

Caroline van den Kommer:

“Gedeelde kracht is volle kracht”

20



Caroline van den Kommer is al jaren een vertrouwde stem in 'Kort&Krachtig!'. Ze schreef vele columns en artikelen en maakte acht jaar lang met haar team dit blad voor u. Omdat ze na dit nummer stopt als hoofdredacteur, liet ze zich voor één keer zelf interviewen...

'Lezen over de ervaringen van anderen geeft kracht'

22

Paspoort

- ▶ **Wie:** Caroline van den Kommer
- ▶ **Leeftijd:** 57 jaar
- ▶ **Woont:** in Wijk bij Duurstede
- ▶ **Werkt:** bij De Hoogstraat Revalidatie als beleidsadviseur

Hoe is het acht jaar geleden begonnen?

'Ik heb altijd graag geschreven, want ik vind schrijven de fijnste manier om me uit te drukken. Schrijven is voor mij echt een soort levenselixir, ik zou niet zonder kunnen. Na mijn studie Sociale Wetenschappen schreef ik lange tijd beroepsmatig, onder andere studieboeken voor het MBO en HBO. Vanaf 2004 schreef ik ook columns voor de LVvG, de oude Landelijke Vereniging van Geamputeerden, over mijn persoonlijke leven na amputatie, mijn leven als moeder van twee kleine kinderen en over het beleid in de amputatiezorg. De LVvG en de Stichting Kortere Maar Krachtig gingen in 2014 samen verder als de nieuwe Vereniging KortereMaarKrachtig en toen vroeg het nieuwe bestuur mij om een nieuw ledenblad op te zetten. Samen met Astrid Kurvers en later met Harry Dietz ging ik aan de slag. Het was een hele uitdaging, maar heel leuk!'

Wat doet een hoofdredacteur eigenlijk?

'Als hoofdredacteur bepaal je de inhoud en de lijn van het magazine. Je bedenkt welke onderwerpen je in het komende nummer wilt belichten en zorgt dat het aanbod over het jaar heen gevarieerd is. In het begin heb ik zelf ook veel geschreven, maar langzamerhand heb ik mijn eigen stem bewust laten "verdwijnen". Dat kon gelukkig ook, omdat we steeds meer kopij van anderen binnenkregen.'

Is er in die acht jaar veel in het blad veranderd?

'We hebben een trouwe lezersgroep, waar we graag naar luisteren. Zo bleek er behoefte te zijn aan meer informatie over wetenschappelijk onderzoek en nieuwe producten. Verder kregen we regelmatig als feedback dat er wel héél veel positieve verhalen in het blad stonden. Je probeert er natuurlijk op te letten dat je niet alleen maar de succesverhalen vertelt, maar toch bleken sommige mensen zich 'onderbelicht' te voelen. Leven met een prothese is op sommige momenten zwaar en dat zegt niks over iemands kracht en doorzettingsvermogen. De uitdaging is om je lezers te enthousiasmeren en bekrachtigen, zonder de moeilijke kanten te bagatelliseren.'

In elk nummer staat een persoonlijk interview centraal. Waarom?

'Omdat het delen van zoiets heftigs in je leven je

het gevoel geeft dat je het niet alleen hoeft te doen. En omdat de lezers daar enorm veel kracht uit kunnen halen. Gedeelde smart is halve smart, of, positiever geformuleerd: gedeelde kracht is volle kracht. Ik vond het schrijven van die interviews ook altijd zo bijzonder, je krijgt echt een kijkje in iemands ziel. En ook voor de geïnterviewde zelf is het van grote waarde om je verhaal zo onbevooroordeeld en puur te mogen vertellen, dat geeft verwerking. Dus wat mij betreft blijft dit voor altijd de kern van het blad.'

Je draagt zelf een beenprothese. Heeft dat een rol gespeeld bij je werk voor het blad?

'Het is natuurlijk fijn dat ik me uit eigen ervaring goed kan verplaatsen in de lezers. Maar tijdens de interviews vertelde ik het meestal niet. Want als ik dat wel deed, verschoof de aandacht naar het gemeenschappelijke, terwijl ik juist op zoek was naar het persoonlijke. Dat neemt niet weg dat ik wél altijd veel herkend heb in wat ik hoorde. Bijvoorbeeld dat het verwerken van een amputatie met horten en stoten gaat. Je blijft je leven lang regelmatig tegen dingen aanlopen die je niet kunt, bijvoorbeeld bij een uitstapje op je werk, een vakantie, het opvoeden van kinderen... En elke keer moet je dan weer even een tandje bijzetten om dat te accepteren. Maar wat ook in alle verhalen terugkwam is de enorme kracht die er in je naar boven komt als je iets ergs meemaakt. Natuurlijk horen rouw en verdriet erbij, maar de meeste mensen vinden toch weer de kracht om terug te komen naar wie ze zijn.'

Hoe ben jij je been eigenlijk verloren?

'Ik was 18 en met mijn vriendje op de motor op vakantie in Griekenland. We waren op weg naar het openluchttheater in Epidauros, toen we werden aangereden door een spookrijder. Het been van mijn vriend moest direct na het ongeluk geamputeerd worden. Bij mij gebeurde dat na een jaar in het ziekenhuis in Nederland.'

Dat lijkt me heftig, zo jong...?

'Nou nee, dat heb ik zelf eigenlijk altijd als voordeel gezien. Ik moest mijn leven nog vormgeven en kon mijn beroepsleven rond mijn amputatie bouwen. Het lijkt me veel lastiger te accepteren als je ouder bent en al zo lang gewend bent om alles gewoon te kunnen. Ik wilde architect of arts worden, maar wist al snel dat die beroepen een fysieke uitdaging zouden zijn. Ik koos daarom voor de studie Sociale Wetenschappen met als hoofdrichting interactieanalyse en mijn doctoraalonderzoek richtte zich op de communicatie tussen hulpverlener en patiënt. Daar heeft in mijn latere werk ook altijd de focus op gelegen. Ik heb veel artsen, behandelaren en orthopedisch instrumentmakers op dat gebied getraind. Ik adviseerde orthopedische bedrijven en kwam in allerlei ziekenhuizen en revalidatiecentra. De orthopedisch

chirurg die mij in het ziekenhuis een jaar lang behandelde, is daarbij trouwens heel bepalend geweest. Hij had een bijzondere gave om met patiënten om te gaan: hij kon luisteren en meevoelen en de patiënten daar enorm veel kracht door geven. Zo'n arts ben ik daarna nooit meer tegengekomen. Hij leerde mij hoeveel invloed de houding van de hulpverlener heeft op de motivatie van de patiënt en het slagen van de behandeling. En dat motiveerde mij om daar onderzoek naar te gaan doen.'

Heb je een missie in je werk, voor het blad?

'De rode draad is denk ik die communicatie. Artsen en instrumentmakers praten vanuit een medisch of technisch perspectief en patiënten praten vanuit een emotioneel perspectief. Hierdoor kunnen ze gemakkelijk langs elkaar heen gaan praten. De uitdaging is om de communicatie zo af te stemmen dat ze juist gaan samenwerken aan een gemeenschappelijk doel: het vinden van die behandeling of prothese die echt bij de patiënt past. Dat vraagt inzet van beide partijen. Het is enerzijds de taak van de hulpverlener om de patiënt goed te informeren en om hem echt te leren kennen. En anderzijds moet de patiënt zijn wensen en behoeftes durven aangeven. Als jij je instrumentmaker bijvoorbeeld niet vertelt dat je aan een dijk woont, graag met de hond loopt of van fietsen houdt, dan kan het best zijn dat je net niet die prothese krijgt die je nodig hebt. Door dit soort misverstanden gaat er in de zorg veel geld en energie verloren, wat ik graag zou willen voorkómen. Met het magazine willen we mensen dan ook hierin bekrachtigen, door informatie te geven en door te vertellen over de ervaringen van anderen. Want als je niet weet wat er mogelijk is, kun je er ook niet naar vragen. Dit is ook de visie die ik in mijn werk als beleidsadviseur altijd uitgedragen heb: cliënten informeren en daarmee hun eigen regie bevorderen.

Wat is jouw advies voor mensen die onlangs een amputatie hebben ondergaan?

'Laat je ten eerste heel goed informeren. En probeer vervolgens je eigen wensen duidelijk te krijgen: wat wil je weer kunnen doen? Stel doelen en daag jezelf uit, maar wees wel realistisch en leg de lat niet té hoog; je zult nieuwe grenzen moeten ontdekken. Probeer om naast alles wat je niet meer kunt dingen

Opvolging

Harry Dietz volgt Caroline op als hoofdredacteur. Caroline blijft zich hard maken voor mensen met een amputatie vanuit haar werk bij De Hoogstraat Revalidatie en ze blijft (gelukkig) ook columns schrijven voor 'Kort&Krachtig!'. Harry zullen we in een volgend nummer beter leren kennen.



te bedenken die je nog wel kunt. Met blote voeten op het strand lopen kan ik niet meer, maar ik kan er wel lekker zitten met een boekje en dat vind ik ook heel fijn. Wat ik zelf heb meegemaakt, heeft me een positiever mens gemaakt. Ik ontdekte dat ik door bij de pakken neer te zitten geen stap verder kwam. Je moet gaan denken in mogelijkheden in plaats van in problemen. En dat doe ik nog steeds; als ik dagelijks stil zou staan bij wat ik niet kan, dan zou ik daar heel erg naar van worden.'

En..., heb je je visie op het blad kunnen realiseren?

'"Kort&Krachtig!" hebben we het blad genoemd en zo wilden we het ook echt maken, kort en krachtig, met niet te veel tekst en veel beeld. Het moest informatief zijn en makkelijk leesbaar, de lezer bemoedigen en van veel praktische informatie voorzien. Er moest aandacht zijn voor de emoties en tegelijkertijd bekrachtigen. Het eindoordeel is natuurlijk vooral aan de lezers, maar wat mij betreft is het ons goed gelukt. Daarbij hoort een groot compliment voor vormgever John de Vries, want hij bepaalt wat wij uiteindelijk op de deurmat vinden, zonder hem geen blad! Ik ben elke keer weer verbaasd hoe hij van al die losse kopij zo iets moois weet te maken. En daar heb ik al die jaren met heel veel plezier aan meegewerkt, met het fijne gevoel dat ik echt iets kon betekenen voor de lezers.'

Ideeën welkom

Heb je naar aanleiding van dit artikel wensen, tips of ideeën voor de nieuwe redactie? Stuur een e-mail naar redactie@kortermaarkrchtig.com Wil je als jonge reporter je eerste stappen wagen als schrijver voor het blad? We begeleiden je graag dus laat het ons weten!