



Inge Vuijk

Was toen maar iemand eerlijk tegen me geweest

Stel je voor het overkomt jou. In een split second ligt je hele leven overhoop. Je knokt om te overleven. Als dat lukt, mag je het revalidatiecentrum beleven. Totdat je naar huis mag om weer echt te gaan leven. Je bent blij om eindelijk weer in je eigen bed te kunnen slapen.

Hoe vaak blijkt (pas) dan dat de meest simpele dingen niet meer vanzelfsprekend zijn. 'Even' koffie zetten is er niet meer bij, omdat je er simpelweg niet bij kan. Of even de hond uitlaten durf je niet, omdat de hele buurt je nakijkt. Je huis voelt niet meer als thuis. De gewone dagelijkse dingen zijn niet meer gewoon. En als je niet oppast, glipt het leven je door de vingers. Ik hoor het zo vaak. Te vaak.

Zo ook van Bart. Hij wordt met een dwarslaesie wakker op de achterbank van zijn auto. Een jonge sportieve vent, net afgestudeerd en op het punt om zijn ouderlijk huis te verlaten. Hij heeft een groep mooie vrienden om zich heen die hem in die eerste periode overal mee naar toe sleept. Maar ook

de mensen in het revalidatiecentrum werken zich drie slagen in de rondte om Bart weer uit bed, in de rolstoel en zo snel mogelijk naar huis te krijgen. Er worden dagjes naar de stad georganiseerd en een weekendje kanoën hoort ook bij de revalidatie. Want iedereen is het er over eens dat tijdens die activiteiten veel geleerd wordt. En Bart, hij vindt het allemaal prachtig, is overal voor te porren en laat zich overal mee naar toe slepen. Zijn ouders passen hun huis aan en Bart kan na vier maanden revalideren weer naar huis.

Wanneer hij thuiskomt, houdt hij het nog even vol om overal aan mee te doen en net te doen of zijn leven niet drastisch veranderd is. En dan valt hij om en komt in een diepe depressie

terecht. Hij heeft geen werk, woont op zijn 25^{ste} nog steeds bij zijn ouders en tot overmaat van ramp maakt zijn vriendin het uit. Hij is de grip op zijn leven volledig kwijtgeraakt.

Nu, enkele jaren later, vraag ik hem om terug te kijken op die periode. Hoe kon het gebeuren dat hij, na eerst letterlijk, ook figuurlijk uit de bocht vloog?

'Mijn ouders, mijn vrienden, iedereen was van het begin af aan zo lief en zorgzaam. Ik hoefde nergens over na te denken. Ook de mensen in het revalidatiecentrum namen me alles uit handen. Alles werd voor me geregeld. Zo ook het gesprek met mijn ouders om hun woning aan te passen. En dat terwijl ik voor mijn ongeluk juist bezig was om op mezelf te gaan wonen. Niemand vroeg me of dat wel een slimme zet was. Niemand die me af en toe een schop onder mijn kont gaf en me een reëel perspectief bood. Dat heeft mij niet verder geholpen. Er werd voor me gedacht en besloten. En ik had het niet eens in de gaten. Ik was bezig om mijn leventje van voor het ongeluk vast te houden. Terugkijkend was het een pamperomgeving en heb ik de eerlijkheid en oprechte betrokkenheid gemist, die me waarschijnlijk verder zou hebben geholpen.'

Het verhaal van Bart maakt mij opnieuw duidelijk hoe belangrijk het is om perspectief te bieden aan iemand die, bijvoorbeeld door een ongeluk, geconfronteerd wordt met een nieuw leven.

Vaak hebben mensen tijdens of net na hun revalidatie nog geen idee hoe het leven er verder uit kan zien. Dat vraagt om lef en eerlijkheid van iedereen die professioneel betrokken is. Dat gaat over contact maken en waardenvrij luisteren. Gewoon van mens tot mens. Alleen dan kan je de belangrijke dingen van het leven aankaarten, iemand een spiegel voorhouden en wijzen op de keuzes die er wel zijn. 'Waarvoor kom je je bed uit? Hoe wil je gezien worden door anderen? Wat zijn je dromen en ambities en hoe verhouden die zich tot de nieuwe situatie?' Dat is soms even heftig en confronterend maar wel zo eerlijk! Nog mooier is het om iemand in contact te brengen met mooie voorbeelden die je kent, zodat diegene kan gaan afkijken. Dat levert pas op aan inzicht en perspectief. Veel meer dan alle goedbedoelde adviezen in alle spreekkamers of tijdens keukentafelgesprekken bij elkaar. Het heeft Bart, weliswaar pas enkele jaren later, in elk geval enorm veel gebracht. Een harde levensles en eindelijk weer grip op zijn leven. ♦



(De persoon op de foto is geen cliënt van Rehab Academy)