Had ik maar…

Manu Keirse beschrijft in ‘Van het leven geleerd’ (Tielt 2009) een medische fout van een verpleegkundige met dodelijke afloop. Nog dezelfde avond zat hij als hoofd van de patiëntenzorg bij de ouders van de overledene thuis. ‘Ik leerde dat je mensen kunt helpen, ook als je de fout niet kunt herstellen, door ze optimale zorg en opvang te bieden en door een behoorlijke schadeloosstelling te regelen. Het is essentieel om mensen aan te spreken over hun verdriet en hun onmacht te delen. Helaas zie je in de praktijk vaak het omgekeerde. Mensen worden vermeden, ze worden ontlopen, ze krijgen onvoldoende informatie en ze ontberen elke vorm van menselijke warmte’(blz. 174).

Niet alleen verpleegkundigen maar ook dokters hebben tekortkomingen en maken fouten. Dat is niet alleen hun lot – niemand is volmaakt. Soms heeft dat ook te maken met verkeerde beslissingen, slordigheden, nalatigheid. Soms krijgen ze dat te horen van de patiënten of hun familie. Soms zijn zij zelf de enige die het weten. Soms wordt er een klacht tegen hen ingediend. Hoe gaan artsen om met hun eigen medische falen? Is het makkelijk om te leven met ‘Had ik maar…!’? ‘Had ik deze meneer maar niet zo lang laten lopen met zijn klachten en eerder doorgestuurd naar de specialist.’ ‘Had ik deze suïcidale meid maar opgenomen op de PAAZ en aan haar geruststellende praatjes maar geen geloof gehecht.’ ‘Had ik maar in één keer de goede diagnose gesteld bij deze mevrouw.’ ‘Had ik maar naar de verpleegkundige geluisterd toen het over meneer B. ging, maar mijn artsentrots…’ ‘Ik had voor deze patiënt meer kunnen doen.’

Schuldgevoel

Een mens moet wel heel eigenwijs of narcistisch zijn om eigen tekortschieten niet te willen zien. Die artsen zijn er helaas ook. Verreweg de meesten hebben er last van als dingen onder hun verantwoordelijkheid niet goed gegaan zijn. Artsen dragen veel verantwoordelijkheid. Als ze tekort schieten of fouten maken, zijn de gevolgen soms ernstig. Met welk schuldgevoel lopen ze dan rond?

Er zijn terechte schuldgevoelens. Iemand heeft een fout gemaakt die hij had kunnen voorkomen. Iemand heeft zich niet aan de regels gehouden of zelfs de wet overtreden. Iemand heeft bewust slordig gehandeld. De schuldgevoelens die dan boven komen zijn op hun plaats. Daarnaast zijn er ook irrationele, onterechte schuldgevoelens: iemand voelt zich schuldig, maar is dat, als je er goed over nadenkt, niet echt. Er zijn aangeprate, ingebeelde en subassertieve schuldgevoelens. Schaamte heeft hier ook mee te maken: je beantwoordt niet aan de verwachtingen van anderen. Dat denk je althans. Voor een arts: je voelt je niet goed genoeg te midden van je collega’s of tegenover de patiënten. Je voldoet niet aan het groepsideaal; je haalt de doelen van de maatschap niet. Je voelt dat je faalt in de ogen van anderen. Patiënten gaan liever naar je collegahuisarts en volgens jou doet hij of zij het eigenlijk ook beter. Dat geeft dan een schuldgevoel, maar is eigenlijk schaamte. Je doet niets echt fout, maar je haalt nooit het erepodium. Terechte schuldgevoelens gaan over je gedrag en veel onterechte schuldgevoelens en schaamte gaan over je persoon.

De (sociale) perfectionist

Wie is de arts die meer dan anderen last heeft van onterechte schuldgevoelens? Dat is de arts met de irreëel hoge lat. Die kan met werkdruk, werkwijze, collegialiteit, patiëntenzorg en dergelijke te maken hebben. De verplichtingen ten opzichte van een eigen gezin kunnen die druk opvoeren. Er is de prestatiegerichte hoge lat. Die heeft de gewone perfectionist voortdurend voor ogen. Die wil alles 100 procent goed doen. Hij wil zijn goede naam niet verliezen. Er is de mensgerichte hoge lat. Die heeft de sociale perfectionist voor ogen. Die wil niemand pijn doen of teleurstellen. Sommige artsen weten beide in zich te verenigen: ze willen alles goed doen om allen tevreden te stellen. Ze willen REDDER zijn met hoofdletters. En intussen zijn ze bezig om hun eigen angst voor fouten maken te onderdrukken en dus eigenlijk voortdurend ook zichzelf aan het pleasen. Dat levert spanning op en daardoor soms ook fouten en teleurstellingen. Wie alles perfect wil doen komt niet klaar met zijn werk en wie niemand wil teleurstellen schenkt aan ieder te weinig aandacht.

Hoe kun je omgaan met je schuldgevoelens?

Als er sprake is van schuldgevoelens is de eerste stap om er goed mee om te gaan: jezelf serieus nemen en aansluiten bij wat je denkt en voelt. De tweede stap is daarover communiceren. Pas als je jezelf met je gedachten en gevoelens serieus neemt kun je de brug naar de ander overgaan. Wie stárt bij het serieus nemen van de ander blokkeert vaak zichzelf uit angst voor de boosheid en afwijzing van de ander. Dan ga je om de ander heenlopen en kom je er nooit achter hoe de ander tegen jouw vermeende schuld aankijkt. Kort gezegd: als je je schuldig voelt: vertel dat tegenover de betrokkenen. Dan hoor je de reactie wel en op grond daarvan moet je wellicht actie ondernemen. Het zou ook zomaar kunnen dat in het gesprek blijkt dat je schuldgevoel irreëel is dat je het mag loslaten. Manu Keirse reed direct op dezelfde dag twintig kilometer naar de familie van een door een medische fout overleden patiënte. Hij had de fout niet zelf gemaakt, maar wist zich verantwoordelijk. Hoe langer verantwoordelijken daarmee wachten des te moeilijker wordt het om met het schuldgevoel om te gaan en des te meer laat je de benadeelden in de kou staan. Zonder communicatie resteert alleen het wegdrukken van terechte schuldgevoelens – en dat lukt niet. Je verschuilt je in gedachten achter je collega’s die ook betrokken waren, of je kleineert of veralgemeniseert je misser. Of je probeert jezelf gerust te stellen met de gedachte dat patiënten ook hun eigen verantwoordelijkheid hebben. De kans is groot dat je er ondanks dat over blijft piekeren. Het wordt een verborgen last. Toen ik zweeg, kwijnde ik weg, zegt David in Psalm 32. Ook de irreële schuldgevoelens gaan niet weg door te zwijgen. Integendeel, ze knagen steeds meer aan je zelfbeeld. Dus ook hier: ga de communicatie aan. Lucht je hart eens bij een collega. Dan kom je er in elk geval achter dat ook die zijn of haar best doet om z’n stand op te houden…

Vergeving

Laat ik nu even uitgaan van een echte medische fout. Piekeren over ‘had ik maar’ kun je beter omzetten in ‘Ik heb…!’ en daaruit de consequenties trekken. Schouders eronder, communiceren, eerlijk praten met de patiënt of diens familie, kijken wat je nog kunt betekenen voor mensen die schade hebben geleden door jouw fout en de eventuele gevolgen van de fout dragen (in het ergste geval geformuleerd door het medisch tuchtcollege) en dan verder leven. Christelijke artsen hebben een voorsprong op anderen, omdat zij weet hebben van genade. En omdat ze weten dat ze voor vergeving niet alleen bij mensen hoeven aan te kloppen. Ze kunnen ook communiceren met God. Er is ook nog vergeving bij God te vinden als patiënten boos blijven. Het is bevrijdend om met Jona te weten dat God genadig en barmhartig is, zelfs voor een stad als Ninevé (Jona 4:2). Door Jezus mogen we allemaal van genade leven. Dat blijft een beetje vaag – totdat je echte fouten maakt. Totdat je zondigt. Dan blijkt er moed nodig te zijn om fouten te belijden tegenover mensen én om genade van God te aanvaarden. Soms zegt iemand: ik wil nog wel geloven dat God het mij vergeven heeft, maar ik kan het mezelf niet vergeven. Dat is een kronkel. Wie zichzelf niet kan vergeven, gelooft ook niet in Gods vergeving. Veel mensen die fouten gemaakt hebben blijven hangen in een soort zelfbestraffing, alsof dat is wat ze bij God kunnen inleveren om op grond daarvan genade te ontvangen. Maar dat is dan geen genade maar verdienste. Genade is er voor echt falende mensen die met legen handen staan. Petrus en Judas hebben beiden Jezus in de steek gelaten. Beiden hadden er berouw over. Judas bestrafte liever zichzelf dan dat hij om genade vroeg (Matth. 27:1-10). Hij gaf zich over aan Gods veroordeling. Petrus gaf zich echter over aan Gods genadige toewending tot hem. Dat maakte een nieuw begin mogelijk (Joh. 21:15vv).

‘Jezelf vergeven’ is een beetje vreemde uitdrukking. Vergeven kan immers alleen een slachtoffer doen tegenover een dader. We kunnen het ook anders verwoorden. Ik heb schuld en schaamte beide genoemd. Laat ik ze nu eens verbinden. ‘Jezelf vergeven’ staat voor: niet in de schaamte blijven hangen vanwege je gemaakte fout of vanwege je aantoonbare tekorten. Aanvaard niet alleen dat je om genade moet vragen, dat je mag geloven dat je die ontvangt, maar ook dat God je weer in ere herstelt. Het zou best kunnen dat je naam voor mensen te grabbel is gegooid door je falen. God deelt een erekroon uit voor falende mensen. Zo leg ik de gelijkenis van de verloren zoon (Lukas 15) uit. Die jongen krijgt niet alleen liefde en vergeving van zijn vader, hij krijgt ook zijn positie als zoon weer terug. Hij heeft iets verschrikkelijks gedaan, maar hij hoeft zich daarvoor niet meer te schamen.