

[chapeau]

HKH Prinses Margriet over de Rode Kruis-campagne ‘Maak Contact!’

[kop]

‘Denk niet aan je eigen drempel, maar aan die van de ander!’

[credit]

Tekst: Esther Voet

Fotografie: ****

[intro]

‘Maak Contact!’ is de slogan van de najaarscampagne waarmee het Rode Kruis Nederlanders oproept meer contact te maken met chronisch zieken en mensen met een handicap. In een openhartig gesprek vertelt HKH Prinses Margriet, vice-voorzitter van het Nederlandse Rode Kruis, in dit bijzondere campagnenummer van In Actie over haar eigen ervaringen met zieken en gehandicapten.

[platte tekst]

Waar denkt u aan als u het woord ‘handelingsverlegenheid’ hoort?

“Eerlijk gezegd denk ik daarbij niét meteen aan het Rode Kruis. Kijk naar de vrijwilligers. Mijn ervaring is dat juist Rode Kruis-vrijwilligers helemaal geen last hebben van die verlegenheid. Bij alle mensen met wie ik heb samengewerkt, heb ik nog nooit die barrière gevoeld. Of dat nu om vrijwilligers hier in Nederland gaat, zoals bijvoorbeeld bij Mappa Mondo, of in het buitenland.”

Deze campagne richt zich op Nederlanders in het algemeen. Het blijkt dat sommige mensen het moeilijk vinden om contact te maken met minder validen.

“Kijk, alles wat nieuw is, is een beetje eng. Er is niets ongewoons aan die onzekerheid. Maar de vraag is dan altijd: hoe ga je met zo’n nieuwe situatie om? Volgens mij is dan stelregel één: Vraag aan een chronisch zieke of gehandicapte hóe hij of zij geholpen wil worden.”

Altijd?

“Het is natuurlijk geen wetmatigheid. Ik las een tijdje geleden een bericht over een vrouw die met haar rolstoel was vast komen te zitten tussen de treinrails. Twee kinderen die zagen dat ze in de problemen zat, handelden meteen en hebben haar eruit geholpen. In dat soort situaties gaat het niet om praten maar doen. Als ik zie dat iemand volledig zelfredzaam is, dan ga ik niet helpen. Dan wordt het neerbuigend. Wat dat aangaat moet je altijd even nadenken en beoordelen of iemand jouw hulp nodig heeft of niet. Hoe je dat moet doen? Door je in de ander te verplaatsen, denk ik, en je af te vragen: ‘Hoe zou ik me in deze situatie voelen?’ Die grondhouding is bij het Rode Kruis gelukkig algemeen.”

Mensen met een chronische ziekte of een handicap kunnen zelf natuurlijk ook om hulp vragen.

“Mijn ervaring is dat mensen die hulp nodig hebben dat heel vervelend vinden. Men wil een ander niet tot last zijn. Als je zelf heel ziek bent geweest, en dat ben ik, dan weet je hoe dat is. Het is moeilijk om zelf helemaal niets te kunnen en afhankelijk te zijn van anderen. Als een zieke of gehandicapte je vraagt: ‘Kan het raam alsjeblieft dicht?’ dan is daar vaak al heel wat aan vooraf gegaan. En dan kan het ook nog voorkomen dat de hulpverlener antwoordt: ‘Ik doe het zo,’ maar dat ‘zo’ kan soms anderhalf uur later zijn. Intussen heeft de vragensteller

het dan al ijskoud. Want die kán niets. Daarom is het altijd verstandig om je te realiseren dat zo'n vraag voor jou als hulpverlener misschien niet zo belangrijk lijkt, maar dat je vaak niet weet hoe dat voor een ander ligt. Ik zou wat dat aangaat het begrip 'handelingsverlegenheid' willen omdraaien: Laten we niet zo zeer aan onze eigen drempel denken voordat we contact maken, maar denk aan de drempel die een ander moet overwinnen om een verzoek te doen."

Heeft u zelf wel eens last gehad 'handelingsverlegenheid'?

"Wij hadden thuis familie en vrienden met een handicap of die chronisch ziek waren. Ik ben er dus mee opgegroeid. Vandaar dat ik het niet echt ken. Daarbij wilde ik verpleegster worden. Maar toen was ik al verloofd en ik wist dat ik de driejarige opleiding niet zou volbrengen. Ik ben toen in plaats van verpleegster, helpster in een ziekenhuis geworden. Ik heb daar ontzettend veel geleerd van de mensen met wie ik werkte, er was zeer goede begeleiding. Maar een barrière? Nee, die heb ik zelf nooit gevoeld."

Zou u onze leden en donateurs die hun schroom ten opzichte van chronisch zieken of gehandicapten willen overwinnen, een hart onder de riem willen steken?

"Dat vind ik moeilijk, hoor. Want er zijn al heel veel hartverwarmende initiatieven op het gebied van contact tussen valide mensen en mensen met een handicap. Het haalt alleen het nieuws niet. En doordat onze leden en donateurs het Rode Kruis steunen, laten ze zien dat ze geven om hun medemens. Dan is het maken van contact een kleine stap. En het gaat maar om kleine dingen, echt. Leden hebben dezelfde, humanistische basisinstelling als alle andere mensen die verbonden zijn aan het Rode Kruis. Dus ik zou tegen de leden en donateurs van het Rode Kruis willen zeggen: kijk niet naar uw eigen drempel, maar naar die van een ander. Dat geldt voor alle vormen van contact, of het nu met ouderen is, met eenzamen of met chronisch zieken en mensen met een handicap."