

Samenvatting Levensbeschouwing Hoofdstuk 2, Verlieservaringen



Samenvatting door een scholier

603 woorden

15 jaar geleden

★ 6,6

62 keer beoordeeld

Vak	Levensbeschouwing
Methode	Zin in zin

Levensbeschouwing Hoofdstuk 2. Verlieservaringen.

* Verlieservaring: Belangrijke verlies van iets of iemand waar je aan gehecht was, dat niet makkelijk te vervangen is of vergeten wordt. Zo'n verlies maakt verdrietig en doet psychisch pijn.

*Verlies is een intense, persoonlijke en verdrietige ervaring. Iedereen ervaart dit anders.

* Incidentele verlieservaringen: deze ervaringen horen niet bij overgangen van de levenscyclus, maar komen incidenteel voor. Ze staan op zichzelf en geven je leven een totaal andere richting.

Verlieservaringen bestaan uit 2 onderdelen:

- Verliesgebeurtenis, het voorval, het gebeuren van verlies.
- Betekenis, iedereen ervaart het op z'n eigen manier en geeft dus een eigen betekenis aan dit verlies. Het ligt eraan hoe je ertegen aankijkt (vanuit welke optiek).

Verschillende optieken om verliesgebeurtenissen te benaderen:

- Lichamelijk * sociaal
- Psychisch * economisch
- Juridisch * cultureel
- Medisch * educatief

Het verwerkingsproces (Rouwproces).

3 fases>>> Afweer, Afscheid, Acceptatie v/d nieuwe situatie. (de drie A's)

Vanuit Psychische optiek:

*Afweer:

Je laat het verdriet niet doordringen. Je weert het af met een afweermechanisme, waarbij het verlies en

de emotionele pijn buiten je bewustzijn worden gehouden.

Afweermechanismen: Ontkenning, verdoving, protest, zoeken naar wat verloren is, onderhandelen en wegvluchten.

* Afscheid: (brug tussen Afweer en Acceptatie)

Het slechte nieuws dringt tot je door, je beseft wat er is gebeurd. De gevolgen van het verlies worden steeds duidelijker, je gaat de realiteit onder ogen zien. Er wordt intens gerouwd.

Uitingen van het rouwen:

- Emoties: Angst, boosheid, schuldgevoelens, wanhoop en somberheid.
- Uitingen van emoties: Huilen, woede uitbarstingen, lusteloosheid.
- Gedrag: Terugtrekken van anderen, zoekt naar symbolen om verlies vast te houden.
- Psychische processen: Dromen, verwarring, concentratieproblemen.
- Lichamelijke problemen: Hoofdpijn, maagpijn, benauwdheid, tekort aan energie, overgevoeligheid voor geluid.

* Acceptatie van de nieuwe situatie:

Je geeft het verlies een plaats en gaat je aanpassen aan de nieuwe situatie. Het is een actief proces wat zich meestal uit in bedenken en uitvoeren van activiteiten die horen bij de nieuwe situatie. Je probeert er het beste van te maken.

3 fases>>> Afweer, Afscheid, Acceptatie v/d nieuwe situatie

Vanuit de Levensbeschouwelijke optiek.

Hierbij wordt gekeken naar wat het verlies ten diepste voor je betekend, je vraagt naar de uiteindelijke betekenis van het verlies in de rest van je leven. Je neemt deze optiek in door levensvragen te stellen.

* Afweer:

Naast de kenmerken van deze fase stel je vragen als:

- Waarom zou ik doorgaan?
- Heeft mijn leven nog enige zin?

* Afscheid:

Naast de kenmerken van deze fase stel je vragen als:

- Hoe kan ik met dit verlies leven?
- Komt er voor mij ooit nog iets om voor te leven?
- Hoe nu verder?
- Hoe kan ik omgaan met de mensen om mij heen?

* Acceptatie van de nieuwe situatie:

Naast de kenmerken van deze fase stel je vragen als:

- Hoe moet ik nu alleen verder?
- Hoe kan ik mijn leven weer opbouwen?

- Wat is er voor mij belangrijk in het leven?

3 verschillende levensvisies:

Christendom, Humanisme en de burgerlijke levensvisie.

*Christendom:

God wordt gezien als een helper of een vriend. Hij steunt je en geeft je kracht om verder te leven met het verlies.

*Humanisme:

Mensen hebben dan oog voor de kwetsbaarheid van anderen, ze proberen anderen te helpen, niet alleen te laten maar elkaar te steunen.

* Burgerlijke levensvisie:

5 centrale waarden:

- Ieder mens is een zelfstandig persoon.
- Mensen kunnen vrijwel alles zelf.
- Materieel bezit is van groot belang
- Het is belangrijk om carrière te maken.
- In je relatie met anderen zijn contracten van belang (arbeidscontract, samenlevingscontract).

Mensen staan niet lang stil bij het verlies, ze delen het vaak niet met anderen. Het leven gaat voor hen gewoon door, ze storten zich op een carrière en materieel bezit.

In een levensverhaal worden belangrijke gebeurtenissen in iemands leven beschreven, die mensen maken tot wat ze zijn. Momenten van geluk en blijheid en momenten van pijn en verdriet.