

vrienden verdrietig zouden zijn. Als ik vrolijk en positief was, hoopte ik dat dit hen ook zou helpen. Het heeft me veel gebracht, vooral op het punt waar ik nu ben.

Impactvolle gebeurtenissen kunnen, wanneer we ze toelaten, leiden tot persoonlijke groei. Ze leren ons wie we zijn en wat we belangrijk vinden. In een onderzoek (Tedeschi & Calhoun, 2002) over posttraumatische groei werden vijf vormen van persoonlijke groei naar voren gebracht tijdens of na een crisis:

- Hechtere relaties
- Het ontdekken van nieuwe wegen, doelen en prioriteiten
- Meer innerlijke kracht
- Een verdieping van het spirituele leven, met meer aandacht voor levensvragen
- Nieuwe waardering voor het leven

In mijn geval kwam persoonlijke groei niet vanzelf. Tijdens de impactvolle gebeurtenissen in mijn leven onderdrukte ik mijn gevoelens en emoties. Zolang er geen ruimte is voor verwerking, het toelaten van emoties en het loslaten van opgebouwde spanning in het lichaam, is echte persoonlijke ontwikkeling moeilijk te bereiken. In de verdere hoofdstukken van dit boek lees je wat er voor mij nodig was om, ondanks die onderdrukking, tóch stappen te zetten richting heling en groei. Daarbij is het belangrijk te beseffen: dit proces is niet na een paar sessies afgerond. Persoonlijke ontwikkeling is een levenslange reis van leren, vallen en opstaan.

2. Vijf en kanker voor de eerste keer

Het was het jaar 2000. Als vijfjarig meisje speelde ik veel buiten met vriendjes en vriendinnetjes. Ik was een ontspannen, positief meisje, vol levensvreugde en zonder zorgen. Tot het voorjaar van 2000, toen alles plotseling anders werd. Mijn ouders kregen de schrik van hun leven, en voor mij begon een reeks van impactvolle gebeurtenissen.

Voor de voorjaarsvakantie in 2000 kreeg ik last van mijn buik. Ik was buiten aan het spelen met een vriendinnetje, maar kwam naar binnen omdat ik veel buikpijn had en me niet lekker voelde. Ik ging op de bank liggen. Mijn moeder vond het vreemd en herkende mij zo niet. Ze belde de dokter, en we konden meteen terecht. De huisarts dacht aan nierbekkenontsteking en liet mijn urine controleren. Ik kreeg een kuur mee die de ontsteking zou moeten verhelpen. Maar helaas verdwenen de klachten niet. Ik had af en toe koorts, was niet fit en bleef veel buikpijn houden. Op een goede dag, dinsdag 29 februari, in de voorjaarsvakantie, besloten mijn moeder, oma en ik om te gaan zwemmen. Maar toen mijn oma naar mij toe kwam en me wilde omarmen, schreeuwde ik van de pijn toen ze me vastpakte. De pijn was zo hevig dat we in plaats van naar het zwembad maar weer naar de dokter gingen. De dokter zag aan mijn ogen en de hevigheid van de pijn dat het niet goed ging. Hij stuurde ons direct door naar het ziekenhuis in Stadskanaal voor een echo. De artsen vroegen of ik een nachtje wilde blijven, maar nadat de echo van mijn linkerzijde was gemaakt, werd ik meteen doorgestuurd naar het ziekenhuis in Groningen. Uit de echo bleek namelijk dat ik een tumor in mijn nier had. Ik werd met de ambulance naar Groningen vervoerd, en mijn moeder reed erachteraan in haar eigen auto. Mijn oma ging naar ons huis om mijn broertje op te vangen, en mijn vader kwam snel vanuit zijn werk naar het ziekenhuis. Het is moeilijk om precies te

herinneren hoe dat moment voor mij was, als vijfjarig meisje. Het gevoel van die tijd kan ik niet meer terughalen, maar ik weet nog dat ik in het ziekenhuis in Stadskanaal was en dat ik aan mijn moeder kon zien dat er iets niet goed was. De bezorgdheid en angst was voor mij duidelijk voelbaar.

In het ziekenhuis in Groningen kreeg ik allerlei onderzoeken om te achterhalen wat voor soort tumor het was. Het bleek een Wilms-tumor te zijn, een tumor die voornamelijk bij kinderen onder de vijf jaar voorkomt. De tumor was oorspronkelijk 8 centimeter groot, maar groeide door naar 10 centimeter en was ook al uit mijn nier aan het groeien. Op 10 maart 2000 werd ik geopereerd. Mijn nier met de tumor werd verwijderd, en de operatie verliep goed. Ook kregen we het goede nieuws dat de snijvlakken schoon waren. Als aanvullende behandeling kreeg ik achttien weken lang chemotherapie met de stof Vincristine. In het begin kreeg ik wekelijks een kuur. Na achttien weken chemotherapie volgden nog drie intensievere kuren. De eerste drie weken van de chemotherapie bracht ik in het ziekenhuis door. Daarna mocht ik naar huis, maar moest ik wekelijks terugkomen voor de behandeling. In die eerste drie weken had ik een hele muur vol met lieve kaartjes van familie en vrienden verzameld, had ik veel heliumballonnen gekregen en kreeg ik vaak bezoek. Als ik de foto's terugzie die in die tijd zijn gemaakt, dan komen van die momenten vage herinneringen terug.

De chemotherapie had natuurlijk een grote impact op mij. Naast de misselijkheid, het overgeven en een ziek gevoel hebben, werd ik ook kaal. Ik droeg af en toe petjes om mijn kaalheid te verbergen, maar op die leeftijd maakte het me niet veel uit hoe ik eruitzag. Gezien ik vaak misselijk was en slecht at, kreeg ik vanaf april 's nachts thuis sondevoeding om aan te sterken. Het was natuurlijk geen pretje om zo'n slangetje door mijn neus en keel te krijgen, maar ik heb er nooit grote problemen mee gehad. De samenwerking met de verpleegsters om het sondevoedingsslangetje op de juiste plek te krijgen ging