

Het driehoeksgesprek

Mijn cliënte heeft de afgelopen maanden veel geleerd en nieuwe inzichten opgedaan. Hoewel zij tijdens onze eerste gesprek letterlijk zei: 'Ik heb geen idee hoe dit heeft kunnen gebeuren. Hoe kan ik nou een burn-out hebben?' vertelde ze nu dat ze eigenlijk verbaasd was dat ze het nog zó lang had volgehouden. Dat ze achteraf blij is dat het haar overkomen is, omdat ze zoveel over zichzelf heeft geleerd tijdens haar herstel.

Dat is precies waarom ik doe wat ik doe. Vrouwen begeleiden bij stress- en burnoutklachten, zodat zij beter herstellen en het niet alleen maar een negatieve ervaring of periode hoeft te zijn.

We hadden dit gesprek samen voorbereid, omdat zij aangaf het lastig te vinden om met haar werkgever te spreken over een mogelijke andere positie binnen de organisatie. Niet vanuit angst voor haar werkgever, maar dit kwam voort uit een soort bescheidenheid die ze van huis uit had meegekregen. Ze hield zichzelf klein, waardoor er continu een soort interne strijd plaatsvond. Haar wens was steeds anders geweest dan de realiteit en zij werd continu tussen die twee heen en weer geslingerd. Dat was meer en meer gaan wringen.

Zoals ook vooraf gecommuniceerd, had mijn cliënte in dit gesprek de regie en wat deed ze dat goed. Haar werkgever sprak zich vrij snel uit positief verrast te zijn met wie er nu bij haar aan tafel zat. Dat was een prachtig compliment voor haar en ik zag haar groeien in haar zelfvertrouwen. Indirect was dit voor haar de uitnodiging om de koe bij de horens te vatten en haar wensen op tafel te leggen. Dat was nieuw voor de werkgever, want zij kende haar vooral als meegaand en een stille kracht.

Ik zag dat ze het spannend vond toen er niet direct een reactie kwam en ik steunde haar moed met een dikke vette knipoog. En hoewel zij zichtbaar even moest slikken, reageerde ze erg positief op zowel haar vraag en daarop volgende voorstel gericht op re-integratie.

De zenuwen hadden veel energie gevraagd, maar gelukkig weet ze inmiddels ook wat ze nodig heeft om te herstellen. Haar lach van oor tot oor sprak boekdelen. 'Dat heb je net heel goed gedaan. Jij komt er wel!' geef ik haar nog mee voordat ze vol trots de auto instapt.