

Thuiskomen

Tactiele communicatie en het opnieuw leren bewonen van lichaam en woonplek

Met behulp van de non-verbale mogelijkheden die een cliënt in de psychiatrie tot haar beschikking heeft, begeleidt de geestelijk verzorger in deze casus om een gevoel van thuis zijn, zich thuis voelen in een nieuwe woonomgeving te kunnen ervaren. Vanuit het Case Studies Project reflecteert de geestelijk verzorger op haar eigen handelen.

Thea Sprangers en Hanneke Muthert

DIT ARTIKEL BESCHRIJFT de begeleiding van de 65-jarige Mirjam die kampt met chronische psychotische klachten. Circa dertig jaar geleden werd zij in een psychiatrisch ziekenhuis opgenomen en nu woont ze op een seniorenafdeling binnen de woonbegeleiding van deze instelling voor ggz. Haar casus is met toestemming van een familielid beschreven en besproken in de ggz-onderzoeksgemeenschap van het Case Studies Project (Walton & Körver, 2017), een project waarbij geestelijk verzorger-onderzoekers onderzoek deden naar goede geestelijke verzorging binnen diverse werkvelden in de gezondheidszorg, defensie en justitie.

De geestelijk verzorger is een vrouw van zestig. Zij bewandelde de weg van psychiatrisch verpleegkundige naar geestelijk verzorger via een hbo-opleiding theologie. Aansluitend heeft ze zich ook geschoold in feministische theologie, morele counseling, moreel beraad en palliatieve zorg. Ze stelt zich ten doel te allen tijde een plaats van vertrouwen te bieden, en beoogt waar mogelijk mensen met elkaar en zichzelf in verbinding te brengen. Mirjam en zij kennen elkaar al sinds Mirjams opname.

Waar dikwijls woordrijke (hermeneutische dan wel rituele) competenties van geestelijke verzorgers belicht worden, staan in deze casus lichamelijke en non-verbale uitingen en handelingen centraal. Zowel het non-verbale appel als de aanvaarding van het tactiele aanbod hielpen Mirjam om zich na enkele interne verhuizingen opnieuw veilig(er) en meer thuis te voelen.

Deze fysieke focus is, als we *Intieme vreemden* van psychoanalyticus Paul Verhaeghe (2022) lezen, broodnodig, omdat we in de huidige tijd meer vervreemd zijn van ons lichaam dan goed voor ons is. Veel aandacht gaat uit naar onze sociale en culturele identiteit, die echter tot weinig duurzame zelfkennis leidt, omdat zij een weerspiegeling is 'van steeds tijdbonden idealen' (Verhaeghe, 2022, p. 38). Daaronder ligt een meer sta-



biele basis: ons lichaam, met een eigen temperament en een eigen basishouding tot anderen. Maar wat nu, als we ook van die meer stabiele basis vervreemd raken, doordat het lichaam tot passief object wordt van het krachtenveld in de omgeving? Dan wordt het nog lastiger ons lichaam en daarmee ook onze omgeving te bewonen. Deze casus illustreert wat vervreemding bewerkstelligt en hoe dit ten dele gekeerd kan worden.

Verhuizingen

In september 2017 wordt de geestelijk verzorger door de persoonlijk begeleider van Mirjam benaderd vanwege een moeizaam verlopend rouwproces na het overlijden van haar moeder. Kort daarna wordt Mirjam overgeplaatst naar een andere afdeling, om na vier maanden nogmaals intern te verhuizen. Bij de eerste bezoeken rea-

geert Mirjam in gesprek met de geestelijk verzorger met korte zinnen (en met oogcontact), maar dat verandert na enkele verhuizingen naar andere afdelingen, met steeds ook weer nieuwe begeleidende teams. Mirjam voelt zich duidelijk niet thuis op haar nieuwe woonplek, wat zij uit door nauwelijks nog met woorden te spreken en (diep) onder haar dekbed op een matje of een schapenvachtje op de grond te gaan liggen.

Door de rouw en het afscheid van haar verworven omgeving raakt Mirjam de grond onder haar voeten kwijt. Een verlies waar ze letterlijk geen woorden voor heeft en waardoor ze steeds meer in zichzelf gekeerd raakt. Dit maakt dat de geestelijk verzorger zich in het contact richt op een nieuwe start. Het doel is weer te kunnen vertrouwen, zich weer veilig te voelen binnen de nieuwe situatie, met en ondanks het verlies

van haar moeder en de verpleegkundigen door wie zij zich al die jaren gesteund weet en die haar vertrouwd zijn. Daarbij kan de geestelijk verzorger gebruikmaken van haar jarenlange ervaring en vertrouwdheid met deze instelling. Om het met Bru (2008, p. 11) te zeggen: 'Relaties zijn niet gegeven. Ze ontstaan en worden gevormd.'

In deze casus staan lichamelijke en non-verbale uitingen en handelingen centraal

Tijdens de bezoeken zijn er vaak momenten waarop Mirjam aangeeft pijn te hebben. Dan keert ze in zichzelf, met gesloten ogen, en reageert niet langer op een vraag of een hand op haar hand. De pijn uit zich ook in haar mimiek, in de manier waarop ze kijkt en haar mond vertrekt. Op zulke momenten lijkt Mirjam helemaal in de pijn op te gaan. De geestelijke verzorger benoemt het zien van die pijn steeds weer, want pijn kost veel energie en kan je helemaal in de greep hebben. Levinas zegt hierover: 'De pijn maakt mijn bestaan als zingever ridicuul. Ik ben in mijn lijden niet meer begrijpend, niet meer grijpend als bewustzijn, maar omgekeerd heeft de pijn mijn bewustzijn in de greep. De pijn belemmert niet alleen mijn vermogen om te handelen, maar pint mij ook vast. Hij trekt alle aandacht naar zich toe, zodat ik geen ruimte meer heb voor iets anders of anderen' (Keij, 2012, p. 63).

Het zien van de pijn en het kenterende gedrag van Mirjam doen een appel op de geestelijk verzorger. Ze vraagt zich af op welke manier ze Mirjam zou kunnen bijstaan. Haar antwoord is: proberen er met regelmaat voor haar te zijn. Door regelmatig bij haar langs te gaan, probeert ze een ervaring van herkenbaarheid, vertrouwdheid en veiligheid te waarborgen. Ze doet dat vanuit

een verantwoordelijkheid die Levinas heeft gedefinieerd als 'mijn gevoeligheid voor de problemen van anderen' en een ethisch appel als 'absoluut gebod' (Keij, 2012, p. 77). Als reactie volgt de wil, de bewogenheid en de plicht om met deze gevoeligheid daadwerkelijk iets te doen.

Dit betekent dat de geestelijk verzorger na moet denken over wat Mirjam in haar ogen in deze nieuwe situatie nodig heeft. In het er voor Mirjam willen zijn, de bewogenheid en het appel, draait het voor de geestelijk verzorger om het erkennen van de waardigheid, het welzijn en het bestaansrecht van Mirjam. Vergelijk ook Viktor Frankl (2018, p. 125) die stelt dat de betekenis van het bestaan gepaard gaat met het aanvaarden of het verwerpen van een aanbod: 'Wanneer ik stel dat de mens wordt getrokken door waarden, wil ik er nadrukkelijk op wijzen dat dit steeds gepaard gaat met vrijheid, namelijk de vrijheid van een mens tot aanvaarding of verwerping van een aanbod, dat wil zeggen, een potentiële mogelijkheid tot aanvaarding of verwerping.'

Wanneer de geestelijk verzorger bij binnenkomst enkel woorden spreekt, reageert Mirjam in eerste instantie niet en blijft ze met gesloten ogen onder haar deken liggen. Door bij haar op de grond te gaan zitten en een hand op haar hoofd of haar hand te leggen, 'piept' haar hoofd toch onder de deken vandaan en kijkt ze de geestelijk verzorger aan. Soms gaat die blik gepaard met een glimlach. Wanneer er oogcontact is, reikt de geestelijk verzorger haar de handen, die Mirjam telkens weer zonder aarzelen vastpakt. De geestelijk verzorger merkt dat Mirjam altijd positief reageert op tactiele nabijheid. Het op deze wijze aangeraakt worden, lijkt haar iets van herkenning of houvast te geven.

Zwijgen

Frankl (2018, p. 149) stelt ook dat op het moment dat mogelijkheden binnen het leven gerealiseerd worden, ze deel gaan uitmaken van het verleden en daarmee in zekere zin

onvergankelijk worden; ze blijven onherroepelijk bestaan. Denk ook aan de huid – ons grootste zintuig – als herinneringsdrager. Opdat Mirjam meer vertrouwd raakt met haar nieuwe woonplek, zoekt de geestelijk verzorger in het zwijgen naar tastbare ruimte binnen Mirjams belevingswereld. Predikant, verhalenverteller en beeldend kunstenaar Stephan de Jong (2011, p. 155) schrijft: ‘Soms is het mysterie van het bestaan te groot voor woorden, schiet taal te kort en rest er niets dan samen te zwijgen.’ De Jong verwijst daarmee naar het Bijbelboek *Job*. Job zwijgt op het moment dat alles verloren is. Wij als mens zijn immers geen God en kunnen niet altijd begrijpen waarom de dingen zijn zoals ze zijn.

Met de gedachte dat zintuiglijke herinneringen en belevingen uit het verleden ‘als een voetspoor in het zand kunnen zijn’ en zo bijdragen aan een positiever ervaren van het heden, blijft de geestelijk verzorger geduldig, gedurende een half jaar, concrete dingen op haar kamer benoemen. Ze kamt Mirjams haren als zij zwiingend haar vlecht in de lucht houdt, reikt haar een kop koffie aan of zet vertrouwde muziek (bijvoorbeeld van Herman van Veen) op en neuriet zo nu en dan ook mee.

Tijdens een bezoekmoment zijn er in de algemene activiteitenruimte ezeltjes op bezoek. De geestelijk verzorger is bekend met het aanvoelen van deze dieren en vraagt zich af hoe Mirjam op de dieren zal reageren. Ezels hebben een haast vanzelfsprekende natuurlijke warmte, rust en aandacht over zich. Met de gedachte dat Mirjam deze warmte, rust en aandacht zo gegund is, vraagt de geestelijk verzorger aan de activiteitenbegeleidster of het de ezeltjes ook bij Mirjam langs kunnen gaan. Haar reactie op de dieren is meer dan de moeite waard: zodra de ezeltjes haar kamer binnenlopen, keert ze zich letterlijk naar hen toe, voelt ze zich zichtbaar (aan) geraakt en geeft ze daar uiting aan door ze zachtjes in de oren te fluisteren.

De geestelijk verzorger merkt gedurende de maanden van begeleiding, net als de andere begeleiders, dat het een heel traject is om Mirjam zo ver te krijgen om op een matje of matras te gaan liggen (in plaats van op de koude grond) of in een stoel te gaan zitten. Door het verlies van veiligheid en vertrouwen trekt ze zich in de eerste weken terug in haar eigen wereld, reageert ze angstig of met pijn op bijna elk geluid van de omgeving en praat ze nauwelijks. Dit

Via de tactiele nabijheid
kan de geestelijk verzorger
present zijn

verandert naarmate de tijd vordert en ze zich weer meer vertrouwd voelt. Het zoeken naar ruimte in het zwijgen, naar ruimte in Mirjams belevingswereld, draagt daaraan bij. Dat leidt geleidelijk tot een meer open blik, een knipoog zelfs. Soms gaat ze op haar stoel aan tafel of bij het raam zitten; ze praat wat vaker, haar blik is opener en ze kan weer meer om zich heen kijken.

Ethisch appel

De geestelijk verzorger wordt geraakt, voelt compassie en verantwoordelijkheid door de kentering in het gedrag van Mirjam dat mede door verhuizingen ingegeven is. Mirjams verhaal doet een ethisch appel op de geestelijk verzorger, misschien mede doordat de geestelijk verzorger en Mirjam elkaar al dertig jaar kennen. Met herkenbare signalen en vertrouwde gebaren probeert de geestelijk verzorger Mirjam uit te nodigen op veilige wijze haar nieuwe ruimte te gaan bewonen. In dat samenzijn vanuit beweging en bij het appel draait het voor de geestelijk verzorger om zorg, waardigheid en erkenning, zodat Mirjam wordt gehoord en gezien (Baart & Van Heijst, 2003) en ze in de ruimte tot haar recht kan komen.

Voor Mirjam wordt dat tastbaar in het moment waarop ze de ezeltjes in de oren fluistert, haar hand op die van de geestelijk verzorger legt en bij het kammen van haar haren. Via de tactiele nabijheid kan de geestelijk verzorger present zijn. In deze nabijheid lukt het Mirjam meer en meer om thuis te geraken, eerst in haar lichaam en vervolgens ook in haar woonruimte.

De onderzoeksgemeenschap benoemt bij deze casus een aantal 'critical issues', dat wil zeggen, zaken die er wezenlijk toe doen maar ook vragen of een kritische houding oproepen. De belangrijkste betreft precies het aanraken. Op welke manieren kun je de spirituele, existentiële dimensie vormgeven in het fysieke contact? Waar ligt de grens in dit contact? Weet je en/of voel je wanneer je weer kan of moet loslaten? Wat kun je veilig interpreteren als het over het fysieke gaat? Hoe doet ook gender ertoe?

Op welke manier kun je de spirituele, existentiële dimensie vormgeven in het fysieke contact?

In het contact tussen Mirjam en de geestelijk verzorger is er geen sprake van agressie, waar zich dat wel voordoet bij andere zorgverleners. De wijze waarop en wanneer je aanraakt, luistert nauw. De geestelijk verzorger reikt haar de handen; dit wordt ontvangen. Door de druk van de handen weet de geestelijk verzorger wanneer ze vast moet houden of los moet laten. Maar ook moet opgemerkt dat waar de geestelijk verzorger na het bezoek weer naar elders vertrekt, begeleiders urenlang op deze woning verblijven en andere taken hebben (zoals de dagelijkse verzorging).

Een tweede issue betreft de ureninzet. De geestelijk verzorger bezoekt Mirjam gedu-

rende twee jaar om de week een uur; dat vraagt tijd. Het vraagt ook om kijken, luisteren, het samen volhouden, samen stil zijn, om ... niets. Is dat des geestelijk verzorgers? De onderzoeksgroep verwijst naar aanleiding van deze vraag naar het gedicht 'Ziekenbezoek' van Judith Herzberg.

Met dank aan de ggz-onderzoeksgemeenschap van het Case Studies Project: Arnoud van der Mheen, Monique van Hoof, Irene Plaatsman van der Wal, Marie-José van Bolhuis, Jacqueline Weeda, Berthilde van de Loosdrecht en Ruud Jellema en ten slotte Martin Walton en Sjaak Körver, de coördinatoren van dit onderzoek.

T. Sprangers is geestelijk verzorger bij GGz Breburg. E-mail: t.sprangers@ggzbreburg.nl. Prof. dr. J.K. Muthert is adjunct-hoogleraar godsdienstpsychologie met bijzondere aandacht voor geestelijke verzorging en welzijn bij de Rijksuniversiteit Groningen en was voorzitter van de onderzoeksgemeenschap GGZ.

Literatuur

- Baart, A. & Heijst, A. van (2003). Inleiding: een beknopte schets van de presentietheorie. *Sociale Interventie*, 12 (2), 5-8.
- Bru, D. (2008). *Horen, verstaan en uitwisselen in professionele gespreksvoering*. Amsterdam: Humanistics University Press.
- Frankl, V.E. (2018). *De zin van het bestaan*. Rotterdam: Donker.
- Herzberg, J. (1997). *Doen en laten*. Amsterdam: Muntinga.
- Jong, S. de (2011). *De kleine weg en het grote geluk*. Vught: Skandalon.
- Keij, J. (2012). *Levinas in de praktijk*. Zoetermeer: Klement & Pelkmans.
- Korver, S. & Walton, M.N. (2017). Dutch Case Studies Project in Chaplaincy Care: a description and theoretical explanation of the format en procedures. *Health and Social Care Chaplaincy*, 5 (2), 257-280.
- Verhaeghe, P. (2022). *Intieme vreemden*. Rotterdam: Lemniscaat.