

Eenzaamheid na letselschade

Eenzaamheid en letselschade zijn twee complexe kwesties die op het eerste gezicht weinig met elkaar te maken lijken te hebben. Toch kunnen ze op verrassende wijze met elkaar verweven raken, waardoor slachtoffers van letselschade niet alleen fysiek, maar ook emotioneel geïsoleerd kunnen raken.

Belanghebbende verliest door een ongeval met zijn motor zijn rechteronderbeen, werken lukt hierdoor niet meer. Het herstel duurt lang en leren lopen met een prothese is ook al een uitdaging die niet vanzelf gaat. Steeds meer verliest hij de aansluiten met zijn motorclub, zijn werk en het overige sociale netwerk. “op pad gaan” is ook al een uitdaging geworden, zelf hoepelen in de rolstoel heeft gezorgd voor overbelasting in de schouders waardoor de dag al begint met pijn.

Vlak na het ongeval kwamen de “mannen” van de motorclub nog regelmatig langs, later ging belanghebbende nog regelmatig naar de clubbijeenkomsten maar hij voelde de afstand tussen hem en de groep steeds groter worden. Zij hadden een gespreksonderwerp, hij niet meer! Ondanks de aanwezigheid bij de groep voelde belanghebbende de eenzaamheid groeien.

Volgens de Nederlandse overheid ervaart meer dan een miljoen Nederlanders een sterk gevoel van eenzaamheid. Verklaring voor eenzaamheid zijn niet terug te brengen tot één oorzaak, meerdere factoren liggen ten grondslag aan het ervaren en gevoelens van eenzaamheid. Eenzaamheid kan ontstaan door een combinatie van onder meer persoonlijkheidsfactoren, relationele factoren en omgevingsfactoren.

Eenzaamheid behoort ook een beetje bij het leven. Eenzaamheid kan in lichte of sterke mate voorkomen; incidenteel gevoeld worden of langdurig aanhouden. Als voorzaken worden omschreven verlies van dierbare, echtscheidingen of ernstige gezondheidsverlies. Eenzaamheid is vooral een probleem voor mensen die het sterk of langdurig voelen.

Het herstelproces na letselschade kan een eenzame reis zijn. De fysieke beperkingen kunnen leiden tot isolatie, aangezien de belanghebbende mogelijk niet in staat is om deel te nemen aan sociale activiteiten zoals voorheen. Dit kan leiden tot gevoelens van eenzaamheid, verlies van eigenwaarde en zelfs depressie. Familie en vrienden spelen een cruciale rol in het emotionele herstel, maar als de banden verzwakken door fysieke afstand of onbegrip, kan de eenzaamheid verder toenemen.

Juridische processen met betrekking tot letselschade kunnen ook bijdragen aan het gevoel van isolatie. Langdurige procedures, complexe papierwerk en financiële zorgen kunnen het emotionele welzijn van belanghebbende belasten. Het gebrek aan begrip van de omgeving kan ervoor zorgen dat iemand zich nog meer geïsoleerd voelt.

Diverse onderzoekers wijzen erop dat een laag zelfvertrouwen een risicofactor vormt voor een gevoel van eenzaamheid. Een negatief zelfvertrouwen heeft een indirecte negatief effect op gevoelens van eenzaamheid. Een laag zelfvertrouwen versterkt vervolgens de neiging van mensen om zich niet of minder sociaal geaccepteerd te voelen.

Eenzaamheid overstijgt de letselschade maar kan grote gevolgen hebben voor belanghebbende. Mensen die over een langere periode vereenzamen komen vaak in een neerwaartse spiraal terecht. In periode van een neergang worden beperkingen en belemmeringen in het dagelijks leven vaak groter ervaren.

Signalering van eenzaamheid kan een neerwaartse spiraal moet snel gesignaleerd worden om deze om te buigen. In het samenspel tussen letselschade en eenzaamheid is het van vitaal belang om een holistische benadering te omarmen. Door zowel de fysieke als emotionele aspecten aan te pakken, kunnen we streven naar een volledig herstel waarbij het individu niet alleen zijn gezondheid terugwint, maar ook zijn gevoel van verbondenheid met de wereld om hem heen herstelt.

Mogelijkheden om eenzaamheid te voorkomen zijn, de inzet van een buddy, maatje of een vrijwilliger en bezoeken van buurthuizen. Maar ook kan er gedacht worden aan de inzet van een vervoershulpmiddel om de supermarkt weer te kunnen bezoeken of bij de werkgever op bezoek te gaan. In het eerder genoemde voorbeeld zijn er verschillende hulpmiddelen ingezet zoals een traplift, een scootmobiel, een rolstoel met handbike en het opnieuw behalen van zijn autorijbewijs. De laatste met als moto: je moet jezelf toch kunnen verplaatsen. Maar diep in het hart van belanghebbende wil hij eigenlijk maar weer één ding: MOTOR rijden en bij zijn jongens zijn. Dat neemt het gevoel van eenzaamheid bij hem weg.