

Helende verbanden

De tweede editie van Het Cadeau voor de Co vanuit het perspectief van een niet-BIG geregistreerde deelnemer

Door Alex Kiss, *praktijkhouder De Luisterij*

Hoe creëer je een sekte? Je geeft mensen een speciaal jargon, een uniform, je onthoudt ze van slaap, je houdt ze weg bij familie en vrienden en je stelt ze bloot aan autoritair leiderschap. Oftewel: je laat ze geneeskunde studeren.

Ik ben Alex Kiss, trauma-sensitief coach en counsellor, opgeleid aan het opleidingsinstituut van Gabor Maté. Dat is de man met bovenstaande grap begint wanneer je hem vraagt naar hoe het westerse medische model zelf gezonder gemaakt kan worden. Met titels erbij is het Dr. Gabor Maté, MD; iemand die de pijnlijkheid van zijn eigen grap goed kent. Een briljante arts die toen het leek alsof zijn medische carrière piekte, zelf zijn professionele autoriteit voor van alles en nog wat heeft gebruikt om er zijn eigen trauma achter te verschuilen. Tot hij het lef en de moed nam om kwetsbaar te zijn.

Vorige week zaterdag was ik aanwezig bij de tweede editie van Cadeau voor de Co. Ik heb er dezelfde verfrissende moed en lef geproefd als die ik van Maté ken. De moed om te erkennen dat de mangel waar je doorheen bent gehaald, misschien wel alles eruit heeft gehaald wat erin zat, maar als je niet oppast, er ook te weinig in te laten zitten van waar je als mens niet zonder kunt. Tijdens dezelfde lezing waar Maté bovenstaande grap maakte, haalde hij onderzoek aan waaruit blijkt dat er een piek is in het inlevingsvermogen, de empathie en de compassie van de gemiddelde geneeskunde student. Namelijk: vlak voor aanvang van hun studie. Ander onderzoek laat zien dat er ook een duidelijk dieptepunt is, namelijk vlak na aanvang van het derde jaar als de coschappen beginnen.

Wico Mulder, één van de initiatiefnemers en sprekers van deze dag, sprak ik op vrijdag over wat er die volgende dag op zijn programma stond. Ik zag het meteen: dit is precies een *sweet spot* waar belangrijke stappen gemaakt kunnen worden; ik wilde erbij zijn. En ik was er ook; met grote dank aan mijn vrouw die in reactie op mijn spontane bevlogenheid instemde om zich die zaterdag over onze drie jonge kids te ontfermen.

Het is enthousiasmerend om mee op reis te zijn geweest tijdens deze prachtige middag, en om deelnemers en sprekers uit warme kloppende harten te zien delen over hun vakoverstijgende passie voor hun vak. Zo gaaf om zomaar in het wild van [De Groene Afslag](#) een klein en hopelijk groeiend groepje toekomstig artsen te zien ópenstaan. Artsen die nu al van zo'n mate van professionaliteit getuigen, dat ze met zorg en aandacht kijken naar waar ze in de praktijk mee geconfronteerd worden en hoe dat aansluit bij wat hun eigen intuïtie daarover laat horen.

Ik heb geen geneeskunde gestudeerd en ben door hele andere mangels gehaald om te komen waar ik nu ben. Ik heb grote bewondering voor de persoonlijke offers die mensen maken om hun roeping om arts te worden waar te maken. Tegelijkertijd is het geen groot geheim dat het Nederlandse zorgsysteem onder druk staat en daarmee ook de zorgverleners zelf. Druk die op mij soms zó onmenselijk voorkomt, dat ik me goed kan voorstellen dat je er soms alleen maar mee kunt dealen als je het ontvankelijke en gevoelige deel van je mens-zijn tijdens werktijd soms even opschort.

De nood is hoog. En als die nood inderdaad zo hoog is, hoe gaaf is het dan om recht voor je neus te zien hoe nabij ook de redding kan zijn? Nabij in letterlijke zin, als in, dat heidagen als deze er überhaupt zijn. Ook in figuurlijke zin is die redding nabij; nabij in de zin van intiem, eigen, dicht op de huid, menselijk, persoonlijk.

Ik heb zaterdag mensen aan het werk gezien die toekomstig artsen nu al weerbaar helpen te maken, in het licht van een reële mogelijkheid dat het bestaande zorgsysteem te weerbarstig is om te veranderen. Maar als je de mensen die door dat systeem geholpen zouden moeten worden, op een andere manier alsnog kunt geven wat ze nodig hebben, wat maakt het dan uit dat een niet-dienstbaar systeem aan zijn eigen succes ten onder gaat?

Er is een verandering die óók van binnen een uit-z'n-voegen-barstend systeem in gang gezet kan worden, niet met als belangrijkste intentie om dat systeem zelf te redden, maar primair ter ondersteuning van alle mensen die heling in de praktijk willen brengen, of ze nu arts zijn of patiënt. Dat ik die intentie zie en heb kunnen delen met mensen uit de sector zelf, is hoopgevend. Ik zie daarin ook de mogelijkheid, welwillendheid én noodzaak van méér kruisbestuivingen tussen reguliere en aanvullend zorgverleners.

Alle sprekers hebben zaterdag iets van zichzelf laten zien dat de mangels waar ze tijdens hun opleiding en levens doorheen gehaald zijn heeft overleefd. Iets vakoverstijgends dat wat mij betreft van wérkelijk heemeesterschap getuigt. Het getoond worden, en daarmee gezien kunnen worden van de integriteit van ieder persoon als geheel, compleet mét alles wat kwetsbaar, ontvankelijk en soms nog steeds helende is, spreekt mij erg aan. Mooi ook om uit de reacties van de deelnemers op te maken hoe daarmee ook in een bestaande, dringende behoefte wordt voorzien.

Niet eens zo heel erg lang geleden hield ik nog wat krampachtig vast aan een oude overtuiging, namelijk dat mijn bijdrage gedoemd was om nietszeggend te zijn. En als het om de zorg ging al helemaal, omdat ik niet eens een BIG-registratie heb. Dat ik er dus écht, écht niets aan kon doen dat het zorgsysteem nou eenmaal zo is als het is. Het kostte me ook geen enkele moeite om medestanders te vinden die het geluid van mijn frustratie versterkten, maar verder niet veel méér deden dan dat. Gelukkig hebben de mensen met wie ik in opleiding was mij geholpen om op tijd een patroon te ontdekken en doorbreken. Namelijk: het patroon dat ik, door expliciet iets of iemand als schuldige aan te wijzen, ik mezelf impliciet als slachtoffer blijf positioneren. Dat ik daarover niet alléén theorie te lezen kreeg, maar ik juist alleen maar theorie kreeg ter aanvulling op het aan den lijve ondervinden hoe dit patroon in mijn eigen verhaal een rol speelt, maakt een wereld van verschil.

Zien wat de begrenzing is van ons zorgsysteem, veel elementen ervan nog steeds hartstikke prut vinden, maar er géén daderschap aan toekennen, betekent voor mij dat ik niet meer onder mijn eigen idee van hulpeloosheid gebukt ga. Dat ik vrij ben om met helder inzicht en kennis koers te bepalen en door te pakken waar dat kan. Daarmee leer ik ook steeds scherper die *sweet spots* te herkennen waar het inderdaad mogelijk is bij te dragen aan verandering die ik kan en wil onderschrijven.

Nog steeds begeef ik me in kringen waarin gemakkelijk vooral veel kritiek klinkt tegen een medisch-farmaceutisch politiek en economisch machtsblok dat door zijn eigen macht en welvaart gedreven wordt, in plaats van zich primair om ons welzijn te bekommeren. Ik maak me over dat systeem geen zorgen en vanuit mijn praktijk in de complementaire geestelijke gezondheidszorg hoef ik me gelukkig nauwelijks aan dat mechanisme te verbinden. Een verbinding waar ik in plaats daarvan wél wagenwijd voor opensta, is met de *mensen* die in dat systeem met heling bezig zijn. Daar reken ik ál diegenen onder die door een doordenderend apparaat onder de voet worden gelopen, of gelopen dreigen te worden, ongeacht of ze nu een witte jas aan hebben of niet. Er weer even aan herinnerd te worden dat een groot deel van alle mensen onder ons die wél zulke witte jassen dragen zich op z'n minst net zo hard voor broodnodige veranderingen inzetten, is bemoedigend.

Rust heb ik ook gevonden zaterdag. Rust in de wetenschap dat het ondanks de stress in de zorg, tegelijkertijd de normaalste zaak van de wereld is dat mensen teruggrijpen op waar ze van nature op gericht zijn: innerlijk weten; elkaar; de persoonlijke anamnese. Die vreselijk dure, economisch niet-rendabele oplossing van het investeren van tijd en aandacht in jezelf en elkaar.

Er is groots werk te verzetten wanneer je jezelf, met een beetje zelfrelativering, inderdaad als onderdeel weet te beschouwen van die 'medische sekte' waar Gabor Maté over grapt. Als je ondanks alles wat niet ideaal is aan de werkomgeving waarin je opereert, alsnog je eigen koers uitzet. Alsnog vasthoudt aan dat wat voor jou van waarde is. Gelukkig is het niet alléén de volgende generatie artsen die als enige die taak op hun schouders hoeven te nemen. Als je weet hoe je moet kijken zul je het ene na het andere voorbeeld kunnen vinden van collega's die je zijn voorgegaan en aan wie je een prachtig voorbeeld kunt nemen.

Dat ik hoopvol ben over de toekomst van degenen die heling in de praktijk brengen, is dus niet alleen omdat ik één inspirerende heidag heb meegepikt afgelopen weekend waar ik enkele artsen in opleiding nog vóór hun statistische professionele dip in medemenselijkheid heb zien *shinen*. Het is omdat ik ook daar iets herken van wat ik in de praktijk steeds vaker zie. Wanneer ik zelf patiënt ben in een ziekenhuis en om een persoonlijke anamnese vraag, weet ik uit ervaring dat ik niet langer alleen maar als 'lastige klant' gezien wordt. Ik weet dat ik er sommige specialisten juist extra blij mee heb gemaakt dat ik zoveel méér tijd en aandacht noodzakelijk maakte – omdat dat nou precies datgene dat ze ideaal gesproken aan ál hun patiënten zouden willen geven. En ik put ook hoop uit het groeiende vermogen van mensen, zoals mijn eigen cliënten, om zelf steeds gerichter te vragen naar wat ze écht nodig hebben.

De bereidheid om als beoefenaar van de geneeskunst met moed en lef je eigen kwetsbaarheid te omarmen, te integreren, en om naast je vakkennis óók die persoonlijke ervaring te gebruiken om helende verbanden aan te brengen neemt toe. Ik vertrouw volledig op de duurzaamheid van dat vermogen om helende verbanden te leggen, of het nu wordt toegepast binnen of buiten de grenzen van de systemen waarin wij opereren. Dat ik deel heb genomen aan de tweede editie van Het Cadeau voor de Co heeft dat vertrouwen gesterkt – heel erg veel dank daarvoor.