

soonlijke verhalen en voldoende informatie, en het biedt aanwijzingen voor wie zelf een popdienst wil organiseren.

Bas Bakker, aalmoezenier bij de Koninklijke Landmacht te Halvelte. E-mail: bas@aw17.nl.

Susanne Kruids & Wouter Zuurbier,
**De biografie als medicijn (handleiding).
Coachen aan de hand van vier dimensies**

Amsterdam, LannooCampus, 2020
ISBN 978 94 014 6676 9

Is de geestelijk verzorger een coach? Die vraag riep *De biografie als medicijn* bij mij op. Het is een interessant en praktisch boek over coaching rondom zin en betekenis. Susanne Kruids en Wouter Zuurbier vinden een coach iemand die de ander helpt zich te ontwikkelen. De coach heeft respect voor de 'zelfsturing' van de cliënt. Vrijheid, autonomie en groei zijn de belangrijkste waarden.

Hun gespreksmethode levert een model waarin vier dimensies van het levensverhaal als bron van zingeving worden onderzocht. De fysieke kant van het menszijn (plekken, voorwerpen, spullen), de sociale kant (verbindingen, omgang met jezelf en de ander, gewoontes en patronen), de psychische kant (de krachten van de ziel, de verlangens, afkeer en voorkeuren) en de spirituele kant (waar ga je voor staan in het leven en waar word je door geleid). De auteurs doen steeds suggesties voor vragen die je zou kunnen stellen. Ze illustreren dat met voorbeelden uit de eigen praktijk. Die verhalen zijn overigens altijd erg mooi; de cliënten komen tot grootse inzichten en alles loopt goed af. Mijn eigen ervaring is dat de zoektocht naar zin ook heel pijnlijk, vermoeiend en frustrerend kan zijn. Dat krijgt in het boek niet de overhand – en dat is voor de topperige beroepsgroep van geestelijk verzorgers misschien ook wel goed!

De biografie als medicijn is dus een optimistisch en vitaal boek. En het is constructief; de psychische dimensie wordt bijvoorbeeld heel mooi samengevat met de zielenkrachten 'denken, voelen, willen, handelen en waarnemen'. Aan de coach wordt de suggestie gedaan om te kijken welke kracht de voorkeur heeft van de cliënt. En of een mogelijk eenzijdige focus, zelfkennis en ontwikkeling in de weg staat. 'Ziel' is voor veel mensen een ingewikkeld woord en deze handleiding biedt een handvat om er zicht op te krijgen. Aan de sessies gaat een eerste bijeenkomst vooraf, waarin de belangrijkste vraag van de cliënt wordt verkend. De coach moet in staat zijn om zijn cliënt weg te houden van waaromvragen en de blik minder op het verleden en meer op de toekomst te richten. Ook het slotgesprek heeft die insteek: wat valt er te oogsten en waarmee kan de cliënt verder aan de slag?

Geestelijk verzorgers zijn steeds meer coach op het terrein van zingeving – zeker. Vooral als ze werken binnen de eerste lijn en ingeschakeld worden door huisartsen of andere zorgprofessionals. Hulpverlening heeft daar sterk het karakter van interventie, is methodisch van aard en de tijd is altijd beperkt. Met dit model kan een geestelijk verzorger als hulpverlener goed uit de voeten. Mensen zullen ook oprecht blij zijn met het concrete karakter van deze zorg. Toch zijn geestelijk verzorgers niet alleen maar coaches. Ze komen immers vaak mensen tegen die weinig vrij, autonoom en zelfsturend zijn. Eerder kwetsbaar, afhankelijk en vaak bang.

De biografie als medicijn biedt hulp voor mensen die in staat zijn om te veranderen en nieuwe wegen te gaan. Mooi. Maar dat is niet iedereen gegeven. Gelukkig kunnen geestelijk verzorgers dan nog steeds iets bieden. Troost: een plek om te schuilen, de wonden te likken en voorzichtig het vertrouwen in het leven te hervinden.

Ben de Boer, geestelijk verzorger bij Arkin, GGZ Amsterdam. E-mail: ben.de.boer@arkin.nl.