



Gastblog

Yol Kuijer

COACHING BIJ CF - LEVEND VERLIES

In het Wilhelmina Kinderziekenhuis behandelde ik als kinderfysiotherapeut kinderen met CF. Toen ik zelf moeder werd en ervaarde wat een ziekte bij ons kind, met ons als partners deed, besloot ik me te specialiseren tot ouderschapscoach. Zo startte ik in 2011 het project 'coaching na de diagnose' bij de NCFS.

Een chronische ziekte betekent verlies van gezondheid en daarmee verlies van allerlei verwachtingen die ouders met betrekking tot hun kind hebben. Dit verlies, ook wel 'levend verlies' genoemd, gaat niet over. Het vraagt om bijstelling in elke nieuwe levensfase.

Een ouder vertelde me: "Mijn partner gaat er zo anders mee om, we begrijpen elkaar niet meer, we drijven als eilandjes uit elkaar." De metafoer raakte me want dit is precies wat ouders vaak tegenkomen rond hun verdriet over CF bij hun kind. Het duale procesmodel¹ geeft die twee eilandjes naam en inzicht in hoe je als partners verschillend om kunt gaan met verlies van gezondheid bij je kind en hoe je elkaar daarin kwijt kunt raken. Maar ook hoe je weer naar elkaar toe kunt bewegen. Een moeder zei: "Ik heb het eerste jaar ervaren als een eenzaam proces. Mijn partner zei dat hij spijt heeft dat hij niet gezien heeft wat ik zag, hij dacht: 'het komt wel goed', en dat hoopte ik ook, maar ik voelde me er zo eenzaam onder. Fijn om van jou te horen dat het normaal is dat je dit als partners zo anders kunt ervaren."

Verlies van gezondheid is een vorm van rouw. Iedere ouder en elk kind gaat hier anders mee om. Rouw is een normale en gezonde manier van antwoord geven op verlies.

Lange tijd werd gezegd dat we verschillende fasen doorlopen en dat de rouw dan overgaat. Stroebe en Schut (2002)² toonden met het duale procesmodel aan dat dit een eenzijdige kijk is die bovendien niet altijd klopt. Bij gezonde rouw om verlies is er een 'slingerbeweging' tussen de verlies- en de herstellkant. Hoe je jezelf daartussen beweegt is persoonlijk, de één is meer verliesgericht en maakt af en toe een uitstapje naar de andere kant, de ander handelt vooral herstelgericht. De ene partner doorleeft de situatie en de andere heeft de focus op dóór-leven.

Duale Procesmodel



Als je slechts op één kant gefocust blijft, dan blijf je rondobberen. Het is als een roeiboot waarbij je maar één riem gebruikt: je blijft maar rondjes draaien. Je hebt de andere riem nodig om ergens te komen, om weer richting te geven aan je leven. Soms is het nodig om slechts één riem te gebruiken, als je van richting wilt veranderen en moet bijsturen.

Kinderen maken deze slingerbeweging van nature, het ene moment zijn ze verdrietig, vijf minuten later zijn ze weer gewoon aan het spelen. Ze laten in hun gedrag soms pas jaren later zien dat ze op de een of andere manier vastlopen. Ik vind het bijzonder om ouders, jongeren en kinderen te begeleiden bij de grote opgave waar ze al zo vroeg in het leven voor staan.

Met de coaching begeleiden we mensen met CF, ouders, kinderen, jongeren en partners. Het duale procesmodel is daar vaak een onderdeel van. ●

MEER INFORMATIE?

Ga naar: ncfs.nl/coaching of scan de qr-code en luister de aflevering met Yol van de podcastserie *Levend Verlies*.



- 1: Impact van (erfelijke) ziekte bij baby's en jonge kinderen op ouderschap.
- 2: M.S. Stroebe & H. Schut 2002 The dual process model of coming with bereavement.