

Nicky Stroucken, Sri-Lanka, vrijwilligerswerk

De voorbereiding

Wat was je motivatie in het buitenland te gaan werken? Ben je alleen gegaan?

Tijdens mijn eerste solo-reis door Vietnam en Laos in 2023, kwam ik erachter dat er zoveel mooie plekken waren, maar dat ik de backpacker-lifestyle als erg vluchtig ervoer. Ik realiseerde mij hoe snel je veel 'neemt' van een plek als je daar maar drie nachten verblijft. Je doet mee aan een tour, drinkt wat bij het happy hour, maakt die ene toeristische foto en gaat weer door. Ik besloot dat ik voor mijn volgende reis ergens langer wilde blijven en op mijn eigen manier iets terug te geven aan de community die ik bezocht. Na die eerste reis ben ik gelijk na terugkomst begonnen met het plannen van de volgende reis. Deze begon ik in Sri Lanka (tweeënhalve maand), daarna naar de Filipijnen (één maand), gevolgd door het zuiden van Thailand en Maleisië (anderhalve maand). In totaal heb ik drieënhalve maand alleen gereisd, de rest van de tijd heb ik wisselend samen gereisd met mijn vriend, een vriendin en mijn ouders. Ik heb tijdens mijn periode in Sri Lanka vrijwillig gewerkt als ergotherapeut.

Waarom heb je voor dit land gekozen en hoe heb je je voorbereid op het vertrek?

In de voorbereiding van mijn reisplan was mijn voornaamste criterium: een land met tropische temperaturen. Na online onderzoek sprak de diversiteit in natuur in Sri Lanka mij erg aan. Het voorbereiden was niet moeilijk: van tevoren was mij én de Hellabeem (het revalidatiecentrum) eigenlijk **niet** duidelijk wat wij voor elkaar zouden kunnen betekenen. De voorbereiding bestond vooral uit loslaten, met de instelling: 'we zien wel wat er komt'. Hierbij helpt het dat ik ervan overtuigd ben dat je uit elke situatie wel iets van kunt leren.

In het land - werken

Wat heb je gedaan?

Tijdens mijn tijd op de Hellabeem Sri Lanka observeerde ik zitproblematiek, heb ik aanpassingen ontworpen en deze zelf gemaakt en bekleed. Alle materialen die ik hiervoor heb gebruikt zijn gerecyclede materialen van de Hellabeem. Na mijn aankomst werd mij duidelijk dat er bij veel van de rolstoelgebonden jongens rugklachten en zitproblemen speelden, ten gevolge van de zithouding. Hierdoor zag ik mijn kans om mijn kennis als ergotherapeut (en manusje-van-alles) in te zetten! In totaal heb ik voor acht jongens (rolstoel)aanpassingen gemaakt.

Hoe heb je je de taal eigen gemaakt?

De taalbarrière was erg interessant om binnen een werk-context mee te maken. Ik heb een paar woorden Sinhalees geleerd, maar dit was te weinig voor inhoudelijke gesprekken. De meeste jongens spreken basis-Engels, maar zijn er ook een paar die geen enkel Engels woord spreken. Om toch vooruit te kunnen hielpen Sameera (de fysiotherapeut) of andere jongens met vertalen. Daarnaast werkt uitbeelden en tekenen ook erg goed. Het was mooi om te ervaren hoever je kunt komen met non-verbale communicatie.

Wat zijn de verschillen in het werken in de ergotherapie met Nederland en wat zijn overeenkomsten?

Het grootste verschil is de beperkte beschikbaarheid van materialen, en het (voor Nederland) vanzelfsprekende effect hiervan. In Sri Lanka is de economie minder welvarend dan in Nederland en zijn er veel minder mogelijkheden om keuzes te maken tijdens je behandeling. De materialen die beschikbaar waren op de locatie bleken verouderd, niet verstelbaar en vooral gebaseerd op Europese maten. Veel van de rolstoelen worden gedoneerd vanuit Nederland, wat niet helemaal passend is voor de slanke bouw van Sri Lankanen.

Een ander groot verschil vond ik de dankbaarheid, de jongens op de Hellabeem zijn dagelijks

dankbaar voor wat ze hebben. In Nederland ben ik meer dan eens chagrijnige cliënten tegengekomen wegens een beensteun die niet meer kan verstellen of een kussentje wat niet lekker zit. Ik wil de situatie ook niet vergelijken; ook in Nederland zijn er schrijnende verhalen te vinden. Het is voor mij in ieder geval een les geweest om vaker dankbaar te zijn voor hoe goed we het hier in Nederland hebben.

Wat zijn de grootste cultuurverschillen met Nederland?

In Sri Lanka is het gewoonlijk dat mannen niet door vrouwen geholpen worden met persoonlijke verzorging. Ik vond het heel mooi om te zien hoe de jongens (en zelfs werknemers zoals de klusjesman) elkaar helpen bij bijvoorbeeld het wassen van een bedlegerige jongen wegens ernstige decubituswonden.

Daarnaast ervaarde ik een duidelijke stereotypering; de jongens en de werknemers vonden het heel bijzonder dat een vrouw (ik) klust. Ikzelf was verrast toen ik erachter kwam dat Saman (de klusjesman) de enige op de Hellabeem was, die de kunsten van de naaimachine beheerst. Het werd mij duidelijk dat het belangrijk blijft om buiten de 'normale' kaders te denken.

In het land – leven/ wonen

Hoe kwam je aan huisvesting?

Ik verbleef op het terrein van de Hellabeem, een vakantiebungalow (die trouwens ook te huur is voor particulieren 😊). De bungalow was van alle gemakken voorzien en had uitzicht op alleen maar groen! Het was enorm rustgevend, want het enige wat je hoort zijn vogelgeluiden en soms een groep apen. Het terrein is een prachtige locatie net buiten de stad Weligama.

Wat heb je als positief ervaren en wat waren uitdagingen?

Het meest positieve om te ervaren was het fijne gevoel van 'Welkom' op de Hellabeem. Ik vond het erg leuk om het hele productieproces zelf aan te sturen. Ik signaleerde het probleem, maakte een ontwerp, presenteerde dit bij de eigenaren, zocht materialen, leerde naaien, klussen en deed tussen- en eind-evaluaties met de jongens.

Aan het eind van mijn tijd bij de Hellabeem werd er een 'eindpresentatie' georganiseerd, die aanvoelde als een modeshow. Eén voor één presenteerde ik de gemaakte aanpassingen en lichtte ik toe hoe, wat en waarom ik iets had gemaakt. Ik vond dit vooraf erg spannend, maar achteraf overspoelde een overheersend gevoel van trots.

De uitdagingen lagen vooral in het bedenken van duurzame oplossingen. Je wilt dat de aanpassingen voor langere tijd meegaan, maar ook dat de gebruikte onderdelen van duurzaam materiaal zijn en dit alles binnen een minimaal budget. Uiteindelijk heb ik alle aanpassingen kunnen maken van materialen die op de Hellabeem aanwezig waren, zoals oude matrassen, restjes stof en kippengaas. Een persoonlijke uitdaging voor mij was ook de periode rond de uitvaart van een familielid. Er waren toen veel gemixte gevoelens omdat ik niet fysiek bij mijn familie kon zijn. Dit stond haaks op fijne gevoel dat ik trots kon voelen voor het werk dat ik deed, wat in lijn stond met zijn dromen en idealen van vroeger. De uitvaart kon ik online bijwonen en achteraf gezien ben ik blij met hoe ik deze dagen 'eigen' heb gemaakt.

Tips

Wat zijn je tips voor anderen die deze stappen willen nemen?

Zeker doen! Hoewel het heel erg spannend kan zijn, is het ook super belonend om als ergotherapeut in het buitenland te werken. Je leert zo veel en maakt dingen mee die je in Nederland niet zo snel tegen zult komen! Kijk waar jouw comfortzone begint en eindigt, en maak een lijstje met wat je wel en niet zou willen. Mocht je mij vragen willen stellen over mijn ervaringen in Sri Lanka; schroom niet om een berichtje te sturen!



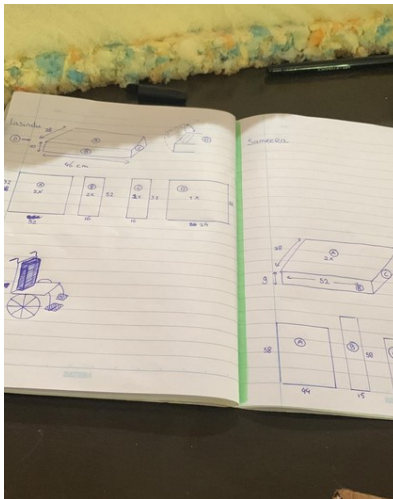
1.



2.



3.



4.



5.

1. Before: Saman in de rolstoel. Hij heeft (tgv van een onbekend medisch verleden) verkorte benen en paralyse in beide benen. Voeten hangen af en starten met vergroeien.
2. After: Voetenplaat op maat gemaakt en bekleed, de voeten kunnen rusten op de plaat waardoor vergroeiing tegen wordt gegaan.
3. In actie achter de naaimachine
4. Een voorbeeld uit ontwerpboekje
5. Een hoogtepunt en afsluiter van mijn tijd in SL: het beklimmen van de Adams peak.

Foto's zijn geplaatst met toestemming patiënt/ familie