

Anders maar niet beter

Sander Strating (40) werkt sinds vier jaar bij Zwolle Doet als vrijwilliger in de palliatieve terminale zorg bij mensen thuis. Ook hij ziet dat de zorg voornamelijk een vrouwenwereld is en herkent de typisch mannelijke en vrouwelijke benadering wel. De ervaringen die hij opdoet in zijn werk als coach voor mannen met verlieservaringen en rouw, laten die verschillen ook zien. 'Mannen willen vaker problemen oplossen en snel beslissingen nemen. Vrouwen zoeken vaker de verbinding en overleggen langer.'

'Hoe ik in de palliatieve zorg terecht ben gekomen is een heel verhaal. Mijn leven lang ben ik al geïnteresseerd in zingevingsvragen. Na mijn studie geografie heb ik een baan gevonden in de ICT, ben parttime gaan werken en heb me gespecialiseerd als coach. Vooral mannen wisten al snel de weg naar mijn praktijk te vinden. Zij communiceren doelgerichter. Bij een intake is de vraag van een man al snel duidelijk: ik heb dit probleem, kun je me daarbij helpen? Duidelijk toch? Terwijl ik bij vrouwen na een uur vaak denk, wat is nu de concrete vraag? Bij hen gaat het meer om het proces.'

'In eerste instantie richtte ik me op communicatie in de ICT-wereld en timemanagement: meer doen in minder tijd. Na een

moeilijke periode in de privésfeer raakte dit onderwerp me steeds minder. Ik ging zoeken naar meer zingeving en kwam via een krantenartikel op het pad van de vrijwillige terminale zorg. Een kans om te proberen aan de richting die ik uit wilde met mijn coachpraktijk. Zo ben ik dus in deze zorg terechtgekomen. Ik waak inmiddels vier jaar bij mensen thuis. Zowel bij mannen als vrouwen. Voor mij maakt dat weinig verschil. En ik denk ook niet dat ik vaker bij mannen wordt ingezet, omdat ik een man ben. Althans, dat heb ik nooit zo ervaren. Ik stel me ook niet anders op. Bij elke inzet stem ik me af op die ander en de situatie. Wat ik wel een verschil vind, is dat mannen directer zijn, ook in hun vragen.'

'Er is geen enkele keer aan me gevraagd of ik me om wil draaien of weggaan. En als dat wel zou gebeuren, zou ik dat respecteren'

'Lichamelijke verzorging is nooit een issue. Bij vrouwen vraag ik het altijd wel, maar dit heeft nog nooit een probleem opgeleverd. Er is geen enkele keer aan me gevraagd of ik me om wil draaien of weggaan. En als dat wel zou gebeuren, zou ik dat respecteren. Bij mensen in de terminale fase is die schaamte er vaak niet meer. Schillen zijn weggevallen, de essentie blijft over.

In het contact met de familie merk ik wel vaak een verschil tussen mannen en vrouwen. Na een inzet bedankt een mannelijke partner of mantelzorger me en zegt tot de volgende keer. Heel praktisch. Terwijl vrouwelijke familieleden vaak nog even na willen praten of persoonlijke vragen stellen over mijn beweegredenen. Dat is toch echt anders.'

'Werken in de palliatieve terminale zorg vraagt om "er zijn". Dat is meer een vrouwelijke energie. Sowieso ervaar ik de zorg meer als een vrouwenwereld. Omdat er vooral een beroep wordt gedaan op de vrouwelijke energie kan ik me daar als man onzeker over voelen. Schiet ik niet tekort, heb ik wel goed geluisterd, was ik niet te snel in mijn handelen? Ik meet me dan aan de vrouwelijke norm.

Mannen zullen zich daarin soms niet competent genoeg vinden. Misschien dat dat een reden is dat er weinig mannen directe zorg verlenen. Ze doen vaker praktische, ondersteunende werkzaamheden. Of zitten in het bestuur. Dat is jammer, want ik denk dat meer mannen in de zorg ook voor een andere energie zouden zorgen. Ik denk bijvoorbeeld dat mannen wat meer risico's nemen. En wellicht stimuleer je daar de zelfredzaamheid van patiënten beter mee. Als iemand aangeeft dat hij wel zelf naar het toilet kan of een eindje wil lopen, denk ik: oké, laten we dat gewoon proberen en kijken of het lukt. Vrouwen zijn hierin



‘Mannen communiceren anders, directer en gebruiken andere woorden dan vrouwen. Bij vrouwen komt dit soms wat ongevoelig over’

wat voorzichtiger, mannen zoeken meer de grenzen op. Mannen zijn lichamelijk sterker en dat is in bepaalde situaties wel een voordeel. Maar dat kan ook verkeerd uitpakken. Ik herinner me een oudere man die aangaf dat hij zelf wel naar het toilet kon en vervolgens door zijn benen zakke. Gelukkig kon hij er zelf om lachen en heb ik hem weer op omhoog geholpen. Misschien was dit ook wel onervarenheid van mijn kant. Maar ik denk toch dat mannen dit eerder zullen doen.’

‘Wat ik af en toe wel lastig vind, is dat soms iets niet mag, een verpleegkundige handeling bijvoorbeeld, terwijl ik denk dat ik dat prima kan. Of dat typisch mannelijk is, vraag ik me af. Maar het zou voor de balans mooi zijn als er vaker dan nu mannen aan het bed zitten. Een ander verschil is dat vrouwen situaties sneller op zichzelf betrekken. Ze vragen zich af of ze het anders hadden kunnen doen, terwijl mannen het minder snel op zichzelf betrekken. Dat merk ik bijvoorbeeld tijdens inzetbesprekingen. Ik ben daar vaak als enige man en het valt me op dat zij daar anders mee omgaan.’

‘In de werving voor nieuwe vrijwilligers kom je vaak de woorden “er zijn” tegen. Ik denk dat dit begrip mannen minder aanspreekt. Misschien zelfs eerder afstoot of afremt. Mannen herkennen zich meer in woorden als doortastend, voor iemand

klaar staan, zelfstandig handelen, beslissingen durven nemen. Dat zijn meer mannelijke waarden en zullen daarom meer aanspreken. In mijn eigen coachpraktijk gebruik ik ook meer dit soort taal. Misschien dat er daarom al vanaf het begin meer mannen op afkwamen. Nu gebruik ik dit soort woorden bewust, omdat ik me specifiek richt op mannen met verlieservaringen. Mannen schieten vaak in de actiestand en gaan op een heel andere manier om met verlies. Ze gaan vechten, terwijl vrouwen meer hechten, bedacht ik me kortgeleden.

Naast mijn vrijwilligerswerk in de vrouwenwereld van de palliatieve terminale zorg, zoek ik bewust mannendingen op. Ik werk ook bij Intermezzo. Dat is een nazorgcentrum voor mensen met kanker en hun naasten. Ik begeleid daar mannengroepen en geef Aikido. Er heerst daar een warme sfeer, mannen zijn elkaar tot steun, staan klaar voor elkaar. Ik noem dat broederschap. Mannen communiceren anders, directer en gebruiken andere woorden dan vrouwen. Bij vrouwen komt dit soms wat ongevoelig over. Terwijl je eigenlijk hetzelfde bedoelt, maar je zegt het een beetje anders. Ik vind het jammer dat we dit vaak als tegenstelling zien. Nogmaals, het is gewoon anders.’

Jannie Visser

Meer informatie: www.sanderstrating.nl

Middagoverpeinzing

Dit is een mooie middag om te sterven, in 't krakend bed nauwlettend opgebaard, uit reutelborst heel zacht en fijn besnaard, wat converserend met bedroefde erven.

Terwijl ik prevel over polis en pensioen, weet heel de troep: het wordt zijn tijd. Hier past geen scheldwoord of verwijt. Zijn hart loopt af - hij kan er niets aan doen.

Want dit is van 't sterven juist zo zoet: Bij leven gaat geen enk'le schuld teloor en wordt men steeds geschaduw door zijn daden - heel die gore stoet.

Doch nu - nog hier, maar bijna afgelegd - wordt alles door verhevenheid omgloord. Men wacht welwillend op mijn laatste woord. Wat 't ook zij - ik heb het mooi gezegd.

Simon Carmiggelt (tekst)

*Gezongen door Herman van Veen
(album Op handen - 1978)*