



Achtergrond

*Het begeleiden van cliënten met een migratie-
geschiedenis*

Dubbele loyaliteit, dubbele identiteit

Identiteit is geen statische of gestolde eenheid. Het is veeleer een organisch veranderende, steeds in beweging zijnde systemische notie. Nergens is dat beter te zien dan bij migranten, die, huis en haard achterlatend, ook deels hun 'oude' identiteit achterlaten en de ontstane ruimte met wezenlijk nieuwe elementen vullen. Met de fysieke reis die migranten afleggen, leggen ze ook een reis in hun identiteit af. Identiteit kan als het ware terugblikkend begrepen worden en is het resultaat van een achterwaartse reis, naar plekken, mensen en gebeurtenissen waar we al geweest zijn.

I've been driven so far from home and motherland
 I buried my soul deep in the desert sand
 I'm just a foreigner, a shadow of a man
 Homeless like the wind I leave
 No tracks
 No trace
 No memory

Trinity

.....
Leona Aarsen & Jakob van Wielink

Als wij, counsellors, cliënten ontvangen die op enig moment in hun leven met migratie te maken hebben gehad, is het van belang zicht te krijgen zowel op de fysieke als de identiteitsreis die ze gemaakt hebben. Door stil te staan bij hun levensverhaal, wordt zichtbaar welke eerdere ingrijpende veranderingen en verliezen hun identiteit hebben gevormd en welke verhalen ze over zichzelf vertellen. We zijn immers ons eigen verhaal; daarin ligt besloten wie we zijn en wie we nog kunnen worden.

De vragen waarmee cliënten met een andere culturele achtergrond komen, kunnen niet los gezien worden van het verlies van 'toen en daar' en de mate waarin rouw daarover heeft mogen of kunnen plaatsvinden. Welke betekenis heeft het verlorene voor de cliënt en welke *secure bases* zijn als anker aanwezig in het hier en nu?

Gespleten

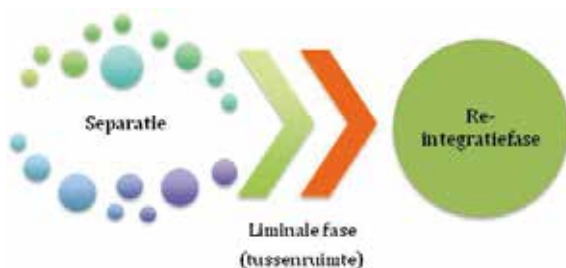
Achttien jaar geleden zette ik voet op Nederlands bodem. Jong, verliefd en hoopvol over mijn toekomst. Vastberaden was ik om te slagen, om me daartoe aan te passen en alles te leren wat er te leren viel. Na de onbezorgdheid van de huwelijksreis viel het Nederlandse leven in al zijn facetten en met zijn complete

anders-zijn op me. De taal (en fietsen) lerend, wennend aan groenten die ik nooit eerder in mijn leven gezien had, mezelf vooruit manoeuvrerend in gebruiken die de mijne niet waren, had ik geen tijd om stil te staan bij de vraag wie ik in deze nieuwe context was. En of mijn identiteit hier en nu in deze nieuwe context, dezelfde was als daar en toen in mijn geboorteland.

Jaren later drong de vraag zich met alle geweld aan mij op. Wie was ik, losgerukt van mijn wortels, eigen rituelen verlaten hebbend, met een nieuw aangemeten bestaan? Hoe viel er te leven met de gespletenheid van een dubbele moraal: aan de ene kant wij, samen, paard en wagen op hobbelige zandwegen, bescheiden, respectvol, nederig, behoedzaam, gehoorzaam, wantrouwend en beknot (want geworteld in het communisme) en aan de andere kant het ik, autonoom, initiatiefrijk, vrij (en daarmee tegelijkertijd onveilig), succesvol, assertief, van alles willend-eisend-zelfontplooiend? Waarmee kon ik mijn verraad rechtvaardigen als er geen ruimte over bleek te zijn voor het andere, als het oude tegelijkertijd het mindere en abnormale was? Hoe kon ik speelruimte creëren en een nieuw verhaal vertellen dat weliswaar geënt was op het oude, maar toch nieuw en daarmee geheel eigen was?

Een paradox: kiezen voor iets nieuws en rouwen om wat verloren ging

Het verhaal van Leona laat zien dat iedere verandering begint met een einde. In het geval van migratie gaat het over meerdere, gelaagde einden, die in de loop van de tijd om aandacht en voorrang vragen. Daarmee is migratie een bijzondere vorm van een levensfaseovergang. Tussen het oude en het nieuwe ontstaat een transculturele ruimte: de cliënt heeft iets achtergelaten, maar weet nog niet helemaal hoe verder te gaan, waar of aan wie hij zich kan hechten of vast kan klampen voor veiligheid. Er zijn drie fasen te onderscheiden in deze transitie: die van separatie, de liminale fase (die een soort tussenruimte of 'niemandslaan' is) en de re-integratiefase (figuur 1).



Figuur 1. Drie fasen van transitie (Van Bekkum, 1996)

Dubbele loyaliteit, dubbele identiteit

Een cultuur of een systeem is een vorm van betekenisgeving aan het leven. Het bekende van deze cultuur zorgt voor orde en veiligheid. De interactie met anderen en de spiegel van de omgeving bepalen onze identiteit. Door de erkenning van anderen weten wij wie wij zijn. Taal en verhalen die anderen over ons en wij over onszelf vertellen, zijn het vehikel waarop identiteit steeds gevormd en bijgesteld wordt.

Het bekende verlaten betekent daarmee ook per definitie (enige mate van) chaos en vervreemding. In een nieuwe omgeving terechtkomen, waarbinnen het individu zich niet verstaanbaar kan maken, waar hij anders is en daarmee buiten het bekende en geaccepteerde valt, maakt hem tot een vreemdeling. Ontmoetingen met anderen zijn niet meer vanzelfsprekend. Een gezamenlijke taal, waarmee erkenning en acceptatie gebracht en ontvangen kunnen worden, is dat evenmin.

De liminale fase is een fase van zoeken naar de betekenis en naar de zin van de wanorde in en om het individu heen, of tenminste naar een antwoord op de vraag hoe met die verandering om te gaan. In deze 'tussenruimte' is er sprake van een voortdurend pendelen tussen het oude en het nieuwe. Men kan zich mentaal en emotioneel moeilijk losmaken van het systeem van herkomst. Aan de ene kant is er, als gevolg van de hechting, het verlangen om verwevenheid te behouden en te voelen met de herkomstcultuur. Aan de andere kant is er nadrukkelijk de behoefte om een eigen plek te krijgen in het nieuwe systeem, om erbij te horen. Het heen en weer pendelen (soms letterlijk) leidt tot een dubbele loyaliteit. Daarmee kan er sprake zijn van een dubbele (sociale) identiteit, vanwege de identificatie met twee (vaak zeer verschillende) systemen. De liminale fase vraagt om – en biedt ruimte voor – herordering van loyaliteiten, bindingen en emoties.

Zelfs als de cliënt er zelf voor heeft gekozen om zijn thuisland te verlaten, zijn er twee aspecten van transitie aanwezig. Aan de ene kant is er sprake van een verrijkend element: er wordt gebouwd aan een nieuwe toekomst, waar vaak reikhalzend naar is uitgekeken. Anderzijds is er sprake

van verlies: de eigen cultuur en referentiekaders, familie en vrienden worden achtergelaten. Ook als er sprake is van een eigen keuze voor migratie, vraagt dit aandacht voor de transitie (in de vorm van overgangsrитуelen) en voor de rouw die met het verlies gepaard gaat. Door de hoeveelheid aan (nieuwe) bewegingen verdwijnt dit vaak naar de achtergrond.

Duaal Proces Model

Het Duaal Proces Model is een mooie weergave van het heen en weer pendelen en de oriëntatie op het oude (en het verlies ervan) en op het nieuwe (het herstel en re-integratie). Dit model doet recht aan de grilligheid van de transitie en onderkent de complexiteit van het omgaan met een verlies. De cliënt zal herkennen dat hij heen en weer geslingerd wordt tussen beide oriëntaties.

Als het verlangen om bij het nieuwe te horen de loyaliteit naar het oude overschaduwt (een eenzijdige oriëntatie op herstel), zonder dat er bewust gerouwd om en afscheid genomen is van het oude, kan er een identiteitscrisis ontstaan, doordat er geen brug geslagen wordt tussen het oude en het nieuwe. Dit uit zich bijvoorbeeld in een wat wankelend zelfbeeld dat gecompenseerd wordt door juist een (te) sterke presentatie van zekerheid naar de buitenwereld.

Als het nieuwe dermate bedreigend en onveilig is, dat men geneigd is zich vast te klampen aan het oude (een eenzijdige oriëntatie op het verlies), kan het ertoe leiden dat het individu een vesting van eigen waarden, normen en opvattingen om zich heen gaat bouwen. Er ontstaat dan een negatieve houding ten aanzien van het



Figuur 2. Duaal Proces Model (Stroebe & Schut, 1999)

nieuwe land. Ook zal de cliënt er moeite mee hebben om mensen te vertrouwen. Hoe groter de verschillen in wereldbeelden en werkelijkheden tussen het land van herkomst en het nieuwe thuis, hoe lastiger het is om tot een nieuw evenwicht te komen en om een nieuwe, geïntegreerde identiteit te vormen.

Hoe de cliënt met afscheid, overgangen en teleurstellingen omgaat, is grotendeels ingegeven door de lessen die hij leerde tijdens het uitreiken naar en ontvangen van primaire secure bases.

Secure bases als (nieuwe) ankers

Als we opgroeien zijn we voor ons overleven fysiek en mentaal afhankelijk van hechtingsfiguren. Primair zijn dat de ouders en verzorgers/opvoeders. Door hun betrouwbare aanwezigheid en hun beschikbaarheid, leren we ons hechten en veilig voelen. Als we verder opgroeien, zullen ook anderen als hechtingsvoorbeelden gaan dienen. Denk daarbij onder meer aan familieleden, vrienden (van de familie), docenten, sportcoaches, geestelijken en leidinggevendenden op het werk. Naast de primaire hechtingsfiguren dienen ook zij als secure bases.

Een secure base is *“a person, place, goal or object that provides a sense of protection, safety and caring and offers a source of inspiration and energy for daring, exploration, risk taking and seeking challenge”* (Kohlrieser, 2012, blz. 8).

In de ontmoeting met onze cliënten mogen we nieuwsgierig zijn naar momenten waarop secure bases niet of onvoldoende aanwezig waren. In deze perioden of op die momenten (soms slechts (heel) kort van duur) ontstonden de eerste verwondingen in de hechting. Eén van de manieren

waarop volwassenen antwoord daarop geven, is het vermijden van werkelijke intimiteit. De behoefte daaraan wordt dan op een andere (vaak destructieve) manier gecompenseerd.

Cliënten die met migratie te maken kregen, hebben zonder uitzondering secure bases achtergelaten of verloren. Hoe ging de cliënt daarmee om? Is er werkelijk afscheid genomen, zijn de ervaringen van rouw toegelaten en geïntegreerd in het ‘nieuwe’ leven?

Enkele tools voor de counsellor

De levenslijn

Als wij werken met cliënten, hanteren we vaak de levenslijn als ingang voor dialoog. Het is een buitengewoon krachtig en effectief hulpmiddel om (ook historisch) perspectief aan te brengen in de begeleidingsvraag. Op deze levenslijn vragen we cliënten momenten, gebeurtenissen en perioden te markeren op een schaal van +10 tot en met -10. ‘+’ staat hierbij voor vreugdevolle ervaringen en ‘-’ voor een teleurstellende of pijnlijke ervaring. Naast het markeren hiervan, vragen we om aan te geven wat en wie op deze lijn secure bases waren en wat hun betekenis is geweest.

De Transitiekring

Naast en in aanvulling op de levenslijn, hanteren we de Transitiekring (figuur 3) om in gesprek te gaan over de vraag op welke momenten er werkelijk afscheid is genomen en wanneer niet.

De begeleiding zal er altijd mede op gericht zijn de cliënt stil te laten staan bij scharniermomenten. Daar waar de begeleider zicht toegerust voelt, zal hij het proces van (alsnog) afscheid nemen en het toelaten van emoties daarbij faciliteren.

Dit proces dient ertoe om een nieuw verhaal mogelijk te maken. Een verhaal waarin alles wat geweest is, betekenis krijgt en waar ruimte gaat ontstaan voor werkelijke hechting aan nieuwe secure bases.

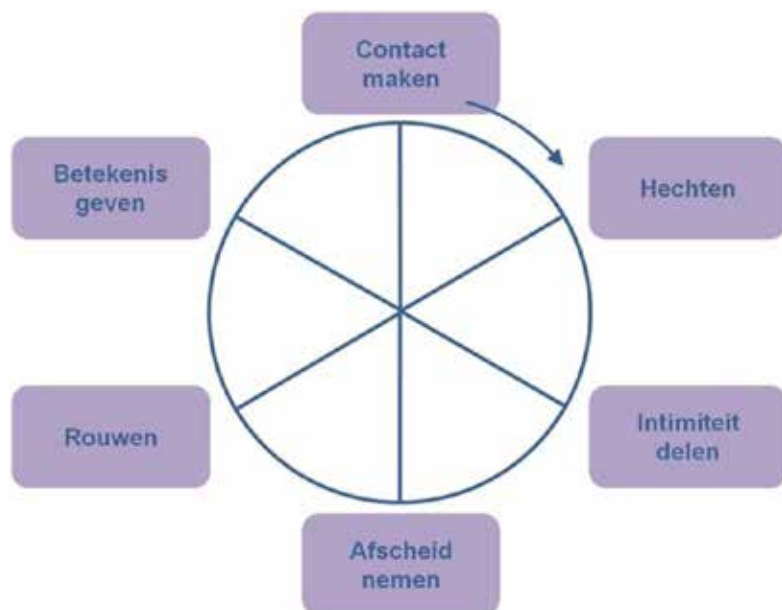
Het genogram

Naast de levenslijn en de Transitiecirkel, maken we graag gebruik van het genogram: een soort stamboom waarmee het gezin en de familie van herkomst van de cliënt in kaart gebracht wordt. Belangrijke familiegebeurtenissen (over een aantal generaties) zoals sterfgevallen, verhuizingen en verbroken contacten kunnen hierin worden opgenomen. Het genogram helpt om de levensgeschiedenis van de cliënt, ook vóór zijn geboorte, in kaart te brengen en inzicht te krijgen in loyaliteiten en secure bases op te sporen.

De counsellor als secure base

Bij het werken met cliënten met een migratie-achtergrond is het belangrijk voor de counsellor zijn eigen ik – voortkomend uit zijn achtergrond – niet te verabsoluteren, maar ruimte te scheppen voor een kwetsbare ontmoeting, waarbij zijn ik 'ik' blijft, evenals het 'ik' van zijn cliënt. Daar toe is het belangrijk dat hij:

- zich bewust is van eigen culturele bagage (opvattingen, normen en waarden, vanzelfsprekendheden, geschiedenis, doorgegeven waarheden);
- de culturele bagage van de cliënt leert kennen (migratiegeschiedenis, gezagsdragers, steunfiguren, opvattingen over religie, man-vrouwverhoudingen, arbeidsverhoudingen);
- eigen opvattingen en heilige huisjes kan en wil parkeren;



Figuur 3. Transitiecirkel (Jakob van Wielink en Leo Wilhelm, bron en bewerking: George Kohlieser, Wibe Veenbaas en anderen)

- zich wil verplaatsen in het perspectief van de ander;
- rekening houdt met verborgen dimensies; datgene wat onbekend, maar impliciet aanwezig is.

De counsellor kan, als secure base, de brug zijn tussen het oude en het nieuwe. Hij kan de cliënt faciliteren om het heen en weer pendelen als een zin- en betekenisvolle reis te ervaren. Door het anders-zijn van zijn cliënt te respecteren en met openheid tegemoet te gaan, is de counsellor de spiegel waarin de cliënt zijn nieuwe identiteit vorm kan zien krijgen. Zodat hij geen zwerver maar nomade kan zijn: steeds op weg naar iets nieuws, onderweg datgene meeneemend, wat hem verrijkt en voedt.

Referenties

- Banning, H., & Banning-Mul, M. (2005). *Narratieve begeleidingskunde: Hoe het gebroken verhaal professioneel te waarderen*. Soest: Nelissen.
- Bekkum, R., Tjin a Djie, K., Helberg, G., & Zwaan, I. (2009). Rituelen en beschermjassen: Omgaan met liminele kwetsbaarheden en rituelen in hulpverlening. In *Studiemap Europees Instituut 'Coaching & Counseling in context'*, 2011.
- Bowlby, J. (1988). *A Secure Base: Clinical Applications of Attachment Theory*. Londen: Routledge.
- Fiddelaers-Jaspers, R., & Wielink, J. van (2015). *Aan de slag met verlies: Coachen bij veranderingen op het werk* (5^e dr.). Utrecht: Ten Have.
- Jong, J. (red.) (2010). *Transculturele psychiatrie en psychotherapie: Handboek voor hulpverlening en praktijk*. Amsterdam: Pearson Assessment.
- Kohlrieser, G. (2006). *Hostage at the Table: How Leaders can Overcome Conflict, Influence Others, and Raise Performance*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Kohlrieser, G., Goldsworthy, S., & Coombe, D. (2012). *Care to Dare: Unleashing Astonishing Potential Through Secure Base Leadership*. San Francisco: Jossey Bass.
- Minkenbergh, E. (2015). Rouw bij migratie: Betekenisverklaringen rond rouwgerelateerde klachten. In J. Maes & H. Modderman (red.), *Handboek Rouw, rouwbegeleiding, rouwtherapie: Tussen presentie en interventie* (2^e dr.). Antwerpen: Witsand.
- Olthof, J. (2012). *Handboek narratieve psychotherapie voor kinderen, volwassenen en families: Theorie en praktijk*. Utrecht: De Tijdstroom.
- Stroebe, M., & Schut, H. (1999). The Dual Process Model of Coping with Bereavement: Rationale and Description. *Death Studies*, 23, pp. 197-224.
- Veenbaas, W. et al. (2007). *Passe-partout*. Utrecht: Phoenix Opleidingen.
- Wielink, J. van (2014). Kwetsbaar leven: Over desoriëntatie en heroriëntatie (interview met prof. Christa Anbeek). *Tijdschrift voor Coaching*, nr. 4, pp 6-11.
- Wielink, J. van, & Wilhelm, L. (2015). Ogen van de ander: De rol van de coach bij het helen van oude hechtingswonden. *CoachlinkMagazine*, mei.
- Zwaan, I., & Tjin a Djie, K. (2009). Verbinden in de transculturele ruimte: Beschermjassen. *Tijdschrift voor Coaching*, nr. 4, pp 34-37.



Leona Aarsen heeft een praktijk voor coaching en psychosociale therapie, *anderZverder*. Op een positieve, inspirerende en prikkelende manier biedt zij duurzame oplossingen voor bezieling en werkplezier. Burn-out en bevlogenheid vormen haar specialismen. Tevens is zij redacteur van *Counselling Magazine*. www.anderZverder.com



Jakob van Wielink is opleider en begeleider en publiceert veelvuldig over de thema's veerkracht, leiderschap en verandering. Hij begeleidt nationaal en internationaal mensen en organisaties bij het ontwikkelen van (persoonlijk) leiderschap en veerkracht. Jakob is als kerndocent 'Verliesbegeleiding' verbonden aan de Christelijke Hogeschool Ede en als executive coach aan het International Institute for Management Development (IMD) te Lausanne, Zwitserland. www.jakobvanwielink.com