
Alledaags handelen

VEEL GEESTELIJK VERZORGERS, onder wie ikzelf, zien het belang van (systematische) reflectie op hun werk. Reflecteren op de dagelijkse werkelijkheid omhult het werk tussen het goede en schone, het weerbarstige en het moeilijke. Geestelijke begeleiding is immers geen vooraf uitgemaakte zaak. Juist door hoe het verschijnt ontstaan antwoorden op de vraag: wat wil het zeggen, geestelijk verzorger te zijn in de psychiatrie? Voor dit artikel wil ik die alledaagse werkelijkheid zonder vooringenomenheid tegemoet treden. Door te reflecteren op papier, hoop ik zelf meer grip te krijgen op wat ik doe. Of misschien hoop ik dat ik juist wat grip kan loslaten, in het vertrouwen dat mijn handelen professionele grond onder de voeten heeft en goed weerspiegelt wie ik als raadvrouw wil zijn. Want dat is de andere kant: natuurlijk zijn er wel opvattingen over het werk en ook ik heb voorstellingen en verwachtingen van wat het werk zou moeten zijn. Zal het alledaagse werk daarbij aansluiten of soms een eigen weg inslaan?

In het beschrijven van alledaagsheid weet ik me gesteund door de filosoof Cornelis Verhoeven. Hij zegt over alledaagsheid dat het een doorgang kan zijn naar ‘wat er werkelijk toe doet’ mits men met verwondering kan waarnemen. (Verhoeven, 1989). Dat is wat ik voor dit artikel beoog: aan de vanzelfsprekendheid van mijn handelen voorbij komen.

Voor het vervolg van mijn tekst wil ik wat dieper ingaan op het werk via ontmoetingen met twee cliënten, Geert en Nicoline

In het reflecteren op alledaags handelen kan de vraag naar oprechtheid beantwoord worden. Voor de cliënt is dat van belang. Neemt de geestelijk verzorger mij serieus ook als de spetters van een broodje dat ik aan het eten ben in het rond vliegen of als ik me verdrietig voel bij mijn vrijwilligerswerk?

Jacqueline Weeda

(niet hun echte namen). Ik kies daarbij voor de term ‘raadswerk’ en de werker noem ik de ‘raadvrouw’ omdat dit het dichtst bij mijn alledaagse werkelijkheid staat. Ik verwacht dat geestelijk verzorgers van allerlei pluimage het werk zullen kunnen herkennen, maar een oordeel over mijn vertrekpunten laat ik graag aan hen. Wellicht zouden zij andere keuzes hebben gemaakt in de gesprekken.

Geert

Mijn deur, die op een kier staat, wordt verder opengerukt. Een geagiteerde Geert bonkt naar binnen. Zijn grote lijf en zijn stem vullen mijn kamer. Hij trekt de deur achter zich dicht en draait deze in één beweging door op slot. Ik open mijn mond maar ben te laat: ‘Jacqueline heb je tijd, JA NATUURLIJK HEB JE TIJD want er is niemand hier en kan ik ook wat bij je eten het gaat heel slecht met mij HEEL SLECHT ik

moet wat eten even wachten ik kom zo terug niemand anders toelaten als ik weg ben (beent de gang in) NIEMAND ANDERS BINNEN LATEN.'

Hij verschijnt opnieuw (na een vol kwartier). Een broodje met ei maalt tussen zijn kiezen, de spetters vliegen in het rond. Opnieuw gaat de deur met een knal in het slot; ik sta op en draai het slot er weer af. Geert intussen neemt luidruchtig pratend en spetterend bezit van twee stoelen, één voor zijn jas en tas, één voor zijn lijf. Op mijn beurt loop ik naar het zitje en maak één stoel vrij. Ik ga zitten en blijf zwijgen. Eindelijk daalt iets van stilte neer na de storm. Dan zegt Geert: 'Weet je wat het is Jacqueline? Weet je waar het allemaal om gaat? Het gaat toch gewoon om de liefde. Je wilt toch gewoon dat iemand iets, ja, ik weet niet, hoe zeg je dat, dat iemand om je geeft.'

Geert is midden veertig en al meer dan twintig jaar opgenomen op diverse afdelingen. Hij is intelligent, maakte ooit het VWO af, voordat de schizofrenie hem goed en wel

in zijn macht kreeg. Geert is in beginsel een goed mens; hij toont zich vaak bezorgd om andermans welzijn en verlangt naar écht contact. Te-

gelijk is er een groot verdriet en een bittere boosheid over het feit dat een gewoon leven hem is ontnomen door een slopende psychiatrische ziekte, die gepaard gaat met dwangmatigheid en een toenemend gebrek aan zelfcontrole. Waar Geert is, is onrust. En wie in zijn buurt niet oppast, krijgt een rol in die onrust en in zijn innerlijke verhalen vol denkbeeldige conflicten. Voor Geert 'moet je uitkijken' en de meest toegepaste vorm van 'uitkijken voor Geert' is kort samengevat: afstand van hem houden.

Geert toont zich soms buitengewoon moeilijk in het contact. Maar ik ken ook een andere Geert, namelijk de Geert die later bij mij aan de thee zit en zucht: *Ik ben niet benieuwd naar de komende twintig jaren van mijn leven*. Of de Geert die vertelt over zijn ervaringen in de begintijd van zijn ziekte, met dwingende psychiaters, loze beloften en zijn totale eenzaamheid, die tot op de dag van vandaag bestaat.

In het contact met Geert staat iets wezenlijks op het spel: ben ik oprecht? Heb ik écht belangstelling? Zoals veel lotgenoten heeft ook Geert een bijzonder goede antenne voor 'echtheid', al kan hij door zijn kwaal en door veel ervaring wantrouwend zijn. Doen alsof ik tijd heb, zal genadeloos eindigen in een conflict. Maar als ik zwijg, me innerlijk voor hem openstel en wacht, dan kan het tij keren. Dan komt een andere Geert te voorschijn. Dan spreek ik met zijn gezonde zelf over zijn leven en zijn ervaringen, over de moeite die het hem kost om dit bestaan te leven en over het gebrek aan ongeveer alles wat het leven de moeite waard maakt: een relatie, oprechte genegenheid, gezelligheid, huiselijkheid, humor, een lekkere maaltijd. Geert ontmoeten betekent dat ik in eerste instantie het nodige moet verdragen en geduld moet hebben. Ik wil hem niet afrekenen op de wijze waarop hij zich presenteert, maar ik probeer te luisteren naar wat hij echt wil zeggen. Dat is nog een hele kunst, want Geert spreekt een hoop woorden in weinig tijd. Ik weet ondertussen dat veel cliënten het juist erg waarderen dat ik luister naar hun woorden, al worden die gesproken in schijnbare verwarring, opwindend of diep gevoelde somberheid. Door dat te doen, loop ik een eindje verder mee dan gebruikelijk in iemands verwarring, verbeelding of ontreddering. Diverse auteurs melden dat de verbeelding zelf, die in de psychose aan de orde is, of in een waansysteem, achteraf betekenisvol is. Detlef Petry, een psychiater, schrijft dat patiënten kunnen groeien aan hun psychose, mits daaraan aandacht wordt gegeven (Petry 2011).

Ik ben niet benieuwd naar de komende twintig jaren van mijn leven

Als ik kan wachten en luisteren, is er een kans dat Geert aan zijn woeste gedrag voorbij kan komen en mij kan zeggen wat er écht leeft bij hem. Ik ben vaak verrast door het inzicht dat mensen zelf hebben in hun conditie. Vooral op dit soort momenten ontstaat er bij mij een zekere genegenheid voor de mens die zo worstelt, en die dat in het gesprek kan inbrengen. Andere gevoelens die zich dan ontwikkelen zijn achting (om het versleten woord respect te vermijden) en bescheidenheid. Tegelijkertijd wordt duidelijk waar ik mijn kennis en kunde kan inzetten om te helpen verkennen waar het leven wringt.

Petry spreekt van 'bewuste onprofessionaliteit' die nodig is om een contact op te bouwen. Menselijk contact, even los van de rollen in de hulpverlening, daar gaat het hem om. Pas als dat is gelukt, kan de professional zijn 'kunstje' inzetten. Het gaat hem om nabijheid. Niet van het soort dat interverteert in andermans eigenheid of regie, maar een respectvolle nabijheid die juist ruimte geeft aan de eigenheid van de ander.

Petry doelt op oordeelsvrij, wachtend, nauwlettend en aandachtig volgen van die ander, in alle oprechtheid en met een zekere genegenheid. Dat herken ik als passend bij het raadswerk. Petry noemt het contact 'onprofessioneel', maar dat vind ik toch wat bedrieglijk. Echt contact leggen is moeilijk; het is vakwerk. En: echt contact wordt ondanks die echtheid nooit een 'onprofessioneel contact' zoals dat van familie of vrienden. Het raadswerk blijft professioneel en in die betekenis begreemd. Het lot van Geert is dat hij in zijn dagelijks leven vrijwel hoofdzakelijk met professionals te maken heeft die nooit 'zijn naaste' zullen worden. Aan echte 'naasten' heeft hij groot gebrek: geen partner, geen vriend. Dat is een ramp te noemen. Die ramp kan ik niet ongedaan maken door mijn oprechtheid en belangstelling. Wél kan ik Geert aanbieden daarover met mij in gesprek te raken.

Louter volgen en wachten is voor Geert soms niet het beste recept. Soms kan hij niet stop-

pen met praten, hij wil mijn kamer niet uit of hij eist acht maal per dag telefonisch mijn aandacht. Als ik dat niet begrens, gaat hij zich schuldig voelen over zijn gedrag. Om dat te voorkomen moet ik helder zijn en soms het contact resoluut beëindigen. Maar ook al is dit zo, in het contact met Geert blijf ik mij telkens bezinnen op mijn vertrekpunt: een oprechte bereidheid om steeds maar weer voorbij zijn presentatie op zoek te gaan naar de mens daarachter. Die mens houd ik in gedachten en in mijn hart, ook als deze lange tijd in geen velden of wegen te bekennen is.

Nicoline

Nicoline is begin veertig en vertelt me op een middag het volgende:

'Ik ga 's morgens naar mijn werk. Het is vrijwilligerswerk. Betaald werk durf ik nog niet aan, daarvoor ben ik nog niet stabiel genoeg. Ik heb het op mijn werk niet druk. Maar ik zie wel mensen en dat is belangrijk voor mij. In de middag ga ik studeren in de bibliotheek. Thuis lukt het me niet, maar in de bieb is het rustig en ben ik toch niet alleen. Mijn hoofd moet wat te doen hebben, anders ga ik piekeren. Dan ga ik eten bij mijn moeder en tenslotte sporten. Ik moet bewegen, want anders word ik gek.'

De begeleider aan wie ze dit eerder al vertelde, heeft Nicoline geprezen omdat ze erin slaagt om haar dag goed te vullen met dingen die belangrijk voor haar zijn. Hetzelfde verhaal komt nu ook in een gesprek met mij te voorschijn. Al vertellend verandert er iets in de ruimte tussen ons beiden. Een zeker gevoel van zwaarte en zelfs van pijn komt naast het gesprek hangen. Ik voel het na en probeer er woorden aan te geven. Nicoline toont zich ineens verdrietig. Ze zegt:

'Als ik naar mijn dag kijk, dan voel ik me alsof ik probeer de tijd om te krijgen. Dat vrijwilligerswerk is er voor mij, en niet andersom. Het is niet echt. Het studeren vind ik

Wat is echt en wat is nep?

wel leuk, maar wat kan ik ermee? Met mijn ziekte kan ik niet werken. Dus het is eigenlijk nep. Bij het sporten doe ik wel mee in een groepje, maar de anderen zijn met elkaar in gesprek, en ik hoor er niet bij. Ik ben eigenlijk ontzettend eenzaam en daarvoor ben ik de hele tijd op de vlucht.'

Van Nicoline leer ik dat al haar woorden van belang zijn. Of ze nu nonchalant gekozen zijn of aarzelend en zoekend: alle woorden

dragen betekenis én lading. Pas als ik de woorden in mijn innerlijk laat resoneren valt me de discrepantie op tussen de woorden die ik hoor en de lading die meekomt. Die beweging naar het innerlijk is nodig: enerzijds volg ik die ander, anderzijds toets ik de woorden bij mijzelf. Zo ontstaat een verbinding tussen die ander en mij.

Ton Jorna (Jorna 2008) wijst op verbinding als noodzakelijk ingrediënt om existentiële kwesties te kunnen inbrengen. Juist door dat wat zich aandient toe te laten, open te laten en te willen volgen, ervaren mensen dat zij gehoord en gezien zijn in de dingen waar ze mee worstelen. Verbinding betekent vooral: dat ik erbij blijf als het moeilijk wordt. Voor Nicoline is het net zo belangrijk als voor Geert of ik écht bereid ben mee af te dalen naar de kelder van het bestaan, waar het donker is en onaangenaam. Ben ik dat niet, dan moet ik het gesprek niet naar verdieping brengen; dat zou een valse beweging zijn.

Nicoline heeft woorden kunnen geven aan een gevoel van onbehaaglijkheid waarmee zij al een tijdje rond liep. Zij is hiermee beland op 'de plek der moeite'. Dat is een plek die elders in de instelling nog weleens wordt vermeden. De reden daarvoor is dat cliënten in hun leven soms met diepe ellende geconfronteerd zijn. Er is bezorgdheid dat het aanraken van pijn en verdriet mensen ontregelt en hen de hoop op een beter leven ontnemt. Zonder aan die bezorgdheid iets te willen afdoen, merk ik op dat Nicoline, en ook anderen met wie ik in gesprek raak,

soms blijk geven van grote opluchting als (eindelijk) dat innerlijk aan de dag mag komen. Het levert Nicoline inzicht op en een antwoord op haar niet gestelde maar wel gevoelde vraag: *als het zo goed is wat ik doe, waarom voel ik me dan toch naar?*

Hoe heilzaam het ook is om de plek der moeite even niet meer te hoeven ontlopen, toch wil Nicoline er zo kort mogelijk verblijven. Ze toont haast om zichzelf van de ongemakkelijke gevoelens te verlossen. Enerzijds zou ik wensen dat zij juist iets van de pijn kan verdragen en daarin kan ontdekken dat zij dat kan, beter dan ze dacht. Anderzijds heb ik te respecteren dat het voor Nicoline (te) moeilijk is. Mijn eigen houding en bereidheid wil ik zoveel mogelijk inzetten om Nicoline in staat te stellen de plek der moeite even te durven verdragen. Méér kan en wil ik niet doen.

Juist haar eigen perspectief brengt Nicoline op de plek waar ze niet wil zijn. Een ander perspectief zou haar kunnen helpen minder angstig te worden. Misschien verraadt haar kijk op het leven zich in de woorden 'echt' en 'nep' die ze gebruikt. Ik vraag haar: *Wanneer vind je iets echt?* En: *Wat noem je nep?* En ook: *Waarom vlucht je voor eenzaamheid?* Het antwoord daarop zou kunnen zijn: 'logisch, niemand wil toch eenzaam zijn?' Dat is óók raadswerk: vragen naar de bekende weg, die bij nader inzien (mij) helemaal niet bekend is. Het blijkt juist de weg te zijn waar cliënten vaak in hun eentje moeten lopen.

Samenvatting

Geert en Nicoline werpen ieder door hun eigenheid een zeker licht op de dagelijkse praktijk van het raadswerk. Het werk onthult zich in woorden en waarden die misschien ook voor andere collega's herkenbaar zullen zijn. Maar nu ik het zelf teruglees, valt me op dat de raadvrouw lijkt te weten waar het allemaal naar toe moet. In de alledaagse werkelijkheid vind ik dat lang niet zo evident. De inzet is nog wel helder, maar de uitkomst is ongewis: noch die ander, noch ik weet waar het naar toe zal

gaan. De cliënt zet zichzelf op het spel, en de raadvrouw evenzo. Als de verbinding in stand kan blijven, wijst de alledaagse werkelijkheid uit dat geen van ons beiden de regie blijkt te hebben. Als dat lukt, geeft het werk de grootste voldoening.

Drs. Jacqueline Weeda is humanistisch raadvrouw voor GGZ Haagstreek te Leidschendam en Het Centrum Eetstoornissen Ursula, onderdeel van Rivierduinen.

Literatuur

Jorna, Ton (2008). *Echte woorden. Authenticiteit in de geestelijke verzorging*, SWP, Amsterdam.

Petry, Detlef (2011). *Uitbehandeld, maar niet opgegeven*, Ambo Anthos, Amsterdam.

Verhoeven, Cornelis (1989). *Een velijnen blad. Essays over aandacht en achterdocht*, Ambo, Baarn. Hierin is een essay opgenomen over 'alledaags leven' (91).