
Afstand en nabijheid

Een oneindige dans van verwijdering en toenadering

De begrippen afstand en nabijheid spreken niet altijd voor zichzelf. In hun werk ontdekken geestelijk verzorgers nieuwe betekenissen. Anna Dubbeldam en Jan Hein Mooren pleiten in dit artikel voor een nieuw perspectief op het bekende duo afstand en nabijheid. 'Differentiatie van de begrippen geeft de mogelijkheid om, ook in levensbeschouwelijk opzicht, te reflecteren op de meest adequate verhouding tot de cliënt in de begeleidingsrelatie'.

Anna Dubbeldam en Jan Hein Mooren

1. Inleiding

Net als in andere hulpverlenende beroepen speelt in het humanistisch raadswerk de aard en kwaliteit van de relatie tussen cliënt en geestelijk begeleider een belangrijke rol. Afstand en nabijheid zijn daarbij cruciale aspecten. Ze beïnvloeden de diepgang van het contact, de mate waarin de cliënt zich durft open te stellen en de wijze waarop de wederzijdse betrokkenheid wordt gereguleerd.

Op het eerste gezicht lijkt helder wat met afstand en nabijheid wordt bedoeld. Schwartz bijvoorbeeld merkt op dat hij nabijheid vaak tegenkomt in literatuur en dat dit woord bijna altijd gebruikt wordt alsof de betekenis ervan vanzelfsprekend bekend is. Terwijl het in feite juist verwarrend onvatbaar is (Schwartz, 1993). Sinds hij dat schreef lijkt er weinig veranderd. Er wordt op uiteenlopende wijze gedacht over de verhouding tussen

afstand en nabijheid en er is weinig of geen overeenstemming ten aanzien van het gebruik van de termen. In de tweede plaats bestaat er geen eenduidigheid over de wenselijkheid van de mate van afstand en nabijheid. Voor ons doet nog een derde vraag op, te weten de vraag of het gangbare psychotherapeutische denken onverkort geldt voor de humanistische geestelijke begeleiding.

In dit artikel, dat is gebaseerd op het afstudeeronderzoek van Dubbeldam (2007), bespreken we de vraag van afstand en nabijheid in het humanistisch geestelijk werk. Volgens ons is er reden om dit thema nader te onderzoeken. Literatuuronderzoek laat zien dat de theorievorming over afstand en nabijheid in begeleidingen te wensen overlaat. De literatuur is bovendien overwegend psychotherapeutisch van aard. Voor het denken over het vraagstuk van afstand en nabijheid in het huma-

nistisch geestelijk werk vinden we in die literatuur wel het nodige houvast. Maar het is de vraag of de structurering van de werkrelatie (zie bv. Jones, 1993) in de geestelijke begeleiding dezelfde is als in de psychotherapie. De geestelijk verzorger is onder meer kenbaar aan zijn levensbeschouwelijke positie en daarop aanspreekbaar. Dit heeft gevolgen voor de wijze waarop de geestelijk verzorger en de cliënt met elkaar kunnen communiceren. Onze opvatting van professionaliteit houdt in dat een professional zich in vergaande mate bewust is van de wijze waarop hij de begeleidingsrelatie vorm geeft, dus ook wat betreft het aspect van afstand en nabijheid.

Hoe wij over dingen denken bepaalt mede hoe wij er ons tegenover opstellen en hoe wij handelen. Dit geldt ook voor afstand en nabijheid. Schefflen en Schefflen geven in *Lichaamstaal en menselijke relaties* (1978) bijvoorbeeld aan dat cultureel bepaalde opvattingen over de gepaste ruimte tussen mensen aanleiding kunnen zijn tot gekwetste gevoelens of de ervaring dat culturele normen worden geschonden. Mensen vinden niet altijd dezelfde afstand tussen hen comfortabel. In de hulpverlening is het dus van belang dat men zich in een concrete situatie bewust is van opvattingen over (gepaste) afstand en nabijheid die in het geding zijn. Afstand en nabijheid zijn regulerende noties.

Wat iemand gepast vindt, waar de grenzen liggen en waar iemand zichzelf comfortabel bij voelt heeft niet alleen op persoonlijk vlak consequenties voor ons handelen. Ook als professional laten we ons leiden door deze (vaak stilzwijgende) ideeën. Uit het oogpunt van professionaliteit als bewustzijn van doen en laten is het van belang expliciet na te denken over deze begrippen.

2. Visies op afstand en nabijheid

Over afstand en nabijheid bestaan uiteenlopende opvattingen. Voor het merendeel is het denken over deze regulerende noties ontwikkeld binnen de psychotherapie. We laten een aantal opvattingen de revue passeren.

In het artikel 'Afstand en nabijheid; opleiding, attitude en geaardheid van psychiaters' beschrijft Pols afstand en nabijheid als volgt: 'afstand nemen is objectiverend toezien, observeren, registre-

ren en relaties proberen vast te stellen tussen oorzaak, proces en gevolg. Nabij komen is empathisch "begrijpen", trachten acceptierend te luisteren en proberen een emotioneel verhelderende relatie aan te gaan. Afstand en nabijheid zijn de parameters bij uitstek van de attitude van de psychiater. Zij hangen gedeeltelijk samen met de geaardheid van psychiaters als mensen en daarnaast zijn het gedeeltelijk aan te leren en in te oefenen ritmes van toenadering en zich distantieëren, van aanvoelen en inzicht krijgen' (Pols 1990).

Pols zet hier de toon voor hoe veelal over afstand en nabijheid gedacht wordt. Afstand dient als metafoor voor een objectiverende houding waarmee de professional zich als het ware boven het proces plaatst dat zich tussen de betrokkenen ontwikkelt. Deze opvatting van afstand zien we ook bij Rutstein en Yarock, die een weerkerend proces schetsen van afstand nemen en nabijheid zoeken, waarbij de afstandelijke positie verbonden wordt met theoretisch begrijpen (1993).

Hendrikx en Van Son-Schoones onderscheiden verschillende vormen van afstand: de intieme, de persoonlijke, de sociale en de publieke afstand. De persoonlijke afstand die men heeft reguleert de fysieke afstand tussen personen en zorgt ervoor dat men een zekere mate van privacy behoudt (1983).

Nog een andere manier van kijken naar afstand en nabijheid is langs de functionele lijn: wat brengen afstand en nabijheid teweeg. Maes (2006) stelt dat distantie (afstand) en betrokkenheid (nabijheid) een aloude spanningsveld vormen. Hij heeft het over het 'doe-been' en het 'betekenis-been' van de hulpverlener. Bij het doe-been is afstand noodzakelijk voor overzicht, structuur en controle. Bij het betekenisbeen is nabijheid en betrokkenheid noodzakelijk omdat de cliënt zich hierdoor begrepen voelt en er ruimte is voor het ontstaan en delen van beleving en betekenis. Als hulpverlener sta je op beide benen.

Ook in de geestelijke begeleiding zien we verschillende ideeën over afstand en nabijheid. Hoogeven (1991) legt nabijheid uit als gelijkwaardige relationaliteit, empathie, emotionaliteit en betrokkenheid. Daarmee worden afstand en

nabijheid attitudebegrippen. De relatie tussen de geestelijk begeleider en de cliënt is en blijft een werkrelatie. Dit gegeven brengt mee dat de humanistisch geestelijk begeleider vanuit inzicht in de situatie van de cliënt overzicht houdt op welke wijze en met welke inbreng hij intervenueert. De begeleiding van cliënten vraagt van de geestelijk begeleider een subtiele balans tussen de genoemde emotionele betrokkenheid en nabijheid enerzijds en het noodzakelijk aanwezige rationele bewustzijn van de situatie, de omstandigheden en de gevoeligheden van de cliënt. 'Een balans die zijn interventies en reacties stuurt' (idem, 90).

Duyndam (1997) gaat in op de extremen van afstand en nabijheid. Daarbij is de kwaliteit van het inlevingsvermogen van de geestelijk begeleider in het geding. Inlevingsvermogen is een van de centrale kwaliteiten die van belang zijn het geestelijk werk. Er zijn, aldus Duyndam, twee vormen van inleving: directe en indirecte compassie. Het raadswerk beweegt zich in het evenwicht tussen beiden. Indirecte compassie houdt in: extreme afstand. Directe compassie staat voor extreme nabijheid. Directe compassie betekent rechtstreeks aangestoken worden door de emoties van de ander, zoals samen de slappe lach krijgen. Het gevaar hiervan is een te grote inleving in de cliënt waardoor diens gevoelens als het ware worden overgenomen door de raadsbegeleider. Het raadswerk heeft iets van allebei, zegt Duyndam. Het biedt de cliënt emotionele steun via de mogelijkheid van herkenning en houvast, maar aan de andere kant is het raadswerk levend, kwetsbaar en persoonlijk.

3. Polair model

Opvallend is dat over de verhoudingen tussen afstand en nabijheid veelal gesproken wordt in termen van zoeken naar een soort balans. Afstand en nabijheid worden dan gezien als uitersten van een continuüm: hoe meer nabij, des te minder afstand. In essentie is dit een polair model. Maes (2006) is hiervan een voorbeeld. Om niet overspoeld te worden of de cliënt te overspoelen, moet de therapeut bij elke individuele sessie weer de balans bewaken tussen vertrouwde en veilige nabijheid en het behouden van een gepaste afstand. Elke therapie of hulpverleningsrelatie fluctueert tussen deze twee polen. Dat evenwicht

speelt niet alleen in elke afzonderlijke sessie, maar kleurt ook de globale aanpak en houding. De één zal dichter naar de afstand-pool bewegen, de ander meer in de richting van de nabijheid-pool. Dit evenwicht is wel dynamisch van aard, omdat het evenwichtspunt niet voor altijd vastligt. Het zoeken naar een balans tussen afstand en nabijheid is een proces waarbij de hulpverlener zichzelf als persoon steeds weer bevraagt en toetst in relatie tot de cliënt, zijn collega's en de organisatie.

Voor Pols zijn afstand en nabijheid twee polen in de arts-patiëntrelatie, 'die beiden in een dynamisch en fluctuerend evenwicht bepalend zijn voor de mate waarin deze relatie aan haar doel kan beantwoorden (...)' (1990, 580). Mensen die te nabij komen moeten leren afstand te nemen, overzicht te krijgen en waar te nemen dat distantie andere perspectieven oplevert. Diagnostiek en behandeling vereisen een ritmiek van afstand en nabijheid en het is deze ritmiek die bepalend is voor de kwaliteit van het werken.

Een polair model van afstand en nabijheid lijkt ogenschijnlijk handzaam

Ook volgens Vandereycken (1994) dient elke therapeut bij elke patiënt telkens opnieuw op zoek te gaan naar het constructieve evenwicht tussen nabijheid en afstand. De mate waarin een trauma 'nabij' of 'afstandelijk' van aard is geweest, werkt door in de interactie met de hulpverlener en geeft de therapeutische relatie onvermijdelijk een affectieve kleur. In deze visie is afstand en nabijheid niet alleen een kwestie van de attitude van de therapeut, maar ook een kwestie van positiebepaling van de cliënt. Dit gaat een eind in de richting van Schwartz (1993), voor wie de beleving van nabijheid te maken heeft met delen: in de complexe interactie tussen therapeut en patiënt worden beslissingen genomen over wat er gedeeld wordt. Deze beslissingen zijn uniek voor elke behandeling.

Ogenschijnlijk is het polaire model van afstand en nabijheid een duidelijk en handzaam model.

Toch kunnen er vraagtekens bij geplaatst worden. Een polair model houdt in dat meer afstand samengaat met minder nabijheid. Dat geldt zeker voor afstand en nabijheid in de letterlijke betekenis, dat wil zeggen als aanduiding voor de fysieke ruimte tussen mensen. Afstand en nabijheid worden echter ook als metaforen gebruikt, bijvoorbeeld als het gaat over emotionele betrokkenheid of over verantwoordelijkheid. In dat geval is de vraag of een bepaalde invulling van nabijheid steeds onverenigbaar is met het nemen van afstand. Is emotionele betrokkenheid onverenigbaar met het laten van verantwoordelijkheid bij de cliënt?

Dit probleem klinkt door in hetgeen Sporken bij de bespreking van de verhouding tussen deskundigheid en beweging zegt over afstand en nabijheid: 'Het aanwenden van deskundigheid zonder enige beweging met de hulpvrager maakt de begeleiding menselijk gezien zo kil, dat er niet veel heil van te verwachten valt. Wanneer echter de beweging van de ander al te sterk wordt, ontstaat het gevaar dat de helper zich met de hulpvrager identificeert, met het gevolg dat ze misschien beiden in dezelfde cirkel terechtkomen, waar geen van beiden nog uitkomt. (...) Er bestaan geen regels tot nadere bepaling van de beweging. Soms vraagt ze een bepaalde afstand om het probleemveld te kunnen overzien of om te voorkomen dat de hulpvrager de helper geheel en al voor zich opeist. In andere gevallen kan het noodzakelijk zijn - bijvoorbeeld om een zeer kritische fase door te komen - dat de helper de hulpvrager enige tijd zeer nabij blijft' (1983, 57-58).

4. Grenzen en afstemming

In een wederkerige relatie kan elk van de betrokkenen in principe dezelfde rollen en posities innemen als de ander(en). De werkrelatie tussen cliënt en hulpverlener is per definitie niet wederkerig. Afstemming in termen van afstand en nabijheid is daarom nodig. Het is van belang dat de cliënt zich door de betrokkenheid van de geestelijk begeleider vertrouwd en veilig weet. Tegelijk maakt adequate afstand dat de cliënt eigen verantwoordelijkheid kan nemen en ruimte heeft voor een authentieke ontwikkeling.

Naast betrokkenheid is macht een andere factor die van invloed is op afstand en nabijheid. Macht is niet los te koppelen van menselijke relaties. Het bevorderen van persoonlijke authenticiteit van de cliënt vraagt om een zorgvuldig evenwicht tussen macht als zeggenschap en macht als invloed. Het reguleren van afstand en nabijheid komt voor een deel neer op juiste omgang met de macht die de hulpverlener heeft. Teveel bepalen voor de cliënt wordt in eerste instantie misschien verwelkomd door afhankelijke cliënten, maar schept op den duur steeds meer ongelijkheid, dus afstand. Te weinig structuur bieden creëert de illusie van gelijkheid, maar maakt de relatie onveilig.

Betrokkenheid en macht zijn twee fundamentele dimensies in elke relatie (zie onder meer Lynch 2002). Met dit gegeven in gedachten staan geestelijk begeleider en cliënt voor de opgave de 'dans van verwijdering en toenadering' zo te dansen dat op elk moment de optimale verstandhouding wordt gecreëerd. Hierbij is het zaak om de relatie zodanig vorm te geven dat een aantal risico's worden vermeden, maar ook zo dat een wezenlijk contact tot stand komt. We besteden eerst aandacht aan de risico's.

4.1 Overbetrokkenheid

Overbetrokkenheid ontstaat doordat therapeuten zich persoonlijk identificeren met de cliënt, gefrustreerd raken door het gebrek aan vooruitgang, geen goede grenzen hebben of het gevoel hebben persoonlijk te falen (Galloway en Brodsky 2003). Overbetrokkenheid manifesteert zich als opdringerigheid, uitbuiting en soms zelfs mishandeling (Schoener 1998). Het is van belang om overbetrokkenheid niet als aparte gedragscategorie te zien. Schoener herinnert ons aan onderzoeken uit de jaren '50 en '60 van de vorige eeuw waarin gesproken werd over de *zone of helpfulness*. Hierbij werden therapiegedragingen gezien als onderdeel van een continuüm van gedragingen, waarbij aan beide uitersten van het continuüm het gedrag niet-helpend is. Staat aan de ene kant een koude, formele en afstandelijke houding, aan de andere kant gaat het juist over overbetrokkenheid: de therapeut probeert het leven van de cliënt te leiden, seks met de cliënt te hebben of de mentor van de cliënt te zijn. Overigens geeft Schoener geen invulling aan het middengebied.

4.2 Tegenoverdracht

Ongetwijfeld is tegenoverdracht een van de meest besproken thema's in de psychotherapie waar het gaat om de relatie tussen therapeut en cliënt. Tegenoverdracht en overdracht worden op zeer uiteenlopende wijze begrepen, zowel wat de concepten zelf betreft als de waarde die er aan wordt toegekend en de wijze waarop met deze verschijnselen dient te worden omgegaan (Kersenmakers 1989). Een korte maar voor dit artikel toereikende omschrijving vinden we bij Yalom (2000). Volgens hem heeft overdracht betrekking op de gevoelens die de patiënt denkt te voelen voor de therapeut, maar die eigenlijk voortkomen uit een andere, eerdere relatie. Tegenoverdracht is hetzelfde verschijnsel, maar dan aan de kant van de therapeut. Tegenoverdracht wordt dikwijls gezien als een belemmering voor een goed therapeutisch proces.

Van Unen (2000) stelt dat overdracht en tegenoverdracht een probleem kunnen vormen in de hulpverlening. Hulpverleners zijn zich doorgaans bewust van dit fenomeen, omdat tegenoverdracht kan leiden tot een grotere toenadering tussen hulpverlener en hulpvrager dan gewenst lijkt, zowel voor de cliënt als voor de hulpverlener. Wanneer die afstand te klein wordt kan de hulpverlening in gevaar komen. Omdat ook hulpverleners kwetsbare mensen zijn speelt de vraag naar de tegenoverdracht permanent een rol. De hulpverlener staat voor het dilemma enerzijds afstand te willen en moeten houden en anderzijds zelf de behoefte te ervaren aan warmte en koestering.

Ook Bouwkamp (1999) besteedt aandacht aan tegenoverdracht. Tegenoverdracht bestaat uit reacties van de therapeut ten opzichte van de cliënt die primair gebaseerd zijn op de relaties in het verleden van de therapeut en die zijn eigen persoonlijke behoeften bevredigen in plaats van zijn beroepsmatige behoeften om de cliënt verder te helpen. Twee belangrijke indicatoren voor tegenoverdracht zijn angst en sterke gevoelens van sympathie of antipathie. Bij angst bestaat de tegenoverdracht o.a. uit het vermijden van angstproducerende interactie. Gevoelens zoals een hoge mate van sympathie leiden vaak tot overidentificatie en overbetrokkenheid. Sterke antipathie leidt daarentegen tot desidentificatie, jezelf afzetten tegen de cliënt en een gebrek aan betrok-

kenheid. Het is belangrijk dat de therapeut zich van deze reacties bewust is of wordt, zonder dat hij zich daardoor in zijn gedrag laat bepalen.

4.3 Lichamelijk contact

Sommige auteurs hebben het ook specifiek over de gevaren en do's en dont's van lichamelijk contact. Hendrikx en Van Son-Schoones (1983) wijzen op de ongelijkwaardigheid tussen cliënt en hulpverlener, als zij het aanraken van cliënten bespreken. De hulpverlener heeft meer macht, de meeste invloed. Dat geldt ook tijdens het aanraken. Het risico ervan is dat het verkeerd opgevat kan worden, namelijk als erotische aanraking. De gevolgen voor de therapeut kunnen zijn: persoonlijke conflicten en de behoefte om de hulpverleningsrelatie te beëindigen.

Yalom (2000) schrijft dat hij te veel patiënten ernstig geschaad heeft zien worden door therapeuten die hen seksueel misbruiken. Het is altijd schadelijk voor een patiënt. Het gaat dan niet om de patiënt, maar het is de therapeut die seksuele bevestiging nodig heeft en die een tekort heeft aan bronnen of vindingrijkheid om dit in zijn eigen omgeving te krijgen.

5. Oefening baart kunst

In counseling is het de kunst om een 'echte', geloofwaardige relatie te ontwikkelen, waarin de cliënt zich erkend en vertrouwd kan voelen. In grote lijnen komen de adviezen van diverse auteurs over het vermijden van de bovengenoemde valkuilen neer op twee strategieën, te weten zelfzorg beoefenen en zelfreflectief vermogen ontwikkelen.

Zelfzorg bestaat o.a. uit het erkennen van onze eigen behoeften en ze bestaansrecht te geven (Maes 2006, Van der Berg 2003). Het is van belang dat de hulpverlener zelf zorgt voor voeding op materieel, lieflijk, emotioneel, geestelijk en spiritueel vlak. Tijd nemen voor zichzelf is van belang voor het handhaven van een juiste conditie om er voor de ander te kunnen zijn. Naast de eigen verantwoordelijkheid van de zorgverlener om goed voor zichzelf te zorgen, is ook sociale steun binnen de organisatie belangrijk voor hulpverleners. Sfeer en spiritualiteit in een team zorgen voor een ruimte waarin aandacht voor de zorgverlener vanzelfsprekend is. Zelfzorg is van belang omdat volgens

Van de Veire (2006) de hulpverlener geneigd is om zichzelf op te offeren. In een streven om de cliënt te redden raakt hij te betrokken. De hulpverlener moet leren deze neiging te weerstaan.

Zelfzorg gaat niet alleen over behoeften. De hulpverlener dient zorg te dragen voor het afdoende verwerken van moeilijke ervaringen en emoties en voor het oplossen van eigen problemen. Daartoe spoort Yalom (2000) studenten aan om in therapie te gaan. Hierin komen zelfzorg en zelfreflectie bij elkaar. Yalom reageert hiermee op tendenzen als de verkorting van de opleidingen, het verminderen van de supervisie en het versoepelen van de opleidingsstandaard en licentiecriteriën. Onzes inziens is zijn oproep ook relevant voor de Nederlandse situatie. Yaloms oproep vindt weerklank in de stelling dat zelfreflectie het belangrijkste middel is in het goed managen van de grenzen van geestelijke begeleiding, in het bijzonder pastorale relaties (Lynch 2002). Ook Sporken (1983) en Rutstein en Yarock (1993) wijzen op het belang van zelfreflectie. Deze laatste benadrukken dat vooral verwarrende en verontrustende gevoelens aandacht vereisen. Graste en Bauduin (2000) betrekken zelfreflectie meer specifiek op afstand en nabijheid, dit in verband met lichamelijkeheid.

Zelfreflectie bevordert een voor de hulpverlener belangrijke deugd, namelijk integriteit. Integriteit houdt in dat iemands achterliggende motieven zuiver zijn en dat zijn handelen met zijn innerlijke zijnswijze overeenkomt.

6. Zelfonthulling

Een bijzonder aspect van afstand en nabijheid in de geestelijke begeleiding is de mate waarin zelfonthulling een rol speelt. Het is een bijzonder aspect, omdat een zeer persoonlijk gegeven van de geestelijk begeleider tegelijkertijd zijn professionele identiteit bepaalt. In andere vormen van hulpverlening blijven dergelijke gegevens dikwijls op de achtergrond. De geestelijk begeleider is herkenbaar in zijn rol door zijn persoonlijke keuze voor de wijze waarop hij in het leven staat.

Dit speelt mee in de keuze van de cliënt voor een pastor, dominee, humanist, imam, rabbi of hindoe geestelijk begeleider. Sommige cliënten vragen om gesprek én gebed, andere willen zeker weten dat ze met een humanist van doen hebben. In de psychotherapie wordt naar een zekere ethische neutraliteit gestreefd omdat, zoals Freud zegt, de therapeut niet de positie van zedenmeester mag innemen (Freud 1941). Deze neutraliteit wordt in de geestelijke begeleiding lang niet altijd nagestreefd.

Volgens Hoogeveen (1991) kunnen eigen gedachten, overwegingen en gevoelens ingebracht worden wanneer ze adequaat zijn voor het relatieproces. Mulder (1999) brengt momenten van herkenning in het verhaal van de ander in het gesprek in, al is dit een spannende aanleiding. Misverstanden kunnen ontstaan over de aard van de gesprekken en de rolverdeling. Het delen van persoonlijke ervaringen is alleen adequaat als het beperkt wordt toegepast en bijdraagt aan het creëren van een vertrouwensrelatie. Mulder is van mening dat in het humanistisch geestelijk werk zelfonthulling geëigend en legitiem is en dat de geestelijke begeleiding niet naar therapeutisch voorbeeld vorm gegeven dient te worden.

Egan (1990) formuleert een aantal richtlijnen voor zelfonthulling: maak zelfonthulling door de helper deel van het contract; zelfonthullingen moeten gepast zijn; zelfonthulling moet selectief en gefocust zijn; val de cliënt niet lastig; overdrijf niet en blij flexibel. De opmerking van Egan geldt vooral voor een vorm van zelfonthulling waarbij de begeleider mededelingen uit de eigen biografie doet. McLeod (1997) maakt bij zijn weergave van narratieve microprocessen overigens een onderscheid tussen twee vormen van *self-disclosure*. 'In narratieve termen verwijst *self-disclosure* naar een respons van een begeleider waarbij deze iets vertelt uit het eigen levensverhaal, zij het ook in meer algemene termen, over de manier waarop mensen reageren of processen verlopen' (Mooren, 1998, 116). Zelfonthulling lijkt dus een term te zijn die meerdere varianten herbergt: herkenbaar

heid door de rol, persoonlijke mededelingen en weergave van algemeen-menselijke processen en reacties. Doorslaggevend voor een juist gebruik van *self-disclosure* in de geestelijke begeleiding is of de respons cliëntgericht ingezet wordt.

7. De ontmoeting

In het voorgaande is gewezen op de problemen die ontstaan als de interactie tussen cliënt en hulpverlener buiten de *zone of helpfulness* valt. Kenmerkend voor veel van de literatuur over afstemming en grenzen is het ontbreken van een positief concept over een werkelijke ontmoeting ('concept of encounter'), over wat zo'n ontmoeting wel inhoudt. De existentialist Rollo May (1983) bekritiseert juist op dit punt de psychoanalyse. Hij gaat ervan uit dat in het therapeutische uur een 'totale relatie' gaande is tussen twee mensen. Deze relatie kent verschillende niveaus: het prettig vinden om de ander als reëel persoon in levenden lijve te zien; vriendschap, het vertrouwen dat de ander echt tracht te luisteren en te begrijpen; *esteem* of *agape*: achting of zelfoverstijgende zorg voor het welzijn van de ander; erotische liefde, het accepteren van het optreden van erotische aantrekkingskracht. May heeft hiermee de kwaliteit van de relatie voor ogen. Tegelijk is, onzes inziens, het bewustzijn van elk van deze niveaus van belang voor het voorkomen van *acting out* van behoeften. De verstoring van de ontmoeting tussen cliënt en therapeut heet bij May overdracht. Dit begrip krijgt dus een andere invulling dan bij de psychoanalyse.

Het *concept of encounter* is zo belangrijk omdat May dit verbindt met de veronderstelling dat het – gegeven een werkelijke ontmoeting, dus zonder verstoring – niet mogelijk is voor de ene persoon om een gevoel te hebben, zonder dat dit bij de ander in zekere mate resonanceert. Hiermee formuleert hij een voorwaarde voor oprechte empathie, in zijn ogen de sleutel tot het counselingproces (May 1989). Bij empathie gaat het om alle vormen van betrokkenheid (May: *participation*) van de ene persoon bij de mentale staat van de ander.

We noemen May niet zonder reden. Zijn opvatting is van belang omdat over de relatie in geestelijke begeleiding iets anders gedacht wordt dan in de meeste psychotherapieën. Geestelijk begelei-

ders zijn meer herkenbaar in de wijze waarop ze zelf in het leven staan dan de meeste psychotherapeuten, omdat hun vertrekpunt een specifieke levensbeschouwing is en zij meestal zichzelf in een traditie plaatsen. Daarnaast krijgt hulpverlening bij eindigheid en uitzichtloos lijden een ander karakter dan bij behandelingen die vergroting van de autonomie van de cliënt beoogen. Troost, zichtbaarheid en menselijke nabijheid zijn dan belangrijke gegevens in de geestelijke begeleiding. Het begrip 'uitbehandeld zijn' komt dan ook niet voor in het woordenboek van de geestelijk begeleider. Dit laatste heeft ondermeer te maken met het gegeven dat bij geestelijk begeleiding geen sprake hoeft te zijn van een dringend probleem dat om oplossing vraagt. De behoefte om het leven te overdenken ontstaat niet altijd uit geestelijke nood, en geestelijke begeleiding kan ook betekenen (als het om pastorale zorg gaat) dat samen geboden wordt of een tekst wordt gelezen. Een laatste overweging is dat geestelijke begeleiding niet altijd het karakter krijgt van 'counseling', maar van 'geestelijke verzorging als presentie' (Bomhof 2003), zoals gebeurt bij werken met demente ouderen en in de zorg voor mensen met geestelijke beperkingen.

Hoogeveen (1991) stelt aan de relatie van de humanistisch geestelijk begeleider de eis van gelijkwaardigheid, openheid, eerlijkheid en authenticiteit. Ook al blijft de relatie tussen de cliënt en geestelijk begeleider een 'werkrelatie', in deze relatie is geen sprake van minder betrokkenheid en verbondenheid dan in andere tussenmenselijke relaties (zoals die tussen vrienden en partners). Het moge duidelijk zijn dat de professionele positionering met bovenstaande een iets ander karakter krijgt dan in de psychotherapie.

8. Tot slot

Uit het voorgaande kunnen twee conclusies getrokken worden. De eerste is dat er meer helderheid moet komen over het gebruik van de begrippen afstand en nabijheid en over de dimensies ervan: betrokkenheid/emotionaliteit, bejegening, fysiek contact en verantwoordelijkheid (machtsaspecten). De tweede conclusie is dat het denken over afstand en nabijheid in relatie tot geestelijke begeleiding nog onvoldoende uitgekristalliseerd is. Dit wil niet zeggen dat er op het niveau

van de beroepsstandaard niets is geformuleerd. De VGVZ heeft in 2002 de beroepsstandaard voor de geestelijk begeleiders in zorginstellingen opgesteld. Het thema afstand en nabijheid komt hierin meerdere keren naar voren. Er wordt echter geen omschrijving van deze twee begrippen gegeven. In verband met communicatie en algemene kwaliteitseisen wordt enkel gesteld dat een geestelijk begeleider een juiste balans moet weten te vinden tussen afstand en nabijheid.

Onderdeel van de beroepsstandaard is de beroepscode. Deze is wel specifiek. Een uitgangspunt daarin is dat de geestelijk begeleider zich te allen tijde bewust is van de asymmetrie in de werkrelatie: 'De geestelijk begeleider maakt geen misbruik van zijn/haar uit deskundigheid en/of positie voortvloeiend overwicht' (VGVZ 2002, p. 22). Bij 'aspecten van de beroepscode in relatie tot de patiënt' (idem, p. 23) is te lezen dat, onder erkenning van het feit dat iedere geestelijk begeleider zich bezighoudt met aspecten die behoren tot de persoonlijke levenssfeer van de patiënt, de geestelijk begeleider de terughoudendheid dient te betrachten die redelijkerwijs door respect voor de persoon van de patiënt ingegeven behoort te zijn.

De beroepsstandaard voor geestelijk begeleiders biedt een basis als het gaat om de richtlijnen voor het contact tussen geestelijk begeleider en cliënt. Er is echter nog meer over afstand en nabijheid te zeggen. Het bestaan van verschillende dimensies stelt ons voor de uitdaging om de vanzelfsprekendheid onder de loep te nemen waarmee de begrippen afstand en nabijheid gebruikt worden. Differentiatie van de begrippen geeft de mogelijkheid om, ook in levensbeschouwelijk opzicht, te reflecteren op de meest adequate verhouding tot de cliënt in de begeleidingsrelatie.

A.H.B. Dubbeldam M.A. studeerde in 2007 af aan de Universiteit voor Humanistiek te Utrecht. Op dit moment is zij werkzaam in de gehandicaptenzorg.

Drs. J.H.M. Mooren is als universitair hoofddocent (psychologie van zingeving en levensbeschouwing, methodiek van het humanistisch raadswerk) verbonden aan de Universiteit voor Humanistiek.

Literatuur

- Berg, M. van der (2003). *Voor de laatste tijd. Samen werken aan een goede dood*. Kok, Kampen.
- Bouwkamp, R. (1999). *Helen door delen*. Elsevier/De Tijdstroom, Maarssen.
- Bomhof, H. (2003). *Dat colbertje is van mijn vader*. Doctoraalscriptie. Universiteit voor Humanistiek, Utrecht.
- Dubbeldam, A. (2007). *Afstand en nabijheid. Een theoretische en empirische verkenning van de begrippen afstand en nabijheid in humanistisch geestelijk werk*. Doctoraalscriptie. Universiteit voor Humanistiek, Utrecht.
- Duyndam, J. (1997). 'Het gevaar van de plamoen en de kunst van het geestelijk werk', in: Ton Jorna (red.), *Door eenvoud verbonden. Over de theorie en de praktijk van het humanistisch geestelijk raadswerk*, Kwadraat, Utrecht, pp. 89-96.
- Egan, G. (1990). *The Skilled Helper. A systematic approach to effective helping*. Brooks/Cole, Monterey.
- Freud, S. (1941). *Abriss der Psychoanalyse*. GW XVII. Imago, London, pp. 63-138.
- Galloway, V.A., en S.L. Brodsky (2003). 'Caring Less, Doing More. The role of therapeutic detachment with volatile and unmotivated clients', *American Journal of Psychotherapy*, 57, 32-38.
- Graste, J., en D. Bauduin (2000). *Waardevol werk, Ethiek in de geestelijke gezondheidszorg*. Van Gorcum, Assen.
- Hendrixx, W., en N. van Son-Schoones (1983). *Lichamelijk contact in de hulpverlening*, Van Loghum Slaterus-Nisso, Deventer.
- Hoogeveen, E. (1991). *Eenvoud en strategie*, Acco, Amersfoort/Leuven.
- Jones, N. (1993). *Practical Counseling and Helping Skills. How to Use the Lifeskills Helping Model*. Cassel Education, London.
- Kerssemakers, J.H.N. (1989). *Psychotherapeuten en religie. Een verkennend onderzoek naar tegenoverdracht bij religieuze problematiek*, Katholiek Studiecentrum, Nijmegen.
- Lynch, G. (2002). *Pastoral Care and Counselling*. Sage, Thousand Oaks.
- Maes, J. (2006). *De hulpverlener: tussen afstand en nabijheid*. Kern. 1-15. <http://users.skynet.be/kern/de%20hulpverlener%20tussen%20afstand%20en%20nabijheid.pdf> (1 dec. 2006).
- May, R. (1983). *The Discovery of Being. Writing in existential psychology*. Norton, New York.
- May, R. (1989). *The Art of Counselling*, Gardner Press, New York.
- McLeod, J. (1997). *Narrative and Psychotherapy*, Sage Publications, London.
- Mooren, J.H.M. (1999). *Bakens in de stroom; naar een methodiek van het geestelijk werk*. Utrecht: SWP.

- Mulder, M. (1999). 'Het vechten voorbij?', in: J.H.M. Mooren (red.), *Bakens in de stroom. Naar een methodiek van het humanistisch geestelijk werk*, SWP, Utrecht, pp. 49-64.
- Pols, J. (1990). 'Afstand en nabijheid. Opleiding, attitude en geaardheid van psychiaters', *Tijdschrift voor psychiatrie* 32, 576-581.
- Rutstein, J.S., en S.R. Yarock, (1993). 'The therapist as participant-observer', *Contemporary Psychology* 38, 629-630.
- Scheflen, A.E., en A. Scheflen (1978). *Lichaamstaal en menselijke relaties. Het aan- en afleren van communicatief gedrag*. Nelissen, Bloemendaal.
- Schoener, G.R. (1998). *Boundaries in Professional Relationships*. <http://www.advocateweb.org/hope/boundaryviolations.asp>. (8 februari 2007)
- Schwartz, R.S. (1993), 'Managing Closeness in Psychotherapy', *Psychotherapy* 30, 601-607.
- Sporcken, C.P. (1983). *Begeleiding en ethiek. Verantwoordelijkheid en solidariteit van de hulpverlener*, Ambo, Baarn.
- Unen, van C. (2000). *De professionals. Hulpverleners tussen kwetsbaarheid en beheersing*, Eburon, Delft.
- Vandereycken, W. (1994). 'Nabijheid en afstand in de begeleiding van traumaslachtoffers' *Tijdschrift voor psychiatrie* 36, 1-7.
- Van de Veire, C. (2006). *Zorgverlening in de geestelijke gezondheidszorg. De hulpverlener in de focus*. Kern 76, pp. 1-13. <http://users.skynet.be/kern/zorgverlening%20in%20de%20geestelijke%20gezondheidszorg.pdf> (1 december 2006).
- VGZ (2002). *Beroepsstandaard voor de geestelijke verzorger in zorginstellingen*. <http://www.vgz.nl/userfiles/files/beroepsstandaard.pdf>. (26 april 2012).
- Watkins (1989). 'Countertransference: its impact on the counseling situation', in: W. Dryden (ed.), *Key Issues for Counselling in Action*, Sage, London, pp. 84-95.
- Yalom, I.D. (2000). *Love's executioner and other tales of psychotherapy*. Harper Perennial, New York.