

Uit de boekjes of zelf meegemaakt?

Stel dat je met een klacht naar de huisarts gaat en hij zegt: tja, dat heb ik zelf ook meegemaakt, vervelend, maar er is niks aan te doen. Probeer er gewoon niet aan te denken. Ga een mooie wandeling maken en geniet van datgene waar je plezier van hebt.

Dat is mooi, en voor sommige dingen een goed advies (als er echt niks aan te doen is, inderdaad!). Maar als er wél iets aan verbeterd/opgelost kan worden, wil je toch uiteindelijk de oplossing.

En...is een huisarts een betere huisarts als hij/zij alle klachten zelf ook gehad heeft?? Ik hoop het niet. Een huisarts herkent je kwaal, weet de oplossing, zonder dat hij misschien zelf ooit hetzelfde heeft gehad. Een huisarts is ook maar een mens en kan het wel gehad hebben, maar het is niet nodig om de klacht te verhelpen. Inderdaad heeft hij een groot deel "uit de boekjes" (of uit andere ervaringen).

Het stoort me soms als mensen zeggen: "jij hebt geen samengesteld gezin....jij hebt het uit de boekjes". Uiteraard is het anders dan bij de huisarts, maar toch: ik heb ervoor gestudeerd en ik weet echt waarover ik praat, ook al heb ik het zelf niet ervaren. De ene huisarts kan zich ook beter inleven dan de ander, ook als hij nooit iets mankeert.



En natuurlijk is het zo, dat ik makkelijk praten kan, juist omdat ik niet in de schoenen van mijn cliënten sta. Maar ik kan heel goed begrijpen dat je soms alleen maar even wilt mopperen over datgene wat je meemaakt en geen zin hebt om er ook nog energie in te steken om de problemen daadwerkelijk op te lossen. Dat is ook niet zo erg.

Maar uiteindelijk: wat verandert er door het gemopper: je bent even opgelucht, maar de volgende dag/week is het er weer. Als je het probleem nu eens echt kunt oplossen.... Echt anders reageren waardoor je samen het probleem te lijf gaat en je bemerkt dat je minder frustraties oploopt. Dat is toch veel mooier.

Inderdaad, je moet er even moeite voor doen, en soms kun je dat even niet opbrengen. Begrijpelijk. En ook niet erg. Maar uiteindelijk kom je verder door kleine veranderingen, die vaak echt veel lucht geven.