Inspiratiegids
Vrijwilligers in woonzorgcentra
Bijlage bij reflectieoefening

UCLL HOGESCHOOL Research & Expertise

Uitgewerkte koppeling: Emoties en talenten

(op basis van Dewulf's 39 talenten)

Gebruik onderstaande tabel als inspiratiebron bij vraag 3 van de reflectie-oefening.

Emotie van de bewoner	Wat helpt de vrijwilliger? (Talenten volgens Luc Dewulf)
Dankbaarheid	• **Stille helper**: biedt zachte, niet-opdringerige zorg; zorgt dat een ander kan genieten/uitblinken • **Samenbrenger**: iemand die mensen in contact kan brengen, mensen erbij kan betrekken • **Vertrouweling**: kan bewoners zich gehoord en gezien laten voelen; kan een veilige context creëren waarin anderen zich veilig voelen; kan sterk contact maken met anderen
Rust / Sereniteit	• **Momentgenieter**: blijft kalm in veranderingen; brengt vanzelf innerlijke rust • **Doorzetter**: houdt van voorspelbaarheid, orde en structuur – wat een gevoel van rust en veiligheid geeft • **Rots**: blijft stabiel, rustig, zelfzeker in nieuwe of uitdagende situaties • **Stille helper**: creëert ideale voorwaarden voor rust zonder op de voorgrond te treden • **Sfeervoeler**: voelt spanningen aan en brengt harmonie; doet graag kleine dingen om mensen terug gelukkig te maken, maar kan ook intens verdrietig zijn als dat niet opgemerkt wordt.
Plezier / Amusement	• **Positivo**: spontane vrolijkheid en humor werkt aanstekelijk • **Samenbrenger**: zorgt dat bewoners zich welkom en deel voelen van het plezier • **Groepsdier**: houdt van samen bezig zijn en brengt een fijne groepsdynamiek • **Aansteker**: zet moeiteloos activiteiten (én mensen) in beweging • **Momentgenieter**: geniet mee en maakt het plezier luchtig • **Woordkunstenaar**: kan voor speelsheid en grapjes zorgen

Deze informatie werd ontwikkeld binnen het project *Vrijwilligers in Woonzorgcentra*.
Ontdek achtergrondinformatie, resultaten en aanvullende materialen op
https://research-expertise.ucll.be/nl/vrijwilligersinwzc

Waardevol / De moeite waard	• **Sterktearchitect**: ziet wat iemand goed kan en wat ze nodig hebben om hun beste zelve te zijn • **Vertrouweling**: kan sterk contact maken met anderen en een veilig gevoel creëren • **Kansengever**: benadert iedereen gelijkwaardig; kan iedereen het gevoel geven erbij te horen • **Stille helper**: laat bewoners schitteren/uitblinken
Veiligheid / Vertrouwen	• **Doorzetter / Planmaker**: zorgt voor voorspelbaarheid en structuur en daardoor voor een veilig gevoel • **Rots**: brengt rust, duidelijkheid en standvastigheid – iemand om op te leunen • **Sfeervoeler**: merkt onrust, spanning snel op / voelt dit aan
Betrokkenheid / Gestimuleerd	• **Groeimotor**: ziet potentieel in anderen en stimuleert kleine stappen • **Sterktearchitect**: ziet wat bewoners nodig hebben om te bloeien • **Aansteker**: brengt energie, initiatief; zet anderen in actie • **Beeldorganisator**: kan overzicht houden over activiteiten; kan met veel dingen tegelijk rekening houden • **Groepsdier**: maakt deelname aan activiteiten laagdrempelig
Creativiteit	• **Creatieve maker**: werkt graag met de handen; • **Ideeënfontein**: genereert veel creatieve invalshoeken • **Nieuwfreak**: bloeit open bij nieuwe technieken/ideeën; kan een frisse wind zijn voor bewoners
Nieuwsgierigheid	• **Kennisspons**: deelt graag interessante weetjes en informatie; heel waardevol in dialoog met bewoners • **Woordkunstenaar**: kan gesprekken heel levendig maken • **Ontstaansbegrijper**: zoekt verhalen en achterliggende betekenissen; benieuwd naar iemands verhaal • **Vertrouweling**: creëert veilige ruimte voor verdieping en vragen
Blijdschap / Tevredenheid	• **Positivo**: ziet altijd de positieve kanten, kansen en mogelijkheden; aanstekelijk enthousiasme; probeert spanningen weg te werken met humor • **Woordkunstenaar**: brengt speelsheid en humor in gesprekken • **Samenbrenger**: kan gezellige, warme groepsmomenten creëren; mensen samenbrengen en contacten leggen • **Groepsdier**: vindt het fijn om tot een groep te behoren en draagt hier ook graag een steentje in bij • **Momentgenieter**: brengt ontspannen positiviteit

Deze informatie werd ontwikkeld binnen het project *Vrijwilligers in Woonzorgcentra*.
Ontdek achtergrondinformatie, resultaten en aanvullende materialen op
https://research-expertise.ucll.be/nl/vrijwilligersinwzc

Gelatenheid / Onbeduidendheid	• **Sfeervoeler**: merkt stil verdriet en terugtrekking op • **Vertrouweling**: biedt ruimte voor gesprek en erkenning • **Kansengever**: ziet een bewoner zonder oordeel; erkent ieders waarde • **Sterktearchitect**: kan een bewoner helpen opnieuw hun mogelijkheden te voelen • **Bruggenbouwer**: versterkt verbinding tussen bewoners en anderen; lost – indien nodig – conflicten op
Angst / Onrust	• **Doorzetter**: kan d.m.v. structuur houvast, voorspelbaarheid en rust bieden • **Sfeervoeler**: merkt op wanneer spanning toeneemt • **Momentgenieter**: kan rustig blijven in onvoorziene omstandigheden
Verdriet / Kwetsbaarheid	• **Vertrouweling**: maakt diepgaande gesprekken mogelijk • **Sfeervoeler**: voelt verdriet intuïtief aan • **Stille helper**: biedt troostende nabijheid • **Herkauwer**: helpt bewoners gebeurtenissen verwerken via reflectie • **Woordkunstenaar**: vindt passende, zachte woorden om met de situatie om te gaan
Frustratie / Irritatie / Agressie	• **Rots**: stelt duidelijke grenzen en blijft rustig • **Momentgenieter**: kan kalmte behouden en blijft stressbestendig; voorkomt escalatie • **Bruggenbouwer**: zoekt steeds terug verbinding om misverstanden te ontmijnen

Overige talenten

In deze inspiratiegids koppelen we emoties van bewoners aan talenten van vrijwilligers. Hoewel Luc Dewulf 39 talentthema's beschrijft, kozen we er bewust voor om niet elk talent expliciet op te nemen in onze documenten.

Dit heeft twee belangrijke redenen: enerzijds, niet elk talent draagt rechtstreeks bij aan het oproepen of ondersteunen van de emoties die tijdens ons onderzoek vaak naar boven kwamen. De gids focust op emoties die in het contact tussen bewoner en vrijwilliger ontstaan – zoals veiligheid, betrokkenheid, creativiteit, plezier, dankbaarheid,.... Veel talenten sluiten mooi aan bij deze doelstellingen, maar bepaalde talenten hebben een meer persoonlijke, inhoudelijke of taakgerichte insteek, waardoor ze minder rechtstreeks bijdragen aan het begeleiden van emoties in een woonzorgcontext.

Voorbeelden van deze overige talenten zijn:

1. De bezige bij en de mooimaker

Beide talenten zijn op zich zeer waardevol, maar ze richten zich vooral op energie, activiteit, tempo en sfeer. Het zijn talenten die eerder bijdragen aan de organisatie of uitvoering van een taak, dan aan het tot stand brengen van emotioneel afgestemd contact met de bewoner.
Een belangrijke valkuil is dat vrijwilligers met deze talenten soms te veel vanuit hun eigen drive of esthetische standaard beginnen handelen. Daardoor bestaat het risico dat men – vaak onbedoeld – voorbijgaat aan het tempo, de mogelijkheden en de eigen inbreng van de bewoner. Denk bijvoorbeeld aan een activiteit als bloemschikken: een vrijwilliger die sterk vanuit zijn Mooimaker-talent werkt, kan geneigd zijn het bloemstuk "mooi" te willen maken en daardoor het werk van de bewoner overnemen. Dit kan bewoners het gevoel geven dat hun bijdrage minder telt of dat hun resultaat "niet goed genoeg" is en kan een zekere "gelatenheid" en passiviteit in de hand werken.

2. De bewuste beweger

Dit talent komt sterk tot uiting bij vrijwilligers die graag met hun lichaam bezig zijn en intuïtief aanvoelen hoe ze anderen fysiek kunnen ondersteunen. Een Bewuste Beweger gebruikt beweging en lichamelijke nabijheid op een zorgzame, veilige manier. In een woonzorgcentrum is dit talent vooral waardevol bij fysieke begeleiding, zoals wandelen of ondersteunen bij transfers.
In het oproepen van emoties speelt dit talent minder een rol, behalve wanneer het gaat om veiligheid en vertrouwen. Een vrijwilliger die te veel vanuit zijn eigen tempo of fysieke kracht werkt, loopt echter het risico de bewoner onzeker te maken. Denk bijvoorbeeld aan een wandeling waarbij de vrijwilliger sneller stapt dan de bewoner aankan: de intentie is goed, maar het effect kan net spanning of angst veroorzaken. Door bewust te vertragen en af te stemmen, komt de kracht van dit talent volledig tot haar recht.

Deze informatie werd ontwikkeld binnen het project *Vrijwilligers in Woonzorgcentra*.
Ontdek achtergrondinformatie, resultaten en aanvullende materialen op
https://research-expertise.ucll.be/nl/vrijwilligersinwzc

3. De buikdenker

Een buikdenker vertrouwt sterk op intuïtie en voelt snel mogelijke verbanden aan zonder ze meteen te kunnen verwoorden. Dit talent is waardevol in situaties waar een vrijwilliger moet inschatten wat er onder de oppervlakte zich afspeelt, bv. wanneer een bewoner niet expliciet zegt wat hij voelt, maar wel signalen uitzendt. In het *oproepen* van emoties (zoals plezier, creativiteit,...) komt dit talent minder rechtstreeks tot zijn recht.
De valkuil voor een Buikdenker is dat hij te veel kan varen op eigen ingevingen, zonder ze af te toetsen bij de bewoner. Dit kan leiden tot misinterpretaties. Denk bijvoorbeeld aan een vrijwilliger die “aanvoelt” dat een bewoner graag wil deelnemen aan een activiteit, hem daarop aanspoort, terwijl de bewoner net rust nodig heeft. Door intuïtie te combineren met open communicatie – door bijvoorbeeld vragen te stellen of even af te toetsen – komt dit talent beter in balans en kan het ingezet worden om subtiel de noden van bewoners zichtbaar te maken.

4. De trouwe vriend

Dit talent verwijst naar iemand die graag diepgaande, authentieke relaties opbouwt en veel waarde hecht aan loyaliteit en nabijheid. Een vrijwilliger met dit talent voelt zich vaak sterk verbonden met enkele mensen en maakt spontaan tijd voor betekenisvolle gesprekken en echte aandacht. Bewoners zullen deze oprechte interesse en warmte zeker enorm kunnen waarderen. Toch houdt dit talent in deze context ook een aandachtspunt in. Omdat een trouwe vriend graag duurzame, hechte relaties opbouwt, bestaat het risico dat een band met één bewoner te exclusief of emotioneel belastend wordt. Bijvoorbeeld wanneer een vrijwilliger bijna automatisch steeds dezelfde bewoner opzoekt, of wanneer een bewoner zich erg afhankelijk van één vrijwilliger begint te voelen. Door dit talent bewust in te zetten, zoals door nabijheid te tonen zonder exclusiviteit of afhankelijkheid te creëren, blijft het een grote kracht. Het helpt om bewoners te laten voelen dat ze ertoe doen, terwijl de vrijwilliger tegelijk ruimte laat voor gezonde grenzen en variatie in contact.

5. De zichtbare presteerder

Iemand met dit talent bloeit open wanneer die erkenning krijgt voor diens inzet; men houdt ervan om zichtbaar bij te dragen, om waardering te voelen en om zich nuttig te maken in situaties waar prestaties gezien worden. In veel contexten werkt dit motiverend en energiek: het talent geeft iemand de drive om taken goed uit te voeren en verantwoordelijkheid op te nemen. In een woonzorgcentrum vraagt dit talent echter om enige fijngevoeligheid. Omdat het bij vrijwilligerswerk in een zorgomgeving vooral draait om de bewoner centraal te zetten, bestaat er een risico dat de Zichtbare Presteerder – vaak onbewust – de waardering van bewoners of collega’s belangrijker gaat vinden dan de *beleving* van de bewoner an sich. In situaties waarin het emotionele tempo of de mogelijkheden van bewoners centraal staan, kan een sterke focus op “zichtbare resultaten” tot spanning leiden. Denk bijvoorbeeld aan een activiteit waarbij bewoners iets creëren (zoals bij bloemschikken) of deelnemen op hun eigen ritme. Een Zichtbare Presteerder kan het gevoel hebben dat die “iets moet laten zien” of zichtbaar een bijdrage moet leveren, waardoor die subtiel de leiding neemt of sneller stuurt – of zelfs volledig overneemt. Dat kan de authenticiteit van de beleving onder druk zetten, of bewoners het gevoel geven dat ze “niet goed genoeg” meedoen.

Deze informatie werd ontwikkeld binnen het project *Vrijwilligers in Woonzorgcentra*.
Ontdek achtergrondinformatie, resultaten en aanvullende materialen op
https://research-expertise.ucll.be/nl/vrijwilligersinwzc

Wanneer een Zichtbare Presteerder zijn talent bewust kan afstemmen op de noden van de bewoners, door waardering te vinden in kleine, betekenisvolle momenten in plaats van in zichtbare resultaten, wordt dit talent een mooie kracht. Het kan dan zorgen voor positieve energie en motivatie, zonder dat het contact scheefgetrokken raakt.

6. De zinzoeker

Een Zinzoeker laat zich in alles wat die doet leiden door waarden, overtuigingen en een gevoel van betekenis. Dit talent zoekt graag naar wat echt belangrijk is en voelt zich het best in omgevingen waar het handelen bijdraagt een 'groter geheel'. In die zin kan dit talent een krachtige drijfveer zijn om vrijwilliger te worden: veel Zinzoekers kiezen bewust voor engagementen waarin ze iets wezenlijks kunnen betekenen voor anderen.
Opnieuw speelt dit talent in de dagelijkse werking van het woonzorgcentrum minder rechtstreeks een rol inzake het oproepen van specifieke emoties bij bewoners. Wel kan een Zinzoeker, vanuit diens intrinsieke motivatie, een sterke bron van betrouwbaarheid en toewijding zijn. Een aandachtspunt is echter dat dit talent soms leidt tot een hoog verwachtingspatroon over hoe dingen "zouden moeten zijn", wat in een zorgcontext – waar flexibiliteit en afstemming op bewoners essentieel zijn – tot spanning kan leiden. Wanneer een Zinzoeker echter leert zijn waarden te verbinden met kleine, authentieke contactmomenten, wordt dit talent evenzeer een stille motor achter duurzaam en betekenisvol vrijwilligerswerk.

Niet van toepassing

Anderzijds zijn sommige talenten niet van toepassing op vrijwilligerswerk in een woonzorgcentrum. Ze zijn eerder professioneel, strategisch of taakgericht van aard. Het gaat onder andere om talenten zoals De Doordenker, Foutenspeurneus, Grenzenverlegger, Jazegger, Meetrekker, Ontrafelaar, Toekomstdenker, Uitblinker als ik dat wil en De Weger. Deze talenten zijn zeker waardevol in contexten waar analyse, prestatiegerichtheid, strategisch denken of dergelijke centraal staan, maar hebben minder directe toepassing in de interacties waar wij hier in deze inspiratiegids rond vrijwilligerswerk in een woonzorgcentrum op willen focussen.

Deze informatie werd ontwikkeld binnen het project *Vrijwilligers in Woonzorgcentra*.
Ontdek achtergrondinformatie, resultaten en aanvullende materialen op
https://research-expertise.ucll.be/nl/vrijwilligersinwzc