

Coaches aan het woord

Ingrijpende gebeurtenissen

In Medisch Contact van 25 juni j.l. lees ik in de rubriek veldwerk onder de titel "Oud genoeg?" het verhaal van anios Anna Verhulst. Het begint over een hoogbejaarde dame aan wie ze heeft moeten vertellen dat ze kanker heeft. Patiënte reageert met: "Je hebt het heel goed uitgelegd en voor jou is het ook helemaal niet leuk om dit te moeten vertellen". Anna schrijft hierover: "Het voelt even alsof ik als 11-jarige mijn rapport aan mijn oma heb laten zien..."

Iets vergelijkbaars overkwam mij ooit als anios (het woord bestond nog niet) voor een chirurgisch maatschap. De herinnering aan een man op leeftijd die ik had moeten vertellen dat hij longkanker had. Later zei hij welgemeend op zijn Brabants: "Ge bent een goei ding".

Een aantal jaren later nam ik als Philips bedrijfsarts met subspecialisatie 'stress en burn-out' deel aan een training slecht nieuws gespreksvoering. Ten overstaan van de groep was mijn opdracht in een rollenspel iemand aan te zeggen. In werkelijkheid was deze man een van de directeuren: hij speelde zijn rol met verve en werd emotioneel en onheus naar mij toe. Met een verhoogde hartslag bewaarde ik de kalmte en deed wat van me verwacht werd. Hetgeen ik me vanaf dat moment realiseerde is hoe relatief life-events zijn. Is het verliezen van betaald werk niet erg? Natuurlijk is dat vreselijk, maar het verliezen van je gezondheid is veel erger. Een 'doodvonnis' krijgen is het ergst. Maar een hoge tot zeer hoge leeftijd, een vervuld leven, maakt ook dat weer relatief.

Life events hebben een hiërarchische volgorde. De Social Readjustment Rating Scale (SRRS) van Holms-Rahe uit 1970 is nog steeds te vinden op internet. De ranglijst is gebaseerd op empirisch onderzoek onder 2500 Amerikaanse mannen.

De top-7:

1. Overlijden echtgenoot/echtgenote
2. Echtscheiding
3. Detentie (gevangenis of ander instituut)
4. Overlijden van een naast familielid
5. Persoonlijk ernstig trauma of ziekte
6. Huwelijk
7. Ontslag

Duidelijk mag zijn dat meerdere life events tegelijkertijd kunnen vóórkomen en een versterkend negatief effect hebben op de gezondheid van een persoon. Het is niet mijn bedoeling om hier verder in te gaan op coping-mechanismen, op hoe individuele mensen omgaan met ingrijpende belasting.

Deze tijd roept nieuwe vragen op. Coronacijfers zijn instantaan te volgen evenals werkloosheidscijfers. In welke mate reageren mensen anders op life events wanneer ze niet als enige door het noodlot getroffen worden? Het wetenschappelijke antwoord is mij niet bekend ofschoon er ongetwijfeld deelantwoorden te vinden moeten zijn.

En: wat zou nu meer verschrikkelijk zijn voor mensen: gedwongen werkloosheid of coronadreiging? Valt dat collectief überhaupt te meten?

Massaontslag kan plaatshebben in een sector of bij een multinational, en corona overkomt "de wereld". Corona betekent verdriet en rouw bij nabestaanden. Het betekent ook voor veel mensen onzekerheid over werk en inkomen. En sommige gezinnen overkomt beide: verlies van een dierbare en ontslag.

Tijdens operatie Centurion (oktober 1990) werd 20 % van de medewerkers van Philips ontslagen. Wereldwijd werden zo'n 50 000 van de 300 000 Philips-werknemers ontslagen. De kredietcrisis 'na Lehman Brothers' had in ons land tot gevolg dat 85 duizend mensen ontslag kregen in de eerste acht maanden van 2009 (bijna 2x zoveel als in dezelfde periode in 2008). Op 1 dag duizenden mensen ontslagen in 1 stad, of over een periode van 8 maanden over heel Nederland maakt wel verschil qua beleven van collectiviteit, van gezamenlijkheid in rampspoed.

Het aantal jaren dat nodig was om de kredietcrisis achter ons te laten bleek beperkt.

In ons land hebben we inmiddels ruim 6 100 doden (0,035 % van de bevolking) te betreuren, d.w.z. mensen die positief getest werden. Er is meer werkloosheid te verwachten maar wanneer en hoeveel meer is nog niet duidelijk. Er worden vele 10-tallen miljarden in de economie gepompt waardoor de omvang van de economische schade en de effecten op de werkgelegenheid over meerdere jaren 'uitgesmeerd' wordt. Daarmee wordt ook de 'gewenning', het aanpassen aan veel effecten van corona in ons land over een langere tijd uitgesmeerd.

In de VS zijn inmiddels 132 000 doden (0,04 % van de bevolking) gemeld als gevolg van corona; de werkloosheid is opgelopen naar 14 tot 15 %. Er zijn al voorspellingen gedaan dat het wel eens kan gaan oplopen naar 20 %.

Interessant is de podcast thedayly van de New York Times (NYT) van 25 juni j.l. Uit tal van peilingen in verschillende staten blijkt dat Trump in populariteit daalt. De reden? Zelfs de mensen die door corona hun baan verloren vinden hun gezondheid en het overleven met hun dierbaren belangrijker dan de economie.

In de VS is de werk- en ontslagcultuur wezenlijk anders dan bij ons. Maar op dit punt verschillen wij Nederlanders vermoedelijk weinig van de Amerikanen. Een overlijden in je familie of vriendenkring is onomkeerbaar. Van werk naar ander werk kan moeilijk zijn; liever rotwerk dan geen werk, en liever geen werk dan overlijdens in je directe omgeving door corona. Die logica is in de afgelopen 50 jaar niet veranderd.

Bronnen:

<https://www.simplypsychology.org/SRRS.html>

<https://www.cnbc.com/2020/06/04/the-may-unemployment-rate-is-expected-to-be-near-20percent-as-millions-more-lost-jobs.html>

<https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2009/44/tweemaal-zoveel-mensen-ontslagen-door-crisis>

<https://www.nytimes.com/2020/06/25/podcasts/the-daily/biden-poll-trump-election-2020.html?action=click&module=audio-series-bar®ion=header&pgtype=Article>

