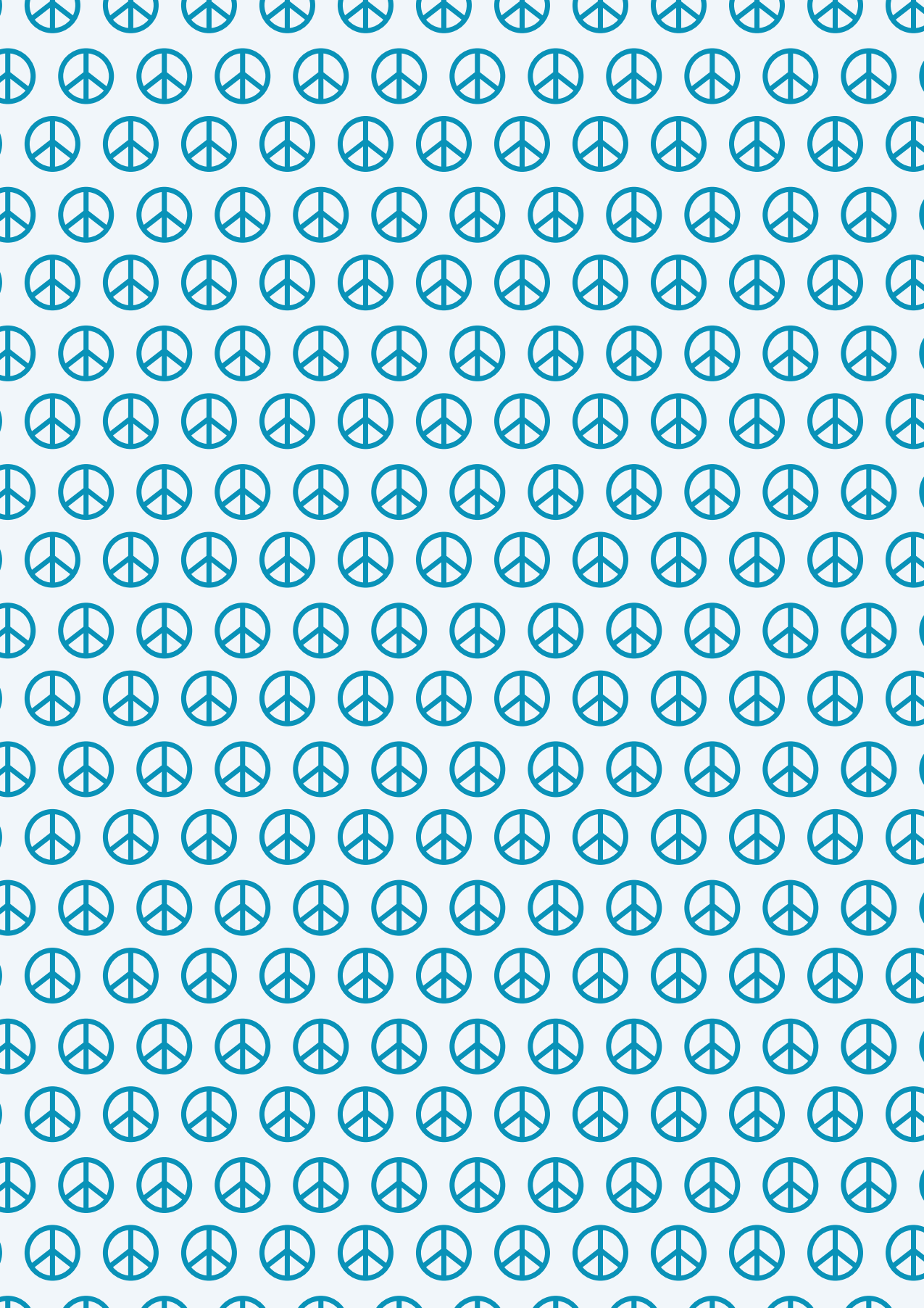
Praktijkvoorbeeld



Doordenker



Verhaal



# Rondleiding: dit boek en ik

Vooraleer je als lezer met dit boek aan de slag gaat, verdien je te weten wie de persoon is die dit boek geschreven heeft. Een rondleiding in hart en hoofd van de auteur als het ware. Om de bezieling die in dit werk verschoolen ligt te duiden, te weten wie de pen hield.

Want de ontmoeting met de ander krijgt vorm in het vertellen van mezelf. Geen groot ego stelt zich aan je voor, wel iemand die nederig, doch vastberaden een boodschap wil brengen. Over een droom die al in daden leesbaar is. Hoe zou hulpverlening er kunnen uitzien als we allen bewuster in het leven staan, als we de ander erkennen, een relatie aangaan en van daaruit doen wat die ander echt nodig heeft? Het is in essentie een boodschap van liefde en vrede. [Love & peace](#).

**bell hooks inspireerde me met haar werk. Ze schreef een boek 'All about love' waarin ze een betoog houdt voor leven vanuit een liefdesethiek. Daar is moed voor nodig. Moed in woord en daad. In de nadagen van 22 maart 2016, de aanslagen in Brussel, verschenen er overal boodschappen van liefde en hoop. Het bevestigde me om door te gaan met mijn werk. Nu meer dan ooit.**

Schrijven begint met jezelf te zien als schrijver. Dat alleen al kostte me drie jaar. Het verlangen te schrijven groeide uit de vele stemmen die klonken in mij, inspirerende auteurs die ik las én gedreven praktijkwerkers die ik ontmoette; de imperfectie om in de eigen pogingen een verschil te maken én de momenten van geluk wanneer je echt verbinding tussen mensen kunt voelen. De volgende drie jaar waren nodig om uit het vele materiaal dat ik verzamelde een eigen stem te laten klinken. De mensen die me motiveerden, waren degenen die me aanmoedigden om te schrijven omdat ze dat wat ik vertel in trainingen, lezingen en tijdens coaching nog eens opnieuw wilden kunnen vastpakken. Van betekenis kunnen zijn voor de ander is een belangrijke drijfveer om met wat dan ook creatief aan de slag te gaan. Mijn partner en mijn kinderen steunden me in dit schrijfproces. Geduld en vrijgevig lieten ze mij begaan in mijn worste-

ling met papier, potlood en toetsenbord. Ruimte laten tussen de regels is waar groei mogelijk wordt. Met wie ik het meeste worstelde, was met mezelf. De onzekerheid die me parten speelde –heb ik echt wel iets te vertellen dat het kappen van een boom waard is? Het durven stoppen en kijken en doorademen. Inzicht en opluchting aan het eind. Zo werd dit schrijfproces zelf ook een voorbeeld van de principes die ik beschrijf in dit boek. Love, peace and I-scream.

**Mijn collega-vriendin Gunilla gaf me in augustus 2009 een boekje dat ze meebracht uit India, waarbij haar opdracht luidde:**

**‘Voor jou,**

**Om allerlei te noteren: ideeën, invallen, plannen, verbazing, frustratie, inspiratie ...**

**Opdat het ooit allemaal samen mag komen in een echt treffend boek over interculturaliteit.’**

**Ik ben benieuwd hoe zij er nu over denkt.**

De kern van wat ik in dit boek wil vertellen, gaat over een thema dat ook op mijn eigen levenspad een patroon was: anders-zijn. Bij tijden de outsider. Soms de rebel. Ook wel vermomd als the good girl. Dat thema was in mijn werk een rode draad: in het begeleiden van divers samengestelde vrijwilligersgroepen, in het leidinggeven aan een intercultureel team, in het opvoeden van kinderen zonder label, in het coachen en trainen van hulpverleners, in het lesgeven aan een superdiverse studentengroep, in het onderzoek doen naar wat moeders in migratie vertellen en daar de heimwee van je eigen moeder in herkennen. Een thema dat in mijn moederschap een rol speelde met drie heel verschillende bijzondere kinderen. Een thema dat je in deze samenleving niet onberoerd kan laten.

Lang ben ik op zoek geweest naar de magische formule waarmee je verschillen tot harmonie brengt, tot ik ontdekte dat net in de frictie de schoonheid zit. Zoals een ruwe rots die een gepolijste steen wordt door het water dat er eeuwenlang overheen schuurt. Het leven met en in verschil verrijkt het samenleven en samenwerken. Heterogeniteit kan heterogenialiteit worden. Tenminste, als je daarbij bereid bent te leren: de in jou ondergesneeuwde talenten doorontwikkelt, onaangeroerde bronnen van wijsheid aanspreekt en overtollige ballast overboord durft te gooien. Een leerproces dat ik met jou wil delen en kan beschrijven, misschien

juist omdat ik zelf nog niet volleerd ben. Op die manier in het leven staan is immers een ongoing process. Love, peace and I-scream.

**Mijn partner en ik zaten laatst samen in onze zetel. Dat gebeurt niet zo vaak en als het gebeurt is het vaak laat. Verzuchtend dat het leven zo druk is, dat de puzzel van werk, gezin en engagement soms wel zwaar weegt. Waarop Patrick me zei: 'Dit alles doe ik omdat ik mijn kinderen later recht in de ogen wil kunnen kijken en kan zeggen: "We hebben het tenminste geprobeerd." Een wijze les die me lang zal bijblijven.**

Dit boek is ook een manifest, een oproep om 'fatsoenlijke mensen te zijn die fatsoenlijke dingen doen'<sup>1</sup> en zo samen vorm te geven aan een eco-rechtvaardige samenleving waar het goed is om te leven voor iedereen op deze planeet, nu en in de toekomst. Dat is de droom. En tegelijkertijd ook de alledaagse daad. Besloten in love, peace and I-scream.

Ik schreef het met de stille hoop dat het ook jou inspireert, uitdaagt, erkenning en herkenning brengt en zorgt voor verbinding in verschil.

**Kom  
laat ons  
voor één keer vrienden zijn  
laat ons  
onzelf het leven gemakkelijk maken  
laat ons  
minnaars zijn en beminden  
de aarde zal aan  
niemand worden nagelaten<sup>2</sup>**



LOVE, PEACE  
& ICECREAM<sup>3</sup>





# Handreiking voor hulpverleners in een wereld van verschil

## Helden van hulpverleners

In essentie komt goede zorg neer op fatsoenlijke mensen die fatsoenlijke dingen doen. Het is niet moeilijk, denk je dan. Zo simpel als love, peace & ice-cream! Ja, zo simpel en tegelijk ook zo moeilijk. En-en denken!

Anne werkt in een opvanghuis voor jongeren. Het is er altijd druk: het huishouden moet gedaan worden, de jongeren moeten gestimuleerd worden om te werken voor school of stage, er zijn fricties die besproken moeten worden. Op een avond belt er onverwacht iemand aan: een totaal doorweekt meisje staat voor de deur met een zeer onsamenhangend verhaal. Ze was op weg naar Syrië, maar heeft het vliegtuig niet genomen. Even flitst het door Annes hoofd dat ze haar moet doorverwijzen, maar al snel spreekt haar hart. Ze laat het meisje binnenkomen en zonder veel verdere vragen geeft ze haar de gelegenheid een bad te nemen en vraagt ze een ander meisje om even wat kleren te lenen. Terwijl de kleren van het meisje drogen, nodigt ze haar uit voor een kop thee aan de warme haard. Andere jongeren komen erbij zitten, zijn verwonderd, stellen vragen. Anne luistert, stuurt af en toe het gesprek en laat gebeuren. Ze weet dat dit meisje niet hier in huis kan blijven. Maar voor haarzelf, voor de bewoners en voor dit meisje is het een hartverwarmende avond hier en nu. Waarom niet eigenlijk, op gastvrijheid staat geen prijs. Meer nog, de andere jongeren blijken opeens niet zo'n last meer te hebben van territoriumafbakening en onderlinge strijd wanneer ze horen wat dit meisje overkomen is en ze geven haar wat ze zelf soms nooit hebben ontvangen.



Anne is zo'n held van een hulpverlener. Ze treedt buiten de geëffende paden en doet vanuit haar hart wat nodig is. Als je hulpverleners hierop vraagt, geven ze aan dat ze 'gewoon' 'goede' of 'passende' zorg willen bieden. Met dit boek wil ik woorden geven aan deze intuïtieve benadering van goede zorg. In de Love- & Peace-woorden vind je de sporen van die

zorgzame professionaliteit die hopelijk ook erg herkenbaar zijn voor jou in jouw praktijk. En als ze niet herkenbaar zijn, laat je er dan door inspireren. Met Love & Peace beschrijf ik vier talenten en vijf metaskills die je terugvindt bij elke heterogeniale hulpverlener. En wil je je daarin (verder) bekwamen, volg dan het leerpad in het laatste hoofdstuk (*I-scream: de innerlijke reis*). Aan bod komt daar de innerlijke reis die we daarvoor moeten maken, het werk dat we hebben met onszelf en in de wereld om een ander geluid te durven laten horen, om het anders te durven doen.

## Wat brengt een held zijn me op? Geluk, groei en minder problemen

Ook jij kunt een heterogeniale hulpverlener worden. In deze superdiverse samenleving zijn verschillen aan de orde van de dag. En net in die verschillen ligt een rijkdom aan innovatieve praktijken en creatieve denkwijzen. Een held van een hulpverlener is zij die deze andere stem weet te beluisteren en erdoor geraakt wordt. De zorg die zij biedt, vertrekt van andere principes dan de heersende marktlogica in de zorg.

Door in het verschil te staan, te leven, leren we *beter omgaan met problemen* waar we vandaag de dag tegenaan lopen. Bijvoorbeeld:

- In de zorg ervaren we de grenzen van het evidence-based werken. Niet in het minst door de gigantische berg administratie die erbij komt kijken en die een enorme tijdsconcurrent is geworden van de menselijke kant van de zorg. Ook doordat de ziekten en genezingen van vandaag niet allemaal binnen dit kader passen of een plaats kunnen vinden. Dapper zijn de dokters die ook erkennen dat er een andere weg is en die durven doorverwijzen, zelfs als de collega's waarnaar ze doorverwijzen de eed van Hippocrates niet hebben afgelegd. Die met schroom toegeven dat ze niets (meer) voor deze patiënt kunnen doen dan aanwezig zijn.

Een man van 56 jaar heeft nog weinig perspectief op een genezende behandeling en kiest ervoor om de andere kankerbestrijdende behandelingen, waardoor zijn levenskwaliteit enorm aangetast werd, niet meer te ondergaan. Hij geeft de dokter aan dat hij al zijn hele leven goed geholpen is met homeopathie. Hij start in overleg met zijn homeopaat een leverontgiftende behandeling en een immuunversterkend programma. Homeopaat en dokter gaan in overleg om de man een zo comfortabel mogelijk leven te geven door



daarnaast aan gerichte pijnbestrijding te doen. Deze man heeft zijn levensverwachting verdubbeld en is door het overleg en de co-consultatie tot op het einde actief en aanwezig gebleven, zoals hij het zelf wenste.



- In de zorg vandaag de dag draait het om bedbezetting, om prestaties, om het bestendigen van een bepaalde hiërarchie, om de titel van beste in een klassement van ziekenhuizen ... Zorgverleners geven zelf aan dat de mensen in het hele verhaal voor hen soms zo onzichtbaar worden. En dat net op die momenten dat we als mensen zo kwetsbaar zijn. Want er is geen moment zo intens als de zorg die je ervaart bij geboren worden of sterven.

Een jonge studente logopedie loopt stage in een rusthuis. Wanneer ze bij een oudere dame binnenkomt, merkt ze dat deze mevrouw het heel moeilijk heeft met ademen. Ze beseft dat deze mevrouw zal sterven. Snel roept ze de hulp in van de verpleging. Die kunnen echter niet komen, want de twee aanwezige verpleegsters moeten op dat moment met de dokter hun ronde doen bij alle bedden. De oude dame overlijdt, moederziel alleen.



- In de hulpverlening aan ouders en kinderen stoten we op twijfels en soms onkunde om om te gaan met de grenzen van het opvoedingsideaal dat 'autonomie' heet. Alles moeten kinderen zelf leren doen en liefst zo snel mogelijk: zelf zitten, zelf hun studiekeuze maken, zelf hun geld beheren, zelfstandig leren ondernemen. We verwachten veel van dat zelf, van dat autonome individu, dat schijnbaar vaak, los van alle anderen, keuzes maakt, daar de consequenties van draagt en vervolgens weer zelf verder aan de weg timmert. Soms loopt dat fout en geven kinderen aan dat ze niet meer zelf willen beslissen, maar dat iemand het even overneemt. Letterlijk zeggen ze het soms, maar nog veel vaker figuurlijk door af te haken op school, depressief te worden, aan zelfdoding te denken. De hulpverlening is zo gericht op dat zelf, het zelfstandig maken, de kracht van het individu dat zowel naar werkmethoden als resultaten het hele proces hierdoor gekleurd wordt. We dreigen te vergeten dat, behalve gezondheid en inkomen, vooral onze relaties met anderen ons gelukkig maken.

In een voorziening voor kinderen met een handicap ontstaat discussie tussen de ouders en de opvoeders van een achtjarig meisje met een mentale en fysieke beperking. De ouders vinden dat de instelling haar verwaarloost; de opvoeders vinden dat het meisje door haar ouders verwend en gepamperd wordt. De instelling doet aan zelfstandigheidstraining en leert het meisje zo veel mogelijk zelf doen: jas aan, zelf eten, plannen van activiteiten ... De ouders vragen zich af waarom zij zelfstandig zou moeten zijn als ze toch nooit zelfstandig zal kunnen wonen of leven. Laat haar dan genieten van de zorg door anderen, zo menen zij.



- Voor mensen die vluchten voor ondraaglijke levensomstandigheden en die hopen hier een nieuwe thuishaven te vinden, sluiten we steeds vaker de deuren. We duwen hen – soms letterlijk – de zee in, we geven hen geen volwaardige kansen op de arbeidsmarkt door hun diploma's niet te erkennen, we stellen het Nederlands als voorwaarde voor een dak boven het hoofd, we vinden alles aan hen – zucht – 'moeilijk'. Terwijl zij misschien wel de boodschappers zijn die ons op een ander pad kunnen brengen. En dat is blijkbaar ook wat sommige mensen drijft om erg geëngageerd wél een warm onthaal te bieden, wars van formele structuren.

Mona is een jonge vrouw, van Iraanse afkomst, gevlucht voor de oorlog uit Syrië. Ze heeft een diploma als psychologe maar kan hier niet aan de slag. Haar diploma wordt niet erkend en 'ze spreekt de taal niet'. Dat klopt, Nederlands is de zesde taal die ze op haar pad moet leren. Wat zij aan talen- en mensenkennis heeft is van onschatbare waarde voor ons hulpverleningsaanbod. Wie mist hier een kans?



In goede zorg draait het dus niet om winst of prestaties. Maar waar gaat het dan wel om? Als je zorgverleners en zorgvragers hoort, gaat het voor hen in essentie om: *gelukkig kunnen zijn*. In het boek *Van ziek zijn word je wijzer*<sup>4</sup> lees ik zeven factoren die invloed hebben op het geluksgevoel: familiebetrekkingen, financiële situatie, werk, sociale omgeving, gezondheid, persoonlijke vrijheid en levensfilosofie. Van die zeven hebben er slechts twee direct iets te maken met onszelf, de andere gaan over onze relaties met anderen. En keer op keer wordt dit in onderzoek bevestigd: niet een overvloed aan materiële goederen, niet een reeks academische titels, maar wel ervaringen delen met anderen en het goede doen voor an-