
Geweldloze geestelijke verzorging?

Een onderzoek naar de bruikbaarheid van de methode geweldloze communicatie

In dit artikel pleiten de auteurs voor het bewust inzetten van geweldloze communicatie. Dat kan van toegevoegde waarde zijn in de begeleiding door geestelijk verzorgers.

Jeannette Bakker en Carmen Schuhmann

GEWELDLOOSHEID LIJKT EEN VANZELFSPREKEND streven van geestelijk verzorgers. Maar hoe brengen zij dit streven daadwerkelijk in praktijk? En hoe voorkomen ze dat geweld ongemerkt hun eigen praktijken binnensluipt? In deze bijdrage onderzoeken wij de mogelijkheden van geweldloze communicatie, een wereldwijd bekende gespreksmethode ontwikkeld door Marshall Rosenberg, voor geestelijke verzorging. Deze methode beoogt niet alleen het tegengaan van geweld, maar ook het tot stand brengen van authentiek en compassievol contact tussen mensen. Bij dit onderzoek bleek een onderliggende vraag van belang: *hoe bepaal je eigenlijk of een methode of methodiek passend en bruikbaar is voor geestelijke verzorging?* We laten zien hoe deze vraag met behulp van het concept 'morele visie' kan worden geadresseerd.

Inleiding

Geweldloze communicatie lijkt als methode bij uitstek geschikt voor geestelijk verzorgers. Geweldloosheid is immers als ethisch streven terug te vinden in verschillende spirituele tradities van waaruit zij werken. Het omvat waarden als niet-schaden, welzijn bevorderen en niet-veroordelen, die doorklinken in verschillende termen waarmee kerntaken van geestelijk verzorgers worden beschreven: aandachtig en liefdevol present zijn, empathie, verbondenheid, een houding van openheid, eerbied en respect, omgaan met emoties en met conflict en bevorderen van autonomie (VGVZ, 2010). Geweldloosheid is echter nog niet zo gemakkelijk in praktijk te brengen. Geestelijk verzorgers opereren dikwijls in organisaties waarin het streven naar geweldloosheid niet vanzelfsprekend op de voorgrond staat. Verder uitzoomend zien we dat geestelijk verzorgers werken in een wereld waarin conflicten aan de orde van de dag

zijn. Geweld kan zich echter ook op subtiele manieren voordoen in de contacten die geestelijk verzorgers met cliënten aangaan, ondanks hun streven om humaniteit te representeren. Met name vanuit postmodern perspectief wordt de normaliserende werking benadrukt van dominante vertogen die voorschrijven wat waar en juist is en die onvermijdelijk ook doordringt in begeleidingspraktijken (Foucault, 1997; White & Epston, 1990).

Doel en opbouw van het artikel

Zou geweldloze communicatie een tool in de geestelijke verzorging kunnen zijn om geweld tegen te gaan en humaniteit te bevorderen? Zou het de geestelijk verzorger iets in handen geven om de cliënt dichter bij zichzelf te brengen en te helpen milder in het leven te staan? Het eerste doel van deze bijdrage is te onderzoeken in hoeverre de methode inderdaad passend en bruikbaar is voor geestelijk verzorgers. Geweldloze communicatie komt uit de psychologie, net zoals veel methoden die geestelijk verzorgers gebruiken. Maar dat betekent nog niet dat je deze methode klakkeloos kunt inzetten. Het karakteristieke van geestelijke verzorging ligt niet zozeer in het methodisch handelen als wel in de levensbeschouwelijke grondslag van het werk. Wil je als geestelijk verzorger een bepaalde methode gebruiken, dan zal die op de één of andere manier moeten stroken met je eigen levensbeschouwing. Maar hoe onderzoek je dat?

Het tweede, meer omvattende doel van deze bijdrage is dan ook het aanreiken van een kritische methode (op meta-niveau) waarmee geestelijk verzorgers de bruikbaarheid van (nieuwe) methoden kunnen beoordelen. We stellen voor hiervoor het begrip 'morele visie' te gebruiken: ideeën over wat een mens is en ideaalbeelden van wat een mens zou moeten zijn die, vaak impliciet, ten grondslag liggen aan wat we doen en denken. Door je eigen morele visie te onderzoeken en te vergelijken met de morele visie van een bepaalde methode kun je bepalen in hoeverre die methode in de basis waarvan vertegenwoordigt die bij jouw levensbeschouwing passen.

Vanuit onze humanistische achtergrond onderzoeken wij in deze bijdrage de bruikbaarheid van geweldloze communicatie voor humanistische geestelijke verzorging. Het lijkt misschien vanzelf

sprekend dat geweldloze communicatie uitgaat van humanistische waarden als gelijkheid, vrijheid en verantwoordelijkheid. Een nauwkeurige explicitering en vergelijking van de morele visies van het humanisme en van geweldloze communicatie laat echter zien dat dit veel genuanceerder ligt.

Een methode om compassievol naar jezelf te kijken

Deze vergelijking kan ook voor geestelijk verzorgers met een andere levensbeschouwelijke achtergrond van waarde kan zijn. We nodigen de lezer dan ook uit om overal waar in dit artikel de humanistische morele visie wordt geëxpliciteerd, haar of zijn eigen morele visie onder de loep te nemen om zo tot een eigen antwoord te komen op de vraag in hoeverre geweldloze communicatie voor haar of hem bruikbaar is.

Het humanisme omvat verschillende stromingen; wij benaderen het hier vanuit het werk van Jaap van Praag, founding father van het Nederlandse humanisme. Van Praag heeft veel geschreven over de grondslagen van het humanisme en is voor velen een inspiratiebron, waardoor zijn werk bijzonder bruikbaar is voor onze pogingen om tot een expliciete morele visie te komen. Zijn genuanceerde en bezielde denken over levensbeschouwing biedt volgens ons ook buiten humanistische kringen voeding voor de geest.

Hieronder zal nu eerst het begrip morele visie toegelicht worden, waarna geweldloze communicatie en Van Praags humanisme verder worden geïntroduceerd. Vervolgens expliciteren en vergelijken we de morele visies van geweldloze communicatie en het humanisme. Tot slot beschrijven we wat de vergelijking van morele visies concreet heeft opgeleverd.

Morele visie

Hoogleraar counseling Christopher (1996) wijst erop dat elke vorm van begeleiding gebaseerd is op bepaalde mensbeelden. Ieder mens leeft noodzakelijkerwijs vanuit morele visies die draaien om de twee vragen: *wat is een mens?* en *wat zou een*



mens moeten zijn of worden? We zijn ons echter vaak niet bewust van deze morele visie, die sterk cultureel bepaald is. Ondertussen vormt deze morele visie de manier waarop we denken, handelen en betekenis geven, en ligt deze dus ook – meestal impliciet – aan de basis van de begeleidingsmethoden die we ontwikkelen. In begeleidingspraktijken wordt de constituerende werking van morele visies doorgaans niet erkend vanwege dominante wetenschappelijke idealen van objectiviteit.

De constituerende werking van morele visies wordt doorgaans niet erkend

neutraliteit en universaliteit. Christopher waarschuwt dat morele visies zo gemakkelijk als vermomde ideologie fungeren in begeleiding, waar

door de cliënt in de richting van *wat een mens volgens de begeleider zou moeten worden* wordt gedrongen en geweld wordt aangedaan. Begeleiders dienen hun morele visies telkens weer te onderzoeken en zich af te vragen hoe deze doorwerken in hun praktijken om te voorkomen dat ze deze onbewust aan cliënten opdringen. Juist levensbeschouwelijke begeleiding vraagt erom scherp te blijven op wat je representeert en op de vraag wanneer representatie van een visie overgaat in pogingen om de ander te vormen naar deze visie.

Geweldloze communicatie

Geweldloze communicatie of Nonviolent Communication (NVC), door de Amerikaanse Rosenberg ontwikkeld vanaf de jaren '60, is verwant aan de traditie van geweldloosheid, maar ook aan humanistische psychologie, voortbouwend op theorieën van Rogers, Fromm en Maslow. Deze methode is niet primair gericht op het tegengaan van fysiek geweld, maar op het geweld dat in taal en onze



manieren van communiceren verborgen zit, bijvoorbeeld wanneer we veroordelen, manipuleren of eisen. Dit is een vorm die vaak minder direct te herkennen is als geweld, maar net zo schadelijk (of schadelijker) kan zijn en bovendien de kiem kan vormen voor fysiek geweld. De methode bestaat uit vier stappen en kan worden ingezet in iedere (conflict)situatie, om zo tot een geweldloze en effectieve omgang ermee te komen.

De eerste stap van het model is de waarneming (*observation*): het observeren van wat er feitelijk gebeurt in een situatie. Het gaat bij deze stap om de scheiding tussen waarnemen en oordelen. In plaats van te zeggen 'je keek boos', kun je zeggen 'je fronste je voorhoofd'. De tweede stap heeft betrekking op het gevoel (*feeling*). Hierbij maakt Rosenberg onderscheid tussen gevoelens en gedachten. Er ontstaat verwarring in communicatie wanneer we het woord voelen gebruiken terwijl we geen gevoel uitdrukken. Een voorbeeld is:

'ik voel me genegeerd'. Bij de derde stap wordt onderzocht welke behoefte (*need*) aan dit gevoel gekoppeld zit. Volgens Rosenberg zijn gevoelens een uiting van onze behoeften. Wanneer we ons niet goed voelen, is er altijd een onvervulde behoefte. Dit kan ook een verlangen of onvervulde waarde zijn. Verantwoordelijkheid nemen voor eigen gevoelens en behoeften behoort tot de essentie van geweldloze communicatie. Met het actief doen van een verzoek (*request*) wordt als vierde stap verantwoordelijkheid genomen voor het vervullen van de behoefte. Wat zouden we de ander – of onszelf – willen verzoeken om ons leven te verrijken? Rosenberg onderscheidt het verzoek van een eis. Wanneer we de ander een vraag stellen, maar we accepteren geen 'nee' als antwoord, dan hebben we eigenlijk een eis gesteld.

Er is een tot nu toe bescheiden aantal wetenschappelijke artikelen (veelal op basis van empirisch onderzoek) gepubliceerd waarin geweldloze commu-

nicatie overwegend positief ontvangen wordt; de methode zou empathie, openheid en zelfbewustzijn bevorderen (Agnew, 2012; Little, 2008; Baesler & Lauricella, 2013). Daarnaast wordt geweldloze communicatie gewaardeerd als vernieuwend paradigma dat tegenwicht biedt aan dominante denkbeelden en hiërarchische structuren die geweld in stand houden (Blake, 2002; Jones, 2009; Hao, 2011; Vosselman, 2012). Ook worden er verbanden gelegd tussen geweldloze communicatie en counseling vanuit verschillende levensbeschouwingen, zoals boeddhisme (Hulley, 2006) en christendom (Latini, 2009; Van Deusen Hunsinger, 2009).

Kritiek op Rosenberg betreft vooral het feit dat hij de rol van het denken geen (duidelijke) plek geeft in zijn methode. Volgens Flack (2006) speelt het denken echter wel degelijk een grote rol in dit communicatieproces. Een ander punt van kritiek is dat geweldloze communicatie in de praktijk tot gewelddadige gespreksregel kan worden als men de vier stappen al te rigide wil volgen. Openheid en empathie kunnen dan uit beeld verdwijnen. Eén van de kritische kanttekeningen die Barry (2011) maakt is dat oordelen moeilijk direct uit te drukken zijn via het model; dit brengt het gevaar mee dat we onze oordelen onderdrukken en de controle erover verliezen (Flack, 2006; Barry, 2011).

Geweldloze communicatie in geestelijke verzorging?

Volgens Rosenberg is geweldloze communicatie geschikt om overal toe te passen, zeker ook in therapie en counseling. De methode, die op het eerste oog vooral over communicatie gaat, beslaat onmiskenbaar ook het existentiële terrein en lijkt daarmee ook toepasbaar in geestelijke verzorging. In zowel geestelijke verzorging als geweldloze communicatie ligt de nadruk op wat er van binnen speelt bij de ander en het vinden van een manier van omgaan hiermee. De empathische houding die aan de basis ligt van geweldloze communicatie (en zonder welke de vier stappen een leeg trucje zouden zijn) behoort ook tot de kern van het werk van geestelijk verzorgers. Een andere overeenkomst is het belang dat wordt gehecht aan zelfkennis als een manier om te komen tot zelfacceptatie en zelfontplooiing. Geweldloze communicatie is een methode om compassievol naar jezelf te kijken. Volgens Rosenberg leidt dit

tot zelfrespect en eigenwaarde, maar ook tot compassie voor anderen. Zelfonderzoek, zelfkennis, zelfaanvaarding en zelfontplooiing zijn belangrijke elementen van zingeving, en staan daarmee centraal in het werk van geestelijk verzorgers.

Met macht omgaan zonder 'vuile handen' te krijgen

Er zijn verschillende manieren denkbaar waarop de geestelijk verzorger geweldloze communicatie expliciet of meer impliciet kan toepassen in zijn/haar werk. Aan de vraag hoe de methode van geweldloze communicatie in te zetten, gaat echter de vraag vooraf of deze methode wel strookt met de levensbeschouwelijke bedding van geestelijke verzorging. In deze bijdrage onderzoeken we deze vraag, zoals aangekondigd, met betrekking tot het humanisme van Van Praag.

Het humanisme van Van Praag

Van Praag beschrijft het humanisme als een *levens-overtuiging, gekenmerkt door het pogen leven en wereld te verstaan en er in te handelen met een uitsluitend beroep op menselijke vermogens en gericht op ieders zelfbestemming in een gezamenlijk menszijn* (Van Praag, 1978, p. 78). In 1946, direct na de Tweede Wereldoorlog richtte Van Praag het Humanistisch Verbond op, waarmee hij de buitenkerkelijke mens een 'geestelijk onderdak' wilde bieden. Voor Van Praag was humanisme geen passief beschouwen van leven en wereld, maar een actief in het leven staan vanuit richtinggevende waarden en idealen die het handelen vormgeven. Belangrijke waarden en idealen die Van Praag noemt zijn bijvoorbeeld verantwoordelijkheid, scheppingskracht, bezieling en verbondenheid. Van Praag geeft vol overtuiging invulling aan het humanisme, maar blijft daarbij telkens open en ondogmatisch. Hij formuleerde tien postulaten over mens en wereld om het humanisme een basis te geven, waarbij hij de mens typeert als: natuurlijk, verbonden, gelijk, vrij en redelijk.

De morele visies van geweldloze communicatie en humanisme vergeleken

Welke antwoorden op de vragen die Christopher ons voorlegt – *wat is een mens? en wat zou een*

mens moeten zijn of worden? – vinden we in het humanisme van Van Praag, en welke in de geweldloze communicatie van Rosenberg? En sluiten deze bij elkaar aan, sluiten ze elkaar uit of brengen ze ‘leerzame wrijving’ teweeg? De antwoorden liggen niet voor het oprapen, ze vergen een nauwkeurige lezing en doordenking van beide denkers. We illustreren deze zoektocht door verschillende sprekende citaten van beiden naast elkaar te leggen. Ook zullen we steeds de verbinding met de praktijk van het raadswerk opzoeken.

1. Wat is een mens?

Goed en kwaad in de mens

NVC begins by assuming that we are all compassionate by nature and that violent strategies – whether verbal or physical – are learned behaviors taught and supported by the prevailing culture. NVC also assumes that we all share the same, basic human needs, and that each of our actions are a strategy to meet one or more of these needs. (www.cnvc.org)

Wij zouden dwazen zijn, indien wij meenden dat de aanleg tot het goede, waarover wij spraken, iets meer was dan een mogelijkheid alleen. Wij behoeven elkaar niet te vertellen hoe sterk de demonische krachten zijn, die in elk van ons en in ons allen tezamen werken en ons dreigen te voeren naar een hel van zelfzucht, haat en barbaarij. (Van Praag, 1946, p. 5)

Alle mensen zijn van nature goed, of dragen ook het slechte in zich

Met deze twee uitspraken naast elkaar lijkt er direct een onoverkomelijk verschil te bestaan tussen de mensbeelden van Rosenberg en Van Praag. Rosenberg gaat ervan uit dat de mens van nature mededogend is en dat geweld is aangeleerd. Wat ons als mensen kenmerkt en verbindt zijn onze overeenkomstige universele behoeften. Hierbij is opvallend dat alle behoeften in de lijst van Rosenberg positief zijn, of zoals hij zegt: levensverrijkend. Van Praag ziet dat heel anders; de mens heeft zowel het goede als het slechte in zich; hij wil het eerste maar is niet zelden geneigd tot het laatste. Rosenberg wil juist niet in termen van goed en kwaad denken: *A basic premise of NVC is that*

whenever we imply that someone is wrong or bad, what we are really saying is that he or she is not acting in harmony with our needs (Rosenberg, 2005, p. 132).

Het maakt nogal uit van welk idee je als begeleider uitgaat: dat alle mensen, inclusief je cliënt, van nature goed zijn en in wezen alleen positieve behoeften hebben, of dat ze ook het slechte in zich dragen. In het eerste geval kun je via de werkelijke behoeften van de cliënt bij het goede komen, in het tweede geval is het nastreven van het goede een voortdurende zoektocht die ook gemakkelijk verkeerd kan aflopen en die kritisch vermogen vraagt. Deze mensbeelden werken door in de ethiek, maar ook in thema's als macht en tragiek.

Macht

We can never make people do anything. (Rosenberg, 2005, p. 22)

Een strikt persoonlijke opvatting van de verbondenheid – hoe belangrijk ook op zichzelf – miskent de faktor macht in de maatschappelijke werkelijkheid en de onvermijdelijke conflicten die daaruit voortvloeien. Machtshoudingen beïnvloeden de persoonlijke groei en kunnen niet zonder vuile handen veranderd worden. (Van Praag, 1975a, p. 59)

Volgens Rosenberg zijn we in onze evolutie vast komen te zitten in dehumaniserende taal die we simpelweg met de paplepel ingegoten hebben gekregen. Hij meent dat we terug kunnen naar een meer ‘natuurlijke’ manier van leven waarin we macht niet tegen elkaar gebruiken maar met elkaar. Rosenberg ontkent dus niet het bestaan van machtsstructuren en dwangmiddelen, maar hij ziet ze als onnatuurlijk en als af te leren. We kunnen eisen dat iemand iets voor ons doet, maar de ander kan altijd nee zeggen, en in die zin hebben we geen macht over de ander.

Volgens Van Praag behoort het streven naar macht evenals wreedheid en eigenbelang helaas tot de aanleg van de mens. Hoewel Van Praag geweldloos is ingesteld blijkt uit bovenstaande uitspraak dat er volgens hem grenzen zijn aan een geweldloze aanpak. Overigens ziet ook Rosenberg dat het in sommige situaties noodzakelijk is kracht in te zetten om geweld te stoppen. Hij spreekt van *protective use of force*: ingrijpen met kracht en/of macht, met de bedoeling om te beschermen en onrechtvaardigheid te voorkomen. Hij onderscheidt deze

vorm van kracht gebruiken van een vorm waarin het straffen, laten lijden of dwingen tot berouw van de ander een rol spelen. Deze laatste vorm werkt volgens Rosenberg averechts. Zo lijkt ook Rosenberg niet geheel afwijzend tegen fysiek en/of militair ingrijpen te staan. In de context van begeleiding leiden deze verschillende visies op macht tot vragen als: hoe kijk je als begeleider aan tegen macht in de organisatie en bij de cliënt? Kun je hiermee omgaan zonder 'vuile handen' te krijgen?

Denken en voelen

Een ander belangrijk en in het oog springend verschil ligt op het gebied van denken en voelen, wat door onderstaande citaten wordt geïllustreerd:

I've learned that I enjoy human beings more if I don't hear what they think (...) I've learned to savor life much more by only hearing what's going on in their hearts and not getting caught up with the stuff in their heads. (Rosenberg, 2005, p. 151)

We mogen ons niet laten verblinden door het schijnbare eerherstel van het 'gevoel' – dat immers tot de rede in geen tegenspraak staat, doch eerst in en door de rede zijn algemene, d.i. voor de samenleving productieve vorm krijgt (Van Praag, 2009, p. 21)

Volgens Van Praag is het bezit van de rede het meest karakteristieke kenmerk van de mens. Het is de rede die de mens menselijk maakt en hem in staat stelt het goede te doen. Zonder de rede, die bij Van Praag overigens niet helemaal samenvalt met het denken, zou de mens speelbal zijn van drijven en instincten. De rede wordt aangevuld door de mythe, het bezielende element in de mens; het ideaal, de inspiratie. Van Praag plaatst de rede niet tegenover het gevoel, maar ziet de rede o.a. als het vermogen om alles wat er innerlijk gebeurt (dus ook gevoel) te kunnen communiceren.

Het is niet helemaal helder welke rol het denken in geweldloze communicatie inneemt, zoals ook uit de eerder genoemde kritiek van Flack op deze methode blijkt. We kunnen in elk geval spreken van een verschil in focus bij Van Praag en Rosenberg, waarbij Van Praag het denken en Rosenberg het voelen benadrukt. In begeleiding vertaalt zich dit naar een verschil tussen het nemen van het gevoel of juist het denken van de cliënt als leidraad in de begeleiding. Moedig je de cliënt aan op zijn

of haar gevoel te vertrouwen, of juist om de zaken goed op een rij te zetten en weloverwogen keuzes te maken?

Tragiek

Een laatste verschil dat wij hier schetsen tussen de opvattingen van Rosenberg en Van Praag over wat een mens is betreft de rol van het tragische in mensenlevens. De methode van Rosenberg lijkt vrij optimistisch: als we allemaal geweldloos leren communiceren leidt dat tot een wereld vol vrede en vervulling. Hij heeft het niet over tragiek in de zin van datgene wat ons overkomt en waarover we weinig tot geen zeggenschap hebben. Rosenberg gebruikt de term 'tragisch' alleen voor geweldvolle communicatie die valt te verbeteren. Ook al wordt zijn methode toegepast op plekken waar doden vallen, hij schetst telkens een maakbaar perspectief van situaties. Van Praag heeft daarentegen een visie op leed en tragiek in het bestaan. We kunnen niet ontkomen aan leed en pijn, maar wel een zinvolle omgang ermee vinden; we kunnen ons verzoenen met onze gebreken, falen, leed, wanhoop en de tijdelijkheid van ons bestaan. Leg je als begeleider eerder de nadruk op wat een cliënt zelf in de hand heeft of juist op verzoening met het onvermijdelijke?

Overeenkomsten: een wezenlijke natuur en gedeelde waarden

Behalve de in het oog springende verschillen tussen de ideeën van Van Praag en die van Rosenberg over wat een mens is, zijn er ook overeenkomsten. Van Praag en Rosenberg wijzen beiden op de fundamentele verbondenheid en gelijkheid tussen mensen op basis van een gedeelde wezenlijke natuur, hoewel zij dus van mening verschillen over wat die wezenlijke natuur inhoudt. Verder zijn zij het erover eens dat mensen kunnen leven en handelen op manieren waarbij ze van zichzelf of het leven vervreemd raken en op manieren die het leven dienen. We zagen ook dat zij beiden de nadruk leggen op waarden als verbinding en autonomie; de waarden die Van Praag nastreeft zijn terug te vinden in de lijst met behoeften van Rosenberg. Daarmee komen we bij de vergelijking van het gedachtegoed van Rosenberg en Van Praag met betrekking tot de vraag wat een mens zou moeten zijn of zou dienen na te streven.



2. Wat zou een mens moeten zijn of worden?

Overeenkomsten: authentiek en medemenselijk

Als het aankomt op *wat een mens zou moeten zijn* lijken Rosenberg en Van Praag het meer met elkaar eens te zijn, zij schetsen een gelijksoortig beeld van de ideale persoon: authentiek en zelfbewust, iemand die zichzelf kent en aanvaardt, die verbonden is met de ander, empathisch en medemenselijk ingesteld, niet veroordelend, zelfverantwoordelijk en actief vorm gevend aan het leven en de omgeving. Ook gaan beiden uit van een innerlijk vermogen, in plaats van een gegeven kader, waarmee de mens in elke situatie kan oordelen hoe te handelen. Over de criteria op grond waarvan we dienen te oordelen lopen hun gedachten echter uiteen.

Hoe te oordelen

Het besproken verschil tussen de opvattingen van Van Praag en Rosenberg rond de natuur van de mens leidt met name tot een verschil in opvatting van hoe de mens zou moeten oordelen. Volgens Van Praag is het bezit van de rede een wezenlijk kenmerk van de mens en moet hij die ook gebruiken bij de vraag hoe zijn leven in te richten:

Het zeer bijzondere van de mens is echter, dat hem het besef gegeven is van waar en onwaar, van mooi en lelijk, van goed en kwaad, zonder dat dit van zijn willekeur afhankelijk is (...) en het is de roeping van de mens zich naar dit normbesef, zo zullen wij het noemen, te richten. (Van Praag, 1946, p. 4)

Hierbij spelen de termen 'goed' en 'kwaad' een belangrijke rol, die ook naar voren kwamen in Van Praags opvatting van de menselijke natuur.

Op gevoel vertrouwen of zaken goed op een rij zetten en weloverwogen kiezen

Voor Rosenberg is het criterium op basis waarvan we (menselijkerwijs) kunnen oordelen en kiezen de vraag of een handeling het leven wel of niet 'verrijkt' – dat wil zeggen: of die onze menselijke behoeften vervult. Van Praag is minder optimistisch; volgens hem is een goed ontwikkeld waardebef nog geen garantie voor moreel gedrag. Hij

verwacht dat mensen vaak eerder zullen kiezen voor eigenbelang dan voor het goede: 'Het is wel zo dat de meeste mensen niet bereid zijn een moreel dilemma onder ogen te zien, als het strijdig is met hun belang' (1978, p. 121).

Begeleiders die uitgaan van Rosenbergs visie zullen de cliënt aansporen de eigen werkelijke behoeften als uitgangspunt te nemen voor hun handelen en te vertrouwen op hun natuurlijke verlangen om te 'geven vanuit het hart' en het leven te verrijken. Achter schijnbaar egocentrisme zou bijvoorbeeld een behoefte aan vrijheid kunnen zitten. Volgens Van Praags visie is het komen tot een juist oordeel eerder een worsteling, een zoeken met valkuilen als toegeven aan egoïsme en eigenbelang. Vanuit deze visie zal het interpreteren van het verhaal van de cliënt in termen van goed en kwaad onderdeel zijn van de begeleiding. Hoewel Van Praag een niet-veroordelende houding van de begeleider naar de cliënt voorstaat, zal deze 'aan een oordeel niet altijd kunnen ontkomen' (1978, p. 223). Als begeleider kun je je afvragen hoe je oordeel eruitziet en wat voor invloed dit heeft op de veiligheid binnen het begeleidingscontact, die nodig is zodat de cliënt met zijn verhaal durft te komen.

Vrijheid en verantwoordelijkheid

Als we niet denken in termen van goed en fout, en we mogen varen op onze behoeften en vrije wil, wat doet dat dan met onze verantwoordelijkheid?

Over de vraag in hoeverre een mens verantwoordelijkheid dient te nemen lijken Rosenberg en Van Praag het in eerste instantie met elkaar eens te zijn. Net als Van Praag benadrukt Rosenberg dat ieder mens verantwoordelijk is voor al zijn gevoelens, gedachten, behoeften, verlangens en daden en dat het oneigenlijk is deze verantwoordelijkheid buiten jezelf te leggen: bij de ander of bij God.

Rosenberg zegt: *human beings were not meant to be slaves* (2005, p. 131), waarmee hij wil zeggen dat we niet bedoeld zijn om te leven volgens wat 'zo hoort' of 'zou moeten', of deze boodschap nu van binnen of buiten onszelf komt. Daar zou Van Praag het direct mee eens zijn; volg niet klakkeloos anderen maar denk voor jezelf.

Als we echter kijken naar de vraag hoeveel vrijheid de mens heeft bij het nemen van verantwoordelijkheid lopen de visies van Rosenberg en Van Praag toch uiteen. Rosenberg gelooft dat alles uit vrije wil kan gebeuren en dat 'niets moet'; volgens hem hoeft het vervullen van eigen behoeften nooit ten koste te gaan van de ander. Bij Van Praag betekent vrijheid vooral keuzevrijheid bij het scheppend vormgeven van het eigen leven: 'Zijn vrijheid betekent geen vrijheid van de voorwaarden van zijn bestaan, maar de vrijheid óm die voorwaarden te hanteren' (Van Praag, 1978, p. 233). En bij dit vormgeven van het eigen leven speelt gehoor geven aan het morele besef een grote rol: vrijheid betekent dus niet dat alles kan en ook niet dat je niets zou hoeven.

Kijken we nog iets preciezer, dan blijken deze verschillen in visie op vrijheid ook weer niet helemaal onoverkomelijk. We hebben gezien dat geweldloze communicatie uitgaat van een meedogende natuur en waarden als verbinding, liefde, mededogen en autonomie nastreeft, waarden die ook bij Van Praag centraal staan. De vrijheid van 'niets moet' impliceert dus geen vrijblijvendheid of waardenneutraliteit. Wanneer je geweldloze communicatie gebruikt, verbind je je aan deze waarden.

Ook hier kunnen we ons afvragen wat de accentverschillen impliceren voor begeleiding: leg je nadruk op de verantwoordelijkheid van de cliënt voor eigen gevoelens en behoeften – en ga je ervan uit dat dat vanzelf een compassievolle houding naar anderen oplevert – of op de verantwoordelijkheid van de cliënt voor anderen volgens een gegeven moreel besef?

Conclusie

Iemand die aan geweldloze communicatie doet is daarmee nog geen geestelijk verzorger. Maar kan een geestelijk verzorger wel geweldloze communicatie toepassen? Uit de vergelijking tussen de morele visies blijkt dat geweldloze communicatie zich op spanningsvolle wijze tot het humanisme van Van Praag verhoudt. De belangrijkste spanningen hebben betrekking op de rede, op het kwade in de mens en op het tragische in menselijke levens, die Van Praag benadrukt tegenover behoeften en gevoelens, de fundamenteel mededogende

menselijke natuur en de maakbaarheid die bij Rosenberg een grote rol spelen.

Wat betekent dat voor geestelijk verzorgers die geïnspireerd zijn door het humanistische mensbeeld van Van Praag en die geweldloze communicatie willen toepassen in hun werk? Moeten zij de methode dan maar afschrijven omdat deze niet geheel samenvalt met de eigen levensbeschouwing? Wij geloven van niet en sluiten ons wat dit betreft bij Van Praag aan: ondanks zijn kritiek op de humanistische psychologie, geeft dit vakgebied de geestelijk verzorger volgens hem wel tools in handen om het humanisme in de praktijk te brengen en zo de overgang van beschouwing naar beleving mogelijk te maken. Met zijn beschouwingen geeft Van Praag op veel gebieden een veelzijdiger beeld van de mens en het leven dan Rosenberg, maar als het aankomt op praktijk geeft Rosenberg ons meer in handen om mee te werken.

Een bewust gebruik van geweldloze communicatie zou er dan als volgt uit kunnen zien: om te beginnen dient de geestelijk verzorger zich af te vragen wanneer gebruik van de methode de rede buiten spel zet. Het kan de cliënt zeker helpen om de eigen gevoelens en behoeften te onderzoeken, in het bijzonder als hij of zij in conflict is met zichzelf of anderen en zeker als die de schuld voor lastige situaties bij anderen legt. Deze geestelijk verzorger zal het echter niet bij de vragen 'wat voel je?' en 'wat zijn jouw behoeften?' laten, maar zal de cliënt ook vragen naar diens overtuigingen en deze onderzoeken. Hij zal helpen met het 'redelijk' onderzoeken van de gevoelens en behoeften: hoe verhouden ze zich tot hetgeen de cliënt wil nastreven, tot 'het goede' en zaken als eigenbelang, agressie of wreedheid?

Verder zullen humanistisch geestelijk verzorgers juist in situaties waarin tragiek of 'het kwaad' zich toont uiterst behoedzaam met de methode dienen te werken. In situaties waarin cliënten tegen existentiële grenzen van het bestaan oplopen – als ze geconfronteerd worden met verlies en eindigheid – kan het zeker helend zijn om oog te hebben voor de behoeften en verlangens van de cliënt en manieren te zoeken om hieraan gehoor te geven. Het is echter ook van belang om scherp te blijven op de vraag waar werken vanuit het maak-

baarheidsperspectief van geweldloze communicatie de tragiek van deze situaties buiten beeld houdt. Waar mensen elkaar fysiek geweld aandoen of dreigen aan te doen, kan het klakkeloos toepassen van de methode ervoor zorgen dat de vraag naar het kwaad in de cliënt en in mensen in het algemeen buiten beeld blijft – een vraag die Van Praag juist wezenlijk zou vinden.

Zoals iedere methode zal ook geweldloze communicatie sommigen aanspreken en anderen niet. Dit geldt voor zowel geestelijk verzorgers als de mensen met wie zij werken. In de afgelopen decennia is de methode voor begeleiders in diverse contexten aantrekkelijk gebleken. Geweldloze communicatie is een concrete en heldere tool om geweldloosheid en (zelf)compassie in de praktijk te brengen. De positieve en hoopvolle boodschap die ervan uitgaat inspireert veel mensen (ook gematigde optimisten) om hun idealen in praktijk te brengen. Ten slotte zet gebruik van geweldloze communicatie aan om gevoelens en verlangens een duidelijke plek te geven in begeleiding. Hoewel dit onderzoek naar morele visies dus geen definitief uitsluitend geeft over de bruikbaarheid van geweldloze communicatie, hopen we dat dit onderzoek geestelijk verzorgers wel helpt om kritischer en genuanceerder naar de mogelijkheden en beperkingen van deze methode voor hun eigen praktijk te kijken. Op een vergelijkbare manier zouden ook andere methoden op hun bruikbaarheid in geestelijke verzorging kunnen worden onderzocht. Vooral hopen we echter dat geestelijk verzorgers via dergelijk onderzoek hun eigen visie op het werk kunnen aanscherpen en hun inspiratie verlevendigen.

Jeannette Bakker is in 2014 afgestudeerd aan de Universiteit voor Humanistiek met een master richting Geestelijke begeleiding en Educatie. Op dit moment versterkt ze het team van geestelijk verzorgers bij GGZ Friesland. Haar scriptie is te downloaden op: <http://repository.uvh.nl/uvh/bitstream/handle/11439/145/Masterscriptie%20Geweldloze%20communicatie%20%26%20geestelijke%20weerbaarheid%20digitale%20versie.pdf?sequence=1>

Carmen Schuhmann werkt sinds 2008 als universitair docent praktische humanistiek aan de Universiteit voor Humanistiek. Daarvoor werkte ze als geestelijk verzorger bij Justitie.

Bronnen

- Agnew, E. (2012). 'Needs and Nonviolent communication in the religious studies classroom', *Teaching Theology & Religion* 15/3.
- Baesler, E.J., & S. Lauricella (2014). 'Teach Peace!: Assessing instruction of the nonviolent communication and peace course', *Journal of Peace Education* 11/1, 46-63.
- Barry, A. (2011). 'A Comparison of Clean Talk and Nonviolent Communication (NVC)', www.shadowwork.com/cleantalk-nvc.pdf (geraadpleegd op 11 mei 2015)
- Blake, S. (2002). 'A step toward violence prevention: Non-violent communication as part of a College Curriculum.' Master thesis, Florida Atlantic University.
- Christopher, J.C. (1996). 'Counseling's inescapable moral visions', *Journal of Counseling & Development* 75/1, 17-25.
- Derckx, P. (red.) (2009). *J.P. van Praag. Om de geestelijke weerbaarheid van humanisten*. Utrecht: Humanistische archief. Breda: Papieren tijger.
- Flack, C. (2006). 'The subtle violence of nonviolent language' *Cross currents* 56/3.
- Foucault, M. (1997). *Ethics: Subjectivity and truth. Essential works of Foucault, 1954-1984*, Vol. 1. London: Penguin Books.
- Gerritsen, M., & M. Vosselman (2012). 'Waarom ik?', *Maatwerk* 13/4, 15-17.
- Gerstein, L.H., Heppner, S. Aegisdottir, S.-M. A. Leung, & K.L. Norsworthy (2009). *International Handbook of Cross-cultural Counseling: Cultural assumptions and practices worldwide*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Hao, R.N. (2011). 'Critical compassionate pedagogy and the teacher's role in first-generation student success', *New Directions for Teaching and Learning*, issue 127, 91-98.
- Hulley, W.C. (2006). *Mindful counseling: Nonviolent communication as a Mahayana skillful means*. Department of Religious Studies. Boulder, Colorado, USA, Naropa University. Master thesis.
- Jones, S. (2009). 'Traditional education or partnership education: Which educational approach might best prepare students for the future?' Master thesis Communication, San Diego State University, San Diego, CA (www.cnvc.org/aboutus/projects/nvc-research, gevonden op 18 maart 2014)

- Latini, T.F. (2009). 'Nonviolent Communication: A Humanizing Ecclesial and Educational Practice', *Journal of Education & Christian Belief* 13/1, 19-31.
- Little, M. (2008). 'Total Honesty/Total Heart: Fostering empathy development and conflict resolution skills. A violence prevention strategy'. MA Thesis, Dispute Resolution, University of Victoria, Victoria, B.C., Canada.
- Praag, J.P. van (1978). *Grondslagen van humanisme. Inleiding tot een humanistische levens- en denkwereld*. Meppel: Boom.
- Praag, J.P. van, J.C. Brandt Corstius, en G. Stuiveling (1946). 'Waarvoor leven wij?' *Levend humanisme*. Utrecht: Humanistisch Verbond.
- Rosenberg, M.B. (2012). *Geweldloze communicatie: ontwapenend, doeltreffend en verbindend*. Rotterdam: Lemniscaat.
- Rosenberg, M.B., & G. Seils (2007). *Gelijk hebben of gelukkig zijn? Gabriele Seils in gesprek met de grondlegger van het model voor geweldloze communicatie*. Groningen: de Zaak.
- Rosenberg, M.B. (2003). *Non-Violent Communication: A Language of Life*. Encinitas: PuddleDancer Press.
- Taylor, C. (1989). *Sources of the Self: The making of the modern identity*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Van Deusen Hunsinger, D. (2009). 'Practicing koinonia', *Theology Today* 66/3, 346-367.
- VGvZ. Beroepsstandaard voor de geestelijk verzorger in zorginstellingen. www.vgvz.nl/userfiles/files/Algemene_teksten_website/beroepsstandaard.pdf (geraadpleegd op 11 mei 2015).
- White, M., & D. Epston (1990). *Narrative Means to Therapeutic Ends*. New York: Norton.