



# Actie ondernemen

## Doel

CURA is uiteindelijk gericht op 'doen': het samen met collega's, patiënten en naasten werken aan goede zorg. Het gaat er niet altijd om je handen uit de mouwen te steken: soms is 'doen' ook iets zeggen, of zelfs de situatie accepteren zoals deze is.

## 1 Wat vind je het meest belangrijk in deze situatie?

Maak de balans op: sta stil bij wat in de vorige stap naar voren is gekomen. Wat is hierin voor jou doorslaggevend? Wat moet volgens jou of jullie leidend zijn in wat je gaat doen? Bijvoorbeeld: veiligheid, dat de patiënt goed afscheid kan nemen, dat de familie zich heeft kunnen voorbereiden op het overlijden, de autonomie van de patiënt, je eigen grenzen bewaken, etc.

## 2 Wat ga je op basis hiervan doen?

- Stel vast wat je gaat doen op basis van bovenstaande. Wees zo concreet mogelijk!
- Overweeg wat mogelijk negatieve gevolgen hiervan kunnen zijn, en hoe je deze kunt voorkomen of beperken.
- Professioneel handelen betekent dat je protocollen en richtlijnen volgt, maar ook dat je daarvan afwijkt als jij denkt dat dat het beste is

### Tip

Besef dat je altijd iets kunt doen en dit bewust en weloverwogen kunt doen. Zelfs achteraf, door op een situatie terug te komen, melding te maken of het te bespreken met je leidinggevenden.

in de situatie. Dit moet je natuurlijk wel kunnen uitleggen. Hierbij kan CURA helpen. Bijvoorbeeld: de wondverzorging moet iedere dag plaatsvinden volgens de richtlijn, maar dit doet de cliënt veel pijn. Je kiest er daarom samen met de cliënt voor om dit om de dag te doen, en stemt dit af met de arts.

### 3 Hoe past dit bij waar je voor gaat in je werk?

- Denk aan waarom je dit werk bent gaan doen: wat zijn jouw drijfveren om in de (palliatieve) zorg te werken?
- Stel vast of en hoe je keuze voor een handelingswijze hierbij aansluit. Kun je dit misschien nog meer op één lijn brengen?

### 4 Ben je tot nieuwe inzichten gekomen?

- Is je twijfel verminderd of je eerste oordeel over de situatie veranderd? Zo ja, hoe?
- Het kan ook zijn dat je hier vaststelt dat je er (samen) nog niet uit bent, en dat je andere middelen of betrokkenen wilt inschakelen (zoals een moreel beraad of MDO, je teamleider of iemand met een bepaalde inhoudelijke expertise).

### 5 Is je gevoel over de situatie veranderd?

Als je twijfel en/of negatieve emotions zijn afgenomen, kán dit een teken zijn dat de CURA-bijeenkomst heeft geholpen bij het vinden van een goede omgang met de situatie, en met belasting of stress die de situatie met zich meebrengt.

#### Tip

Waar ga jij voor in je werk? Onderzoek wijst uit dat als je daarnaar handelt, je beter om kunt gaan met de belasting die je kunt ervaren in je werk als zorgverlener. Ook al verloopt de situatie niet zoals jij graag had gezien, je kunt in ieder geval achter je eigen handelen staan.