

A photograph of a park bench with a black metal frame and wooden slats, set on a paved path next to a grassy area. The bench is empty, and its shadow is cast on the pavement. Overlaid on the image are six Dutch phrases in white text.

ik mis...

ik geniet van...

ik ben verdrietig om...

ik heb zin om...

ik hoop op...

ik geloof in...

Waar geloof ik in...?
Wie of wat mis ik...?
Waar hoop ik op...?
Waar heb ik (geen) zin in...?
Wat maakt me verdrietig...?
Waar kan ik van genieten...?
Hoe kan ik de moed er in houden...?

Bovenstaande zinnen zijn voorbeelden van vragen die bij u kunnen opkomen, u bezig blijven houden en van invloed kunnen zijn op hoe u de zin en betekenis van uw leven ervaart.

Iedereen heeft er wel eens mee te maken, maar hoe het lukt om met dit soort vragen om te gaan, hangt ook af van de ernst of aard van de omstandigheden: ingrijpende gebeurtenissen, iemand verliezen, een ernstige ziekte, ziekenhuisopname, een nieuwe levensfase. Maar ook blijfe veranderingen of gebeurtenissen, kunnen van invloed zijn op hoe u de zin en betekenis van uw leven beleeft.

Ondersteuning

Wat passende ondersteuning is, hangt af van uw zingevingsbehoefte. U kunt hierover in gesprek gaan met iemand met wie u al vertrouwd bent.

U kunt ook de animatie bekijken door de QR code te scannen om inzicht te krijgen in verschillende ondersteuningswijzen.



Een andere mogelijkheid is om telefonisch contact op te nemen met het landelijke Centrum voor Levensvragen. Vanuit daar kan iemand met u bespreken en meedenken welke ondersteuning voor u mogelijk en passend is. Deze ondersteuning is soms kosteloos. Contact opnemen met het landelijk Centrum voor Levensvragen? Telefoon: 085-0043063

U kunt ook op de website kijken voor een Centrum voor Levensvragen in uw regio.
Website: www.geestelijkeverzorging.nl/plattegrond