

DE BALANS

GEVLUCHT

'Samen met mijn zus en toenmalige echtgenoot ontvluchtte ik in 1994 Irak, waar ik was opgeleid als arts en twee jaar heb gewerkt als *general physician* en anios kindergeneeskunde. Alles moesten we achterlaten. Eerst hebben we twee jaar gewoond en gewerkt in Syrië en Jordanië. Vervolgens, in 1996, zijn we in Nederland terechtgekomen. Hier wilde ik heel graag mijn beroep weer oppakken en ben daarom intensief de Nederlandse taal gaan leren. In 2000 begon ik met de geneeskundeopleiding, die ik in drie jaar kon doen. Daarna ben ik specialist ouderengeneeskunde geworden.'

COMMUNICATIE

'Al sinds mijn coschappen liep ik aan tegen problemen die met taal en communicatie te maken hadden. Inhoudelijk was er meestal niets aan te merken op mijn functioneren, maar ik kreeg vaak te horen dat mijn communicatievaardigheden of mijn Nederlands niet goed genoeg waren. Lange tijd heb ik niet goed begrepen waar dat aan lag. Ik had intensieve taalcursussen gedaan, mijn taalexamens op het hoogste niveau behaald. Bovendien ging ik veel met Nederlanders om. Voor mijn gevoel kon ik niet méér doen om beter te worden. Door al die kritiek voelde ik me erg onzeker en ongelukkig en daarvoor ging ik mezelf defensief opstellen. Ik voelde me anders behandeld dan anderen en had zelfs het gevoel dat discriminatie misschien een rol speelde.'

COACHING

'Een jaar of vijf geleden kwam ik in een coachingstraject terecht, waar ik veel aan heb gehad. Ik leerde naar mijn eigen rol kijken en dat ik niet zo hard moest zijn voor mezelf. Om te laten zien dat ik niet onderdeed voor anderen, legde ik de lat heel hoog voor mezelf. Maar onbewust legde ik mijn perfectionisme ook op aan de mensen om me heen. Door de coaching leerde ik milder te zijn, voor mezelf en voor anderen. Ik leerde bespreekbaar te maken wat mij of anderen dwarszit én met meer aandacht, openheid en nieuwsgierigheid te luisteren. Achteraf denk ik dat de culturele kloof tussen Irak en Nederland groter was dan ik dacht. In Irak is beleefdheid een grote waarde. Ik vond het heel lastig om met de Nederlandse directheid om te gaan. Ik vond mensen soms brutaal overkomen. Nu omarm ik die Nederlandse directheid juist, maar wél met een vleugje vriendelijkheid.'

ZZP'ER

'Sinds 2014 werk ik volledig als zzp'er en hoewel het zzp-bestaan ook onzekerheden kent, zie ik vooral voordelen. Ik heb minder last van registratie- en regeldruk en ben veel vrijer. Doordat ik geregeld met een andere doelgroep te maken heb, word ik geprikkeld om telkens bij te leren. Ook heb ik minder last van organisatieperikelen; iedere werkplek heeft zijn eigen cultuur en regels. Daar leer ik iedere keer van.'

BALANS?

'Ik ben absoluut veel beter in balans dan vijf jaar geleden. Ik heb geleerd om over problemen te praten, en om pas op de plaats te maken als ik te veel spanning voel aankomen. Daardoor geniet ik nu van mijn werk en ben ik tevredener over mezelf. Ik hoor nu zelfs vaak dat ik zo zelfverzekerd ben.'

Simone Paauw

De balans portretteert artsen en hun drukke leven. Hoe combineren zij werk en privé? Heeft u hierover zelf een verhaal dat het vertellen waard is? Mail dan naar redactie@medischcontact.nl.

'De culturele kloof was groter dan ik dacht'

Suzan Shaker vluchtte 25 jaar geleden uit Irak en werd in Nederland specialist ouderengeneeskunde. Door coaching leerde ze beter omgaan met communicatieproblemen waar ze keer op keer mee te maken had.

PIROCHKA VAN DE WOUW



Leeftijd: 52

Werk: specialist
ouderengeneeskunde bij Siza
(instelling voor mensen met een
lichamelijke beperking),
20 uur per week.

Persoonlijk: alleenstaand, dochters
Meis (21) en Nehreem (19)

Vrije tijd: wandelen, spreken bij
een speechclub