



Ik ga verder na letsel

In 2019 was Kelsy Eshuis (21) betrokken bij een verkeersongeval. Hoewel in eerste instantie er niets aan de hand leek, wordt toch na een paar weken een whiplash vastgesteld. Als gevolg hiervan lukt het Kelsy niet om op eigen kracht haar studie Gespecialiseerd medewerker kinderopvang niveau 4 weer op te pakken. Dankzij begeleiding door letsel-onderwijsdeskundige Béatrice van LetsCo lukt het haar wel. Kelsy vertelt over haar ervaring met LetsCo. Waar zij tegenaan liep, wat ze leerde en wat ze meeneemt.

Tekst uit 'Magazine Onderwijs & Letsel – najaar 2021'

Kelsy Eshuis | Fotografie: Sherina Fotografie

Wat was de aanleiding voor het inzetten van LetsCo en waar kampte je op dat moment mee?

Op 10 december 2019 raakte ik betrokken bij een auto-ongeluk, een kop-staartbotsing, waarbij ik achterop een ander voertuig reed. Ik ben naar het ziekenhuis gebracht voor controle, maar daar konden ze niks vinden. Toch bleef ik klachten houden, waaronder nekpijn, rugpijn, hoofdpijn en concentratieproblemen. Uiteindelijk werd ik door de huisarts naar de neuroloog verwezen, en die vertelde me dat ik een whiplash had. Sindsdien is het voor mij eigenlijk nog steeds een drama: ik bleef kampen met pijnklachten, mijn uithoudingsvermogen, mijn concentratie en de letters dansten voor mijn ogen. Vroeger voetbalde ik fanatiek: dat lukte ineens niet meer. Ook met mijn opleiding ging het mis: ik volgde de opleiding Gespecialiseerd pedagogisch medewerker niveau 4, maar het lukte niet meer. In mei 2020 besloot ik er tijdelijk mee te stoppen. Na de zomer wilde ik het weer oppakken, en toen besepte ik dat ik echt hulp nodig had. Via de verzekeraar (en belangenbehartiger red.) werd toen LetsCo ingeschakeld.

Wat had je zelf al geprobeerd om verder te komen en waarop liep je dan vast?

Ik had zelf geprobeerd om met man en macht zo snel mogelijk mijn opleiding af te ronden, maar ik liep mezelf voorbij, ik nam geen rust. En daarin liep ik vast.

Wat gebeurde er zodra je LetsCo inschakelde, wat leerde je?

LetsCo heeft geholpen met alles weer in gang te zetten. Er werd een gesprek georganiseerd met mijn opleiding, waarin duidelijke afspraken gemaakt werden. De situatie werd hierdoor richting school ook duidelijker gemaakt. Die ondersteuning, ook als ik niet uit mijn woorden kwam, had ik nodig. De letsel-

onderwijsdeskundige nam me bij de hand. Verder hebben we naar een goede planning gekeken: ik had wel zicht op wat ik allemaal nog moest doen, maar wilde teveel tegelijk doen waardoor ik juist eigenlijk niet meer wist welke volgende stap ik moest zetten. Met de hulp van LetsCo kon ik mijn opleiding stap voor stap toch voortzetten. We stippelden een route uit: dan en dan ga je bezig met dat onderdeel. Ook heb ik hulp gekregen bij heel praktische problemen: het lukte mij bijvoorbeeld niet om overzicht te houden op mijn verslagen, qua tekst en leesbaarheid. De letters dansten voor mijn ogen. De letsel-onderwijsdeskundige heeft toen mijn verslagen nagekeken op leesbaarheid, voordat ik het inleverde. Dat gaf zoveel rust, die extra blik op mijn verslag! Ik leerde met meer structuur bezig te gaan met mijn opleiding: ik ging alles afronden, maar ook rustmomenten nemen. Zodat ik geen extra last kreeg van mijn klachten. Ik leerde mijn grenzen bewaken, want daar ging ik best snel overheen. Het was nodig dat ik dat leerde.

'Dankzij praktische hulp lukte het wel'

Wat was het resultaat na begeleiding van LetsCo?

Het resultaat was dat ik toch alles af kreeg, maar wel met bewaking van mijn grenzen. Ik ervoer extra overzicht en er was iemand die met me meekeek. Er was ook een stukje bevestiging dat ik wel alles goed deed. Er werd niet gekeken naar wat ik allemaal niet kon, maar wat ik wél kon en dat ik dat goed deed. En dit terwijl dat niet als vanzelfsprekend gezien werd. Dat was iets wat ik nodig had. Dat heb ik echt als heel prettig ervaren.

Hoe ervaar je de tijd NA de begeleiding van LetsCo en welke successen behaal je volledig zelfstandig? Wat is je grootste succes tot nu toe?

Mijn grootste succes is dat ik een baan heb. Daar ben ik ook heel trots op. Ik werk nu in de kinderopvang met kinderen van nul tot twaalf jaar en ik draai zowel baby, peutergroepen als BSO. Hierin heb ik erg mijn draai gevonden. Het zijn altijd wisselende dagen: de ene dag heb ik heel veel te doen, de andere dag iets minder en kun je meer kijken naar het individu. Bij drukke dagen moet je echt kijken wat je wanneer doet en goed samenwerken met je collega. Samen zorgen we voor een prettige sfeer in de groep waar alle kinderen centraal staan.

Heb je het gevoel dat je dit werk nu anders doet door wat je hebt meegemaakt?

Ja, ik stormde altijd maar door en had altijd het gevoel dat ik iets moest aanbieden. In de opleiding moet je dat juist ook laten zien, maar het is niet mijn manier van werken. Nu kijk ik meer naar het plezier van de kinderen, laat ik de kinderen meer hun eigen gang gaan en doen wat zij fijn vinden. Ik vind het bijvoorbeeld minder belangrijk dat ze allemaal knutselen, maar belangrijker dat ze lekker in hun vel zitten. Tuurlijk gaat er weleens wat mis, en dan vraag je je af wat je anders had kunnen doen. Ik kan nu beter accepteren dat dit ook gewoon gebeurt met kinderen. En dat het niet allemaal mijn schuld is. Ik bereid wel voor, maar sta wel wat relaxter in mijn werk. Heb geleerd om vooruit te denken: wat kan ik nu vast doen zodat ik straks nog maar één handeling hoeft te doen om het makkelijker te maken voor straks. Dat heb ik het afgelopen jaar wel echt geleerd. Ik plan meer, ook samen met de collega met wie ik werk. Ik ben heel bij

ONDERWIJSBEGELEIDING

dat het nu zo loopt, en had niet op een betere plek terecht kunnen komen. Ik ben heel open en eerlijk geweest over alles en tóch werd ik uitgekozen om hier te komen werken. Ik denk ook dat dit mijn sterke punt is, dat ik heel open en eerlijk ben en dat heeft me wel geholpen. En dat maakt me trots!

Wat is jouw droom in de toekomst?

Natuurlijk wil ik het liefst klachtenvrij alles kunnen wat ik daarvoor ook kon. Ik denk niet dat dat er 100% in zit, maar wil nog wel een vervolgopleiding doen, een cursus of specialisatie. Iets meer uren draaien zou ook fijn zijn.

Welke inzichten en tools van LetsCo neem je mee om dat te verwezenlijken?

Mijn grenzen bewaken. Dat is wel iets wat ik heel belangrijk heb gevonden. Daar hebben ze me erg mee geholpen. Door te zeggen dat het niet allemaal meteen nu moet, maar we het kunnen plannen. Dat merk ik nu ook in mijn werk: op drukke momenten kan het voorkomen dat ik niet meer de kracht en energie heb om iets te doen, bijvoorbeeld nogmaals de schoonmaak aan het eind van de dag. Nu kan ik zeggen dat dit me niet meer lukt, maar ik kan ook met een alternatief komen, zodat we het werk verdelen, en ik daarbij wel mijn grenzen bewaak. Ik stapte wel heel open in dit begeleidingstraject, zo van ik zie wel hoe het loopt, maar eerlijk gezegd had ik eigenlijk een soort strenge juf verwacht die mij de les zou gaan lezen en me zou vertellen wat ik wanneer moest doen, en ook heel streng zou letten op planning en mij zou achtervolgen met de vraag of ik de deadline wel gehaald had. Maar zo was het helemaal niet! Het was veel meer een fijne samenwerking waarin de letsel-onderwijsdeskundige me vroeg wat ik nodig had en dan samen met mij op zoek ging naar oplossingen, en ook hielp met dingen die ik nooit verwacht had, zoals het nakijken van mijn verslagen op leesbaarheid: ik had daar geen goede kijk meer op. En dat nam zóveel spanning bij me weg. Dat was zo'n opluchting!

Waar loop je nog tegenaan? (bij voorbeeld binnen de letselschadewereld (dus jouw letselschade zaak, los van LetsCo) en wat zou je graag anders willen zien?

Het voelt alsof het niet wordt begrepen. Dat is niet alleen de verzekeraar, maar men om je heen ziet niet waarmee je kampt. Als je een gebroken been hebt, is het zichtbaar, maar mijn klachten niet. Ik heb nu het geluk dat ik begripvolle mensen om me heen heb: ik heb veel steun gehad van mijn ouders en vriend. Zij hebben me veel tijd en energie gegeven. En alle mensen die om me heen stonden en me toch op hun manier wisten te helpen. Een stukje begrip en steun. Dat gaf rust en zelfvertrouwen: het komt wel goed. Maar over het algemeen



merk ik nog wel veel onbegrip bij dit soort klachten. Ik weet zelf ook niet hoe ik het moet oplossen, dus anderen ook niet. Binnen de letselschadezaak merk ik dat er veel in twijfel getrokken wordt. Ik had het zelf ook liever anders gezien. Ik wil van alles, maar door die klachten lukt het niet. Het zou fijner zijn als ze iets meer uitgaan van vertrouwen. Ik heb het idee dat ik me altijd maar moet bewijzen en dat zorgt voor spanningen. Dat voelt gewoon heel vervelend. Dat probeer ik nu wel los te laten, ik kan er toch niks mee, maar ik vind het wel jammer omdat ik van mezelf weet dat ik alles probeer zo goed mogelijk te doen en niet wil blijven hangen in een situatie.

Hoe ga je met deze uitdagingen om? Wat neem je mee uit de begeleiding van LetsCo om je droom (deels) verwezenlijken?

Stap voor stap is mijn manier. Ik probeer het, en lukt het niet, dan niet. Zo wel, dan wel. Ik moet wel altijd checken of ik me daarna ook goed voel. Krijg ik klachten, dan moet ik het gewoon op een andere manier proberen. Om te kijken of dat dan minder klachten geeft. Het belangrijkste is voor mij denk ik die grens blijven bewaken. Dat moet ik echt doen, anders ga ik tegen mezelf aanlopen. Ik zeg niet dat ik er nooit overheen ga, maar ik moet niet teveel hooi op mijn vork nemen en ook tevreden zijn met de kleine successen. Als ik niet tot de 100% kom, maar tot de 80%, dan ben ik wel van 50% naar die 80% gegaan en dat is ook al heel goed.

Voor meer informatie over LetsCo verwijzen wij naar: www.verdernaletsel.nl ♦