

# ‘Eindelijk eigen baas - en weer eigenwijs!’

*Petra van der Kaa belandde met een burn-out bij het UWV. Op een gegeven moment was het basta en nam ze de touwtjes weer zelf in handen. Uit haar eigen slechthorendheid putte ze de inspiratie om anderen te gaan helpen. En dat geeft haar zelf weer heel veel energie.*

door TREA SCHOLTEN

**P**etra is vanaf haar geboorte slechthorend, maar dat werd pas op haar dertiende door een oplettende schoolarts ontdekt. De schoolarts sprak zo zacht, dat ze amper iets hoorde. Bij hoortesten had ze dat wel vaker, maar dan lag het altijd aan een verkoudheidje of zo. ‘Deze arts zei dat mijn oren slecht waren. Er werd een heel circus in gang gezet; naar de huisarts, kno-arts, het audiologisch centrum en veel hoortesten. Terwijl er voor mijn gevoel niets veranderd was! Ik was nog steeds dezelfde Petra. Alleen had mijn “afwijking” ineens een naam. Ik was een pubermeid en al die extra aandacht vond ik vreselijk.’ Petra begon aan hoortoestellen, droeg ze vijf jaar maar stopte toen omdat ze onvoldoende hielpen. Sinds enige tijd heeft ze echter weer nieuwe, natuurlijk sterk verbeterd sinds die ‘puberjaren’. Ze heeft nu ook het gevoel dat ze toch iets beter hoort.

## Wilskracht

Petra zat op het lbo (lager middelbaar onderwijs), waar de stof makkelijk was. Ze gaat daarna door naar het vhbo (voorbereidend hoger beroepsonderwijs). ‘Het eerste jaar ging

goed. Maar daarna lag het tempo te hoog. Het kostte me teveel energie.’ Ze zakt voor haar eindexamen maar dankzij haar wilskracht lukt het een jaar later wel. Na een opleiding tot hoedenontwerpster reageert ze onverwachts op een baan als tandtechnicus. ‘Heel iets anders, maar ik was wel lekker met mijn handen bezig. Omdat het zo goed ging, mocht ik al snel porseleinen kronen bakken. Een moeilijk en precies werkje dat alleen door specialisten gedaan wordt. En daar ging het mis. Mijn collega’s werden jaloers. Omdat je slecht hoort, gebruik je de andere zintuigen veel intensiever. Ik voelde een enorme spanning op de afdeling, maar gaf niet op. Pas toen het bedrijf overgenomen werd, wilde ik weg. Niet om het werk, wel om de sfeer.’

## Eyeopener

Ik solliciteerde bij een ander tandtechnisch laboratorium. Achteraf was ik toen al ziek. Ik had een dagtaak aan werken; stond op, ging naar het werk, kwam thuis, maakte snel iets te eten en ging slapen. Ik was aan het overleven. Ik viel af, terwijl ik enorme behoefte aan eten had, kreeg allerlei klachten en was al een paar keer bij de huisarts geweest totdat mijn moeder zei: “Misschien heeft het iets met je oren te maken”. Dat was een eyeopener! Dit was zó mijn leven, ik realiseerde me helemaal niet dat het ook anders zou kunnen. Ik had ook geen referentiekader. Ondertussen werd de druk op mijn werk te groot en belandde ik met een burn-out bij de arbo en het UWV. Toen drong tot me door dat ik echt een beperking heb. Geen pretje en veel onbegrip. Het voelde als een emotionele achtbaan.

*Weg met dat volgzame meisje, ik zou laten zien wat ik wel in huis had!*



## Beelden en ballen

Petra maakt veel gebruik van zelf-geschilderde beelden en ballen. Om houdingen te visualiseren bijvoorbeeld. Aan de hand van dit beeld vertelt Petra waarom een goede balans bij de voeten begint en waarom het voor een slechthorende zo moeilijk is om die balans te bewaren. Bij 'Balancine' leer je naar je lichaam luisteren, het gaat om non-verbale communicatie, met jezelf, maar ook met anderen. Deze informatie zegt vaak veel meer dan gesproken taal, [www.balancine.nl](http://www.balancine.nl).

ze horenden en slechthorenden. 'Ik ga uit van wat mensen kunnen. Ik laat ze ervaren wat stress met je lichaam doet. Luisteren naar lichaam en geest. Dat geeft een enorme vrijheid. Het is geweldig om mensen op deze manier te helpen. Ik doe nu wat ik echt leuk vind. Ik ben eindelijk eigen baas en kan en mag weer eigenwijs zijn!'

## Bruisende ideeën

Petra zit niet stil en bruist van de ideeën. 'Ik ben nu bezig met een opleiding voedingstherapie om ook vanuit deze visie cliënten te begeleiden. En ik werk samen met een geriatrische fysiotherapeut die rekening houdt met de communicatie voor slechthorenden. Voor mij is het een uitdaging om dagelijkse dingen voor slechthorenden eenvoudig te maken!'

Heeft u ook een bijzonder verhaal te vertellen over slechthorendheid en uw (vrijwilligers)werk? Laat het ons weten en stuur uw brief naar NVVS/HOREN, Postbus 129, 3990 DC Houten, of uw e-mail naar [horen@nvvs.nl](mailto:horen@nvvs.nl).

## Eigen praktijk

Gek eigenlijk, ik ben een enorme doorzetter en zag mijn slechthorendheid vaak als iets positiefs. Ik kan heel veel dingen wel! Alleen gaan ze er bij het UWV vanuit wat je niet kan. Je wordt in hokjes gestopt en hebt je te houden aan allerlei regels. Daar had ik geen zin in. Ik besloot het roer om te gooien. Weg met dat volgzame meisje, ik zou laten zien wat ik wel in huis had! 'Ik nam zelf de touwtjes in handen. Van kinds af aan was ik altijd volgzzaam geweest. Een schoolsysteem waar ik niet in paste, fulltime wer-

ken en me volledig laten afbranden. Vanaf nu ging ik het zelf doen! Ik kreeg zoveel energie! Mijn zoektocht begon met een onderzoek naar waar ik goed in was. Slechthorendheid brengt veel stress met zich mee. De maatschappij verwacht teveel van je, waardoor de spanningen oplopen en de stress toeneemt. Slechthorenden zijn non-verbaal heel sterk: we kunnen beter kijken, voelen en beleven dingen intenser. Hier wilde ik iets mee doen, in combinatie met stress.' Petra heeft inmiddels haar eigen praktijk 'Balancine'. Als stresscounselor helpt