

Cliëntperspectief tijdens symposium ‘*Littekens van het Leven: Trauma en Herstel bij Ouderen*’

Donderdag 18 september 2025 | RGOc Netwerk Ouderenpsychiatrie

Tijdens het symposium ging prof. dr. Richard Oude Voshaar in gesprek met een patiënte die ernstige traumata had meegemaakt. Zij deelde openhartig haar verhaal en benadrukte hoe belangrijk het is om **gezien en gehoord te worden** door professionals in de geestelijke gezondheidszorg.

Na een moeilijke periode van mishandeling, verlies en echtscheiding bleek het moeilijk om de juiste hulp te vinden. Ze overkwam haar schaamte pas toen collega's haar blauwe plekken zagen en haar aanspoorden hulp te zoeken. In de GGZ kreeg zij aanvankelijk echter niet de hulp die zij nodig had. Pas toen haar dochter haar aanspoorde dit bespreekbaar te maken en met haar meeging naar de huisarts, volgde de juiste doorverwijzing.

Ze vertelde hoe groot de schaamte was om haar ervaringen uit te spreken, en dat het daarom zo belangrijk is dat hulpverleners goed doorvragen en écht luisteren. In haar herstelproces heeft zij verschillende therapieën gevolgd. Ze benadrukte hoe waardevol het is wanneer therapeuten geduldig zijn, vertrouwen geven en vragen stellen vanuit betrokkenheid.

Haar boodschap aan alle hulpverleners was helder:

- **Luister** zonder oordeel.
- **Vraag door** en geef mensen het vertrouwen om hun verhaal te delen.
- **Wees er** echt voor iemand – dat is vaak de eerste stap naar herstel.

Uiteraard zijn specifieke en evidence-based traumabehandelingen belangrijk om aan te bieden. De patiëntes ervaring laat echter zien dat deze gepersonaliseerd moeten worden, wat enkel kan als een hulpverlener de persoon achter het trauma echt begrijpt. Oftewel zoals zij het zelf verwoordde: *“Het belangrijkste is luisteren en praten.”*