

# Zeg ik het of zeg ik het niet?

Tekst Hans van Vinkeveen

Open zijn of liever geheimhouden tot je de aanstelling op zak hebt? Eenvoudig is het solliciteren met een stoma niet. Marieke Brekvoort (39) vertelt: 'Je loopt tegen allerlei vooroordelen aan als je het vertelt.' Directeur Paul Ummels: 'Ik begrijp de aarzelingen, maar openheid is bij sollicitaties heel belangrijk.'

Ze weet nog steeds niet of het toeval was of niet. Maar als Marieke Brekvoort in haar sollicitatiebrieven vermeldde dat zij een stoma had, kwam er nooit een sollicitatiegesprek. Vanaf het moment dat zij dat niet meer deed, werd zij uitgenodigd. Marieke heeft haar lesje geleerd. Voortaan neemt ze het zekere voor het onzekere. 'In de sollicitatiebrief zwijg ik over mijn beperkingen.'

Ook in de sollicitatiegesprekken heeft ze het een paar keer verkeerd aangepakt, denkt Marieke. 'Ik schaam me er niet voor en ben er open over. Achteraf té open. Al is het niet zozeer de stoma die je wordt aangerekend maar het bijpassende ziektebeeld. In mijn geval is dat de ziekte van Crohn waardoor ik af en toe aanvallen van vermoeidheid heb.' Alweer een wijze les. 'Ik ben een eerlijk mens maar ik houd het voortaan voor me.'

## Benadruk sterke kanten

Solliciteren is sowieso spannend. Voor mensen met een stoma en chronisch ziekten zoals Marieke komt er nog een factor bij. Zij ontkomen niet aan het sollicitatiedilemma: zeg ik het of vergooi ik hiermee mijn kansen op een baan? Marieke: 'En als je open wilt zijn, wat is dan het meest geschikte moment om erover te beginnen: bij de eerste kennismaking, vlak na de aanstelling of toch nog maar liever wachten tot je door je nieuwe baas en collega's wordt gewaardeerd?'

Volgens Marieke is het allereerst verstandig om je al vroeg af te vragen of de gewenste baan zich goed laat combineren met een stoma of ziekte. Een baan met zwaar til- en bukwerk is misschien uit den boze. Fulltime werken kan een tikkeltje te zwaar zijn. 'En word je vervolgens op gesprek uitgenodigd? Leg dan de nadruk op je sterke kanten en probeer een werkgever te overtuigen van je kwaliteiten. Mogelijk wil je over je gezondheid vertellen. Doe dit alleen als je dit rustig kunt vertellen en niet geëmotioneerd wordt.'

## Vertel over gunstige regelingen

Goed om te weten: mensen met een stoma zijn tijdens een sollicitatie niet verplicht om over de stoma te vertellen. Er mag ook niet naar uw gezondheid en ziekteverleden worden gevraagd. Marieke: 'Daar staat tegenover dat je zaken die jou in het functioneren belemmeren zelf moet melden. De kernvraag blijft: hoe open wil je zijn? Wees in elk geval voorzichtig. Vertel er pas iets over als je merkt dat de werkgever je ziet zitten. Niet eerder. Je kunt dan gelijk uitleggen dat er allerlei gunstige regelingen zijn om mensen met een beperking in dienst te nemen. Zo reik je zelf de oplossing aan.'

## Leg het aan je collega's uit

Marieke werd uiteindelijk zonder erover te vertellen aangenomen bij haar huidige werkgever het Deventer Ziekenhuis. Ze werkt als voedingsassistente op de afdeling maag-, darm- en leverziekten. Een ideale werkplek. Ze heeft een mogelijk nadeel omgezet in een voordeel. Een Crohnpatiënt is immers bij uitstek een ervaringsdeskundige als het gaat om eetproblemen. 'Soms beginnen patiënten te huilen omdat ze zich zo ellendig voelen. Dan vertel ik dat ik een stoma heb en wat ik allemaal heb meegemaakt. Zo kan ik ze een hart onder de riem steken.'

En haar collega's? 'Mijn leidinggevende deed er totaal niet moeilijk over. Maar zij was toevallig wel een verpleegkundige.' Bij haar collega's was er aanvankelijk minder begrip. 'Er zijn perioden dat ik me niet lekker voel. Ook heb ik last van de onregelmatige diensten. Ik heb het uitgelegd en nu snappen mijn collega's het.'

*'Ik ben een eerlijk mens maar ik houd het voortaan voor me'*

Directeur Paul Ummels:  
'Geloof in je kwaliteiten'

Paul Ummels is algemeen directeur van een bedrijf dat gespecialiseerd is in medische hulpmiddelen en verzorgingsmateriaal. Hij is een voorbeeld van een werkgever die op een positieve manier omgaat met sollicitanten met een aandoening. 'Ik eindig elk sollicitatiegesprek met de vraag: 'Is er iets wat ik nog moet weten? Over je ervaringen, leven, gezondheid? Vertel het me dan nu.' Ik waardeer openheid en eerlijkheid enorm. Maar ik begrijp de aarzeling van iemand met een beperking heel goed. Je wilt jezelf niet in een nadelige positie brengen.

Als werkgever hang je wat dit betreft in een spagaat. Maar voor mij is een stoma absoluut niet relevant en een chronische ziekte zal je niet aangerekend worden. Wij kijken naar expertise en vakkennis. En iemand met een stoma als kandidaat zou bij ons zelfs in het voordeel zijn. De motivatie kan zijn dat je met een beperking meteen op achterstand staat. Zo zien wij dit niet. Een sollicitant met een chronische ziekte is niet zielig. Je hebt kwaliteiten die boven je beperking uitstijgen. Daar moet je rotsvast geloof in houden.'



BEELDLEVERANCIERS

In de gids "Solliciteren en gezondheid. Beter zwijgen of verstandig spreken" van het landelijk kenniscentrum Welder staan praktische oefeningen en informatie over wettelijke regels, rechten en plichten. [www.weldergroep.nl](http://www.weldergroep.nl)

## 10 tips voor het solliciteren

1. Vraag uzelf af: waar ben ik goed in?
2. Kijk welk bedrijf en welke baan bij u past.
3. Vraag u af: wat houdt passend werk voor mij in en welke hulpmiddelen, werkomgeving en voorzieningen heb ik nodig?
4. Solliciteer via uw netwerk: laat aan kennissen weten dat u een baan zoekt.
5. Zet niets over uw beperking in cv of sollicitatiebrief.
6. Leg de nadruk bij het solliciteren op uw ervaring, kwaliteiten en vakkennis.
7. Oefen het gesprek over uw stoma om te voorkomen dat u emotioneel wordt.
8. Vertel het niet eerder dan nadat uw werkgever overtuigd is van uw kwaliteiten.
9. Blijf altijd in uw kwaliteiten geloven en laat die boven uw beperking uitstijgen.
10. Geef aan welke gunstige regelingen uw nieuwe werkgever misloopt als hij u niet aanneemt, bijvoorbeeld: een werkgever kan premiekorting of loonkostensubsidie krijgen.