

Column Mathilde Bos docent verpleegkunde en verpleegkundige in de psychiatrie, www.mathildebos.schrijft.nl

Tere huid

Ik ga het niet hebben over decubitus, niet over medicatiefouten, niet over valgevaar en niet over agressie tegen hulpverleners. Ook al is dit een themanummer over Veiligheid. Ik ga het niet hebben over fysieke veiligheid. Ik ga het hebben over de tere huid van ons als mens. En ik ga het hebben over de kracht van vriendelijkheid. Wist u dat er twintig complimenten nodig zijn om slechts één negatieve opmerking te compenseren? We zijn veel gevoeliger dan we denken, we hebben geen eelt op de ziel, o nee. Zeker niet in relaties waarin we kwetsbaar zijn. Niets is zo erg als niet gegroet te worden door iemand van wie we ons afhankelijk voelen.

Ik wil het hebben over vriendelijkheid. Over de veiligheid die je creëert door vriendelijk te zijn. Gewoon vriendelijk, bijzonder vriendelijk, echt vriendelijk. Ons gevoel van veiligheid hangt af van de mate van vriendelijkheid in onze omgeving. Meer dan van wat dan ook. Als iemand vriendelijk is, dan kun je je ontspannen, dan kun je je verhaal doen, dan durf je samen te werken, na te denken, een stap voorwaarts te doen.

Ik sprak een psychiatrische patiënt die wegens zeer frequent slaan van mensen en gooien met spullen was overgeplaatst naar een kliniek voor intensieve behandeling. Ze wisten zich geen raad meer met hem in zijn eigen kliniek. Hij was na de overplaatsing zienderogen opgeknapt, het slaan en gooien kwam nauwelijks meer voor. Ik vroeg hem wat hem zo geholpen had. "Zachtjes zijn ze met me", zei hij wat verlegen. "Zachtjes en lichtjes ook..." Ik voelde zijn kwetsbaarheid. In de vorige kliniek moest hij naar de separeer als hij gooide met spullen. Hier ging hij samen met de verpleegkundige opruimen en dan vroeg de verpleegkundige ook nog hoe hij zich voelde. Hij kon ontspannen en hoefde bijna niet meer te gooien en te slaan. Je zou zomaar kunnen denken dat deze verpleegkundigen het gedrag beloonden en het in stand hielden. Maar zo dachten deze verpleegkundigen niet. Die dachten mee, ook bij agressie, ze dachten niet tegen. Ze vertrouwden de intenties en zagen de mens, een mens zonder eelt op de ziel, iemand met een tere huid.

Mijn studenten gaan binnenkort weer op stage. Ze zijn nieuwsgierig en onzeker. Ik weet al wat uiteindelijk zal bepalen of ze blij of bang zullen zijn op die plek. Juist ja, de vriendelijkheid van degene van

wie ze zich afhankelijk voelen. De patiënten en bewoners zijn hierin uiteindelijk niet bepalend. De vriendelijkheid van hun werkbegeleider bepaalt hun gevoel van veiligheid en daarmee de basis om te gaan leren. Iedereen is gevoelig op dat punt maar de kwetsbaarsten het meest. Patiënten en stagiaires.

Veiligheid begint met 'er mogen zijn', je welkom voelen, een vriendelijke groet. Dat ontwapent en is als een oase in de woestijn, een schuilplaats in de jungle waarin een eerstejaars zich bevindt, maar een agressieve patiënt evengoed. Het kostbaarste wat we te geven hebben is eigenlijk gratis. Hoe cliché allemaal, het past op een tegeltje. Dit is een themanummer over veiligheid. Als het over veiligheid gaat, dan gaat het over vriendelijkheid, over zacht zijn voor elkaar. Omdat we geen eelt op de ziel hebben. Vanwege die tere huid. ■



Groetjes
Mathilde