

MARC DE HOND ONTMOET JOY VAN DER STEL

'Mijn wilskracht heeft me ver gebracht'

'Joys levenslessen tonen overtuigend aan hoeveel meer er uit het leven te halen is. Als je er maar keihard voor wilt werken.' Dit schreef Marc de Hond ooit op de flap van het boek van Joy van der Stel. 'Het is precies wat Joy nog steeds doet: het maximale eruit halen bij zichzelf en bij de mensen die ze coacht.'



'Mijn moeilijke start heeft me mentaal sterk gemaakt'

Marc: "De eerste keer dat ik over je hoorde was via mijn vader. Hij was nu toch een vrouw tegengekomen. Met haar moest ik kennismaken. Vervolgens vertelde hij een fantastisch verhaal over jou in de zandbak. Het zegt zoveel over hoe jij bent."

Joy (lacht): "Dat is een legendarisch verhaal geworden, geloof ik! Het speelde zich af toen ik een jaar of zes was. We woonden op de eerste verdieping van een flat met een groot raam. Ik had uitzicht op een speelplaats met een schommel, een wip en een zandbak. Elke dag zat ik verlangend naar die zandbak te kijken. Ik wilde er zó graag in spelen. Omdat mijn moeder vrij voorzichtig was, zeurde ik bij mijn vader of hij me ernaartoe wilde brengen. Hij vond het geen goed plan. Ik zat volledig gefixeerd in de rolstoel en kon niet zelfstandig zitten. Hoe moest het dan in die zandbak? Ik was helemaal niet bezig met wat ik wel en niet kon, maar met wat ik wilde. Als ik had kunnen lopen, had ik gestampvoet. Ik moest en ik zou. Op een gegeven moment was mijn vader het zat. Hij trok zijn jas aan, gaf mij de mijne en samen stuiterden we de trap af. Door de manier waarop hij me in de zandbak zette, dacht ik: oh jee, hij gaat me toch niet alleen laten? Dat deed hij dus wel. Met een 'succes wijfje' als afscheid, vertrok hij. Natuurlijk lag ik meteen zand te happen, maar ik wilde in de zandbak spelen. Toen ik hardop zei: 'Ik wil in de zandbak spelen!', voelde ik mijn romp een stukje omhoog gaan. Toen ik het luidkeels herhaalde, kwam ik nog wat verder omhoog en bij de derde keer voelde ik mijn vaders hand die een nieuwe val voorover voorkwam. Hij zette me in mijn stoel, pakte de banden om me te fixeren, maar bedacht zich. Plotseling realiseerde hij zich dat ik nooit zelfstandig zou leren zitten als men mij maar bleef vastbinden. Met uitzondering van de heupgordel verwijderde hij alle banden van mijn rolstoel en bracht me daarin de volgende dag naar school. Ik zat er best goed bij en dat maakte me zo trots! Oké, ik kwijlde wat meer omdat ik me enorm moest inspannen, maar dat maakte niet uit. Mijn wilskracht zou me nog ver brengen."

Geen geboortekaartjes

Marc: "Dat is wel gebleken. Je bent nu volkomen zelfstandig, terwijl de prognose toen je werd geboren totaal anders was."

Joy: "Klopt. Ik ben twee maanden te vroeg geboren in een nonnenziekenhuis, waar alles via de natuurlijke weg moest. Dat resulteerde in een bevalling die 92 uur duurde. Ik liep daarbij zuurstofgebrek op, waardoor ik spastisch werd. Ik heb

meer spanning dan gemiddeld op mijn spieren. Iedereen dacht dat ik dood zou gaan. Tegen mijn ouders werd zelfs gezegd dat ze me maar niet moesten aangeven en geen geboortekaartjes moesten versturen. Toen ik er na vijf dagen nog steeds was, is mijn vader toch maar naar de burgerlijke stand gegaan. Vervolgens heb ik vier jaar in het ziekenhuis gelegen, waar ze eigenlijk niet wisten wat ze met me moesten. De artsen waren ervan overtuigd dat ik 24 uur per dag zorg nodig had en dat ik me nooit zou kunnen bewegen in deze maatschappij. Toen ik vier was, kon ik niet lopen, niet praten en niet eten."

Marc: "Hoe is het dan toch goed gekomen?"

Joy: "Daarin hebben mijn ouders een belangrijke rol gespeeld. Thuisgekomen uit het ziekenhuis, ging ik op mijn vierde naar een revalidatiecentrum. Op een gegeven moment werd mijn ouders daar verteld dat ik erg eigenwijs was. Terwijl mijn moeder van schaamte bijna onder haar stoel kroop, zei mijn vader: 'Oké, maar wat is nu het probleem?' Of je het nu eigenwijsheid of kracht wilt noemen, mijn ouders zagen het en gingen ermee aan de slag. Ik kon bijvoorbeeld niet eten, omdat ik niet wist hoe het moest. Ik leefde al vier jaar op sondevoeding. Mijn vader begon me hapjes te geven, waarna hij over mijn keel streek. Door de natuurlijke route aan te geven, snapte ik binnen een dag hoe het werkte en kon ik eten. Zo hebben mijn ouders me met allerlei dingen geholpen. Ik was bij hen veel beter af dan in een revalidatiecentrum, daarom haalden ze me naar huis. Daar ging het razendsnel vooruit. Bij mijn geboorte was ik voor tachtig procent spastisch, nu is dat achttien procent."

Eigenwijze kop

Marc: "Heeft die moeilijke start nog steeds effect op jou?"

Joy: "Het heeft me mentaal enorm sterk gemaakt. Ik heb geen beperking – want ik kan alles gewoon doen. Ik heb een anders werkend lijf. Zo ziet ik dat. Ik ben bedreven geraakt in andere manieren ontdekken waarmee ik hetzelfde resultaat kan behalen."

Marc: "Eigenlijk ben jij een mooi voorbeeld voor de huidige participatiemaatschappij, waarin zo veel mogelijk zelf doen vooropstaat."

Joy: "Ik vind dat het helemaal mis gaat met die participatiemaatschappij. Het is typisch iets dat is bedacht door mensen achter een bureau, die verstand hebben van cijfers, maar de

'Ik was niet bezig met wat ik kon, maar met wat ik wilde'



Joy van der Stel (39) loopt zuurstofgebrek op tijdens haar geboorte, waardoor ze zwaar spastisch ter wereld komt. Medici zijn ervan overtuigd dat ze nooit een volwaardig leven zal kunnen leiden. Joy bewijst het tegendeel. Nu coacht ze mensen met een beperking, geeft trainingen aan professionals in de zorg en ouders van kinderen met een beperking en is gast spreker. Ze is auteur van het boek *De kracht van mijn onmacht*. Lees meer over Joy op www.empowermij.com



Marc de Hond (37) krijgt in 2002 door een medische fout een dwarslaesie. Vanaf dat moment maakt hij gebruik van een rolstoel. Hij speelt in het Nederlands rolstoelbasketbalteam en is een van de presentatoren van *KRO De Rekenkamer*. Daarnaast is hij ondernemer en schrijver van het boek *Kracht*. Hierin beschrijft hij de fysieke, mentale en sociale gevolgen van zijn handicap en hoe hij zijn leven weer opbouwde. In 2015 speelt Marc in de Nederlandse theaters de solovoorstelling *Scherven brengen geluk*. De speellijst is te vinden op www.marcdehond.nl

praktische uitwerking niet doorzien. Tijdenlang is mensen met een anders werkend lijf alles uit handen genomen. Als iemand nooit is geleerd hoe hij zijn veters moet strikken, kun je hem niet opeens een paar schoenen geven met de opdracht dat hij ze zelf moet zien aan te trekken en dicht te strikken. Dat gaat niet zomaar. Ik vind het erg als het toch van mensen wordt gevraagd. Niet iedereen heeft zo'n eigenwijze kop als ik. Sommige mensen moeten geholpen worden voordat ze ontdekken hoe ze het zelf kunnen doen."

Standaardplaatje

Marc: "Wat levert die zelfstandigheid je uiteindelijk op?"

Joy: "Ongelooflijk veel. Het is zoveel fijner als je dingen gewoon zelf kunt doen en niet overal hulp bij nodig hebt. Dat geeft je een groot gevoel van vrijheid. Het moet natuurlijk wel mogelijk zijn. Als iets je echt niet lukt, heb je hulp nodig. Punt."

Marc: "Je hebt een dochter van twaalf. Ik heb geen kinderen, maar hoe gaat die verzorging als je een beperking hebt?"

Joy: "Dat lukt prima. Er bleken alleen weinig kindermebels geschikt te zijn voor ouders in een rolstoel. Gelukkig heb ik een man die superhandig is. Hij heeft allerlei dingen ontworpen waardoor ik onze dochter gewoon kon verzorgen."

Marc: "Wordt jouw dochter anders opgevoed dan andere kinderen, denk je?"

Joy: "Ik denk het wel. Niet omdat ze me moet helpen, maar omdat mijn man en ik vinden dat je kinderen zo zelfstandig mogelijk moet maken. Ik zie vaak dat kinderen thuis niets hoeven te doen, terwijl mijn dochter zelf haar kamer opruimt en stofzuigt. Niet omdat ze een moeder zoals ik heeft, maar omdat we haar verantwoordelijkheidsgevoel willen meegeven."

Marc: "Ik denk dat het voor een kind een enorme verrijking kan zijn om een ouder te hebben die niet standaard is."

Joy: "Dat denk ik ook. Omdat wij niet voldoen aan het standaardplaatje, heeft mijn dochter ook veel minder de neiging om daaraan te willen voldoen. Ze trekt gewoon de schoenen aan die zij mooi vindt, ook als die helemaal niet in de mode zijn. Ze heeft een mooie, open blik. Daar ben ik heel trots op."

Met wie gaat Marc de Hond de volgende keer uitwaaien? Geef ons je suggesties door via: beleef@zonnebloem.nl