



Maakbaarheid als het grote verhaal

Het verduren van het gebrek aan maakbaarheid

Sinds de traditionele (religieuze) ‘grote verhalen’ steeds meer onder druk zijn komen te staan, loopt de mens het risico om voor het toekennen van zin of betekenis op zichzelf teruggeworpen te worden. Met de actuele discussie over de ‘vrije wil’ en de morele implicaties wanneer ons bestaan op enige manier genetisch deterministisch of gepredetermineerd zou zijn (Van Wielink & Wilhelm, 2012), zijn die lege handen meer prangend dan ooit, wanneer we geconfronteerd worden met onze eigen behoefte aan zin- of betekenisgeving.

AUTEURS: KLAAS-JAN POS, JAKOB VAN WIELINK & LEO WILHELM

“Met het oog op kwetsbaar, breekbaar leven wordt de vraag hoe alles en iedereen optimaal tot zijn/haar recht kan komen van bijzonder belang. Het gaat nu niet meer alleen om zelfontplooiing of zelfhandhaving, maar ook om bescherming en verantwoordelijkheid voor elkaar. Maar er ligt nog een vraag voor: Hoe kunnen we onszelf in onze kwetsbaarheid aan elkaar laten zien? [...] Is het mogelijk om onze pijn aan de ander te tonen? En kunnen we het verdragen om een ander in zijn breekbaarheid te zien?” (Anbeek & De Jong, 2013, blz. 181)

Juist in de aanblik van een universele doel-loosheid en daarmee ook zinloosheid, wordt een mens in de confrontatie met de eigen kwetsbaarheid en gebrokenheid of met die van de ander, teruggeworpen op zichzelf en de eigen vermogens om zin (terug) te vinden waar die afwezig is of lijkt te zijn.

Er is echter een nieuw dominant groot verhaal binnen onze maatschappij opgekomen: de

mythe van de ‘maakbaarheid’ van geluk en het daarbij behorende dwingende karakter van ‘instant succes’. Hoewel onze samenleving op dit moment als participatiesamenleving wordt gepresenteerd, ligt daar als visie het stevige fundament van de zogenaamde ‘maakbare samenleving’ onder. Een visie die wij niet delen, want kwetsbare mensen aan de rand van de samenleving of in welke vorm van sociaal isolement dan ook, lopen groot risico buiten de boot te vallen.

Hoewel hulp op alle mogelijke manieren geïnstitutionaliseerd beschikbaar is, overheerst ook bij de hulpverlening meer en meer het economisch marktdenken in termen van investering en opbrengst, efficiency en effectiviteit; gemotiveerd en afgedwongen door overheid en zorgverzekeraars (Leader, 2011). Binnen de psychiatrie worden mensen met problemen gediagnosticeerd aan de hand van de ‘Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders’ waaruit dan de passende behandeling volgt. Vervolgens worden de behandelplannen via ‘Routine Outcome Monitoring’ verantwoord. Deze oorspronkelijk door GGZ-instellingen als kwaliteitssysteem bedoelde evaluaties, worden nu door zorgverzekeraars gebruikt als financieel drukmiddel om het resultaat van behandelingen te kunnen vergelijken en waar nodig instellingen bij te sturen ten aanzien van de behandelingen die gegeven (mogen) worden. Hulpverlening verloopt via welomschreven paden en protocollen; geëvalueerd en gecontroleerd.

Die standaardisatie van diagnoses en behandelingen heeft weliswaar een financiële aanleiding, maar is feitelijk een ontwikkeling gestaafd op de notie van maakbaarheid. Alsof vooraf vast te stellen zou zijn met welke behandeling het gebroken verhaal van de ander geheeld zou kunnen worden. Onze moeite zit in het toepassen van mallen op mensen, zeker op kwetsbare mensen. Zelf ervaren we steeds de druk van maakbaarheid, zowel van buitenaf door de maatschappij opgelegd, als van binnenuit de druk die we onszelf opleggen

vanuit onze behoefte om mensen nabij te zijn. We kunnen ons echter niet geheel aan de druk van maakbaarheid onttrekken. We hebben niet de luxe om onbepaald hulp te verlenen. Altijd komt de vraag naar de betaalbaarheid van onze diensten naar voren, ongeacht of de kosten door de zorgverzekeraar, de werkgever of de cliënt zelf gedragen worden. Ook hebben we om te gaan met en weerstand te bieden aan onze innerlijke stem die ons aanzet om ‘voortgang te boeken’ in het levensverhaal van de cliënt.

Het verhaal als drager van zin en betekenis

Als verhalende wezens hebben we de mogelijkheid om elkaar verhalen te vertellen en om elkaars verhalen te verstaan (Arendt, 1995). Dat narratieve proces van reconstructie van betekenis vindt plaats in onze sociale context: in interactie met anderen aan wie we ons ten diepste verbonden hebben. Juist in de aanwezigheid en bereidheid van de ander, in de ontmoeting, kan ons verhaal naar boven komen. Daar is natuurlijk wel wat voor nodig, zowel bij verteller als bij verstaander van het verhaal: een sfeer van veiligheid en vertrouwen, waarin het verhaal er mag zijn, perspectief en reliëf mag krijgen. Het verhaal zoekt dus als het ware een getuige, doet een beroep op het vertrouwen en het geloof van de toehoorder. De ander die we, als tegenover, zo nodig hebben in de relatie om onszelf en ons verhaal te kunnen definiëren (Derrida, 2000, Neimeyer, 2006).

“Het geloof in de maakbaarheid van het goede leven wordt in de eerste plaats ondermijnd door de confrontatie met een categorie vragen die slechts tot op beperkte hoogte oplosbaar zijn op basis van rationele kennis en professionele expertise. Het gaat hier om ‘trage’ vragen, vragen die intern verbonden zijn met ervaringen van eindigheid, oncontroleerbaarheid en onmacht.” (Kunneeman, 2009, blz. 17)

De verschillende niveaus van levensverhalen kunnen we zien als een ‘micro narratief’ van alledaagse gebeurtenissen, respectievelijk een

'macro narratief' dat een bevestiging vormt van de manier waarop we onszelf begrijpen. Door ervaringen van eindigheid of gebrokenheid, door gebeurtenissen in ons leven die onze zekerheden onderuit halen, worden deze narratieven ter discussie gesteld. Er treden breuken in de verhaallijn op. De uitdaging is om een overkoepelend verhaal te blijven construeren, waarbij de wijzigende micro narratieven steeds weer geïntegreerd worden in het macro narratief dat we nodig hebben om richting te geven aan ons leven (Neimeyer, 2005, 2006). Het betreffen complexe vragen die *"zich vrijwel altijd kenmerken door oneindige en in de tijd veranderende vragen of opdrachten. Het zijn vragen die regelmatig (terug)komen, die blijven, die voortdurend verschuiven"* (Coenen, 2014, blz. 27).

Met de moeite die we echter hebben om het zwakke geluid van ons micro narratief zelf te verstaan, kan de stap naar buiten toe, naar de ander, nog groter zijn. Maar al te snel zijn we

geneigd om de 'plek der moeite' (Kooistra, 1988) te vermijden. Dit gaat echter niet alleen op voor onze cliënten. Ook als begeleiders lopen we dit risico: dat we in confrontatie met het gebroken verhaal van de ander, onze eigen plek der moeite vermijden in onze gerichtheid om de ander te 'helpen'.

Presentie als essentiële voorwaarde

Steun mogen we vinden in de presentie(benadering).

"Karakteristiek voor de presentiebenadering is er zijn voor de ander; alles draait om de goede en nabije relatie (veel meer dan om het kost wat kost wegpoetsen van problemen), [...] om een soort voorzichtige traagheid en een zogeheten 'latende modus' van werken die ruimte geeft aan wat zich niet maken of afdwingen laat. [...] de presentiebeoefening [...] haaks staat op een cultuur van bedrijfsmatig gemodelleerde maakbaarheid [...]". (Baart, 2003, blz. 6).



Wanneer je als coach bereid bent ten volle aanwezig te zijn zoals je bent, schenk je de ander het vertrouwen dat diegene het waard is om ook volledig aanwezig te zijn

De inzet van presentie in een coachend of therapeutisch gesprek is het uitstralen dat de ander onvoorwaardelijk wordt geaccepteerd, omdat diegene inherent waarde in zich draagt. Juist ook gezien het belang van zelfacceptatie om te kunnen groeien en ontwikkelen, is het essentieel dat de begeleider toont dat de ander er mag zijn zoals diegene is. De ander krijgt als het ware toestemming om zichzelf te onderzoeken zonder voorbehoud en mag ervaren dat hij in het gesprek met de begeleider geen gevaar loopt om afgewezen of bekritiseerd te worden.

Dit laatste kan alleen wanneer de begeleider zelf ook present is voor zichzelf, alles wat zich in hem voordoet in de ontmoeting met de ander durft te accepteren en eventueel gebruiken in het gesprek met de ander, voor zover dit het therapeutisch gesprek dient. Wanneer je als coach bereid bent ten volle aanwezig te zijn zoals je bent, schenk je de ander het vertrouwen dat diegene het waard is om ook volledig aanwezig te zijn. Die ervaring op zich kan al helend zijn en binnen dat contact durft de ander zich mogelijk ook zelf langzaam te waarderen, zoals hij is.

“We kunnen dit werk alleen maar doen vanuit een liefhebbend hart en in contact met onze eigen verwondingen. We staan ten dienste van de heling door onze presentie, door aanwezig te zijn aan de overzijde van de rivier van verlies, pijn en trauma. Pas dan krijgt het zelfhelende vermogen van de cliënt de meeste ruimte om zijn helende werkt te doen. We hebben te verduren dat presentie het belangrijkste is wat we kunnen bieden.” (Fiddelaers & Noten, 2013, blz. 18, 19)

Een dergelijke ontmoeting is echter niet af te dwingen, niet ‘maakbaar’. Daar bestaan geen tools of trucs voor, alleen randvoorwaarden waarbinnen de ontmoeting zich zou kunnen afspelen. In die zin houdt een ware ontmoeting waarin heling kan plaatsvinden iets van een mysterie.

Dit staat haaks op de stroom, die binnen de coaching methodische maakbaarheid suggereert. We zijn ons bewust van het dilemma dat ontstaat als we een opdracht van de werkgever van onze cliënt krijgen: gaan we dan tegen de cliënt of de opdrachtgever zeggen dat wij geen garantie op succes te bieden hebben? Ten aanzien van de hulpvraag van de cliënt zal de uitdaging zijn om de kennis en ervaring van de begeleider in te brengen, luisterend naar het levensverhaal zoals dat op dat moment verteld wordt en tegemoetkomend aan wat nodig is om de coachende of therapeutische relatie verder te doen ontwikkelen. Hierbij sluiten we graag aan bij de transitie van een ‘methodisch regime’ naar een ‘ethisch arrangement’, waarbij wij het als onze uitdaging zien om recht te doen aan vaak tegenstrijdige, oneindige en onoplosbare eisen en verlangens (Coenen, 2014).

Het verlangen naar heelheid, een bij uitstek menselijke en universele aangelegenheid, maakt dat we het plot van ons verhaal willen kunnen schrijven. Ondanks alles. Die heelheid schuilt in de betekenis die we aan ons leven willen en kunnen toekennen; een betekenis die zich echter niet laat afdwingen. Die betekenis laat zich hooguit ontdekken wanneer je gericht op zoek gaat. Vanuit de overtuiging dat het leven inherent zinvol is, is het aan ons om antwoorden op de vragen van het leven te formuleren. Die ontdekkingstocht onttrekt zich aan de maakbaarheid (Frankl, 2011), maar als mens met een gebroken verhaal kun je je niet onttrekken aan die zoektocht: *“Zoals je rouw te nemen hebt, heb je ook ‘zin te nemen’, hoe moeilijk dit ook is. Betekenis geven is niet hetzelfde als zeggen dat verlies zinvol is geweest of dat je het verlies accepteert” (Fiddelaers & Noten, 2013, blz. 53).*

Aan ons de uitdaging om de ander nabij te zijn en te blijven op die zoektocht, vanuit onze eigen behoefte om zin te ervaren in de ontmoeting met de ander. Zonder pretentie, maar met presentie. ■

Klaas-Jan Pos is psychiater bij de GGZ Midden-Holland, onderdeel van Rivierduinen. Hij heeft speciaal belangstelling voor de behandeling van persoonlijkheidsproblematiek. Hij volgt op dit moment een opleiding in de logotherapie, gebaseerd op het werk van Victor Frankl.

www.ggzmiddenholland.nl

Leo Wilhelm is leidinggevende en coach, eerst in het bedrijfsleven en nu bij de rijksoverheid, met als expertise transitie-management. Hij heeft jarenlange ervaring als vrijwilliger in een hospice en geeft als gecertificeerd rouwbegeleider individuele en groepsgerichte rouwondersteuning. Samen met Jakob beheert hij de website www.verliesenrouwophetwerk.nl

Jakob van Wielink is redacteur van dit tijdschrift. Consultant, kerndocent en coach bij de Alba-academie (www.alba-academie.nl) en gastdocent 'Verliesbegeleiding' bij de Christelijke Hogeschool Ede. Daarnaast is hij auteur van verschillende boeken.

Literatuur

- Anbeek, C., & Jong, A. de (2013). *De berg van de ziel: Persoonlijk essay over kwetsbaar leven*. Utrecht: Ten have.
- Arendt, H. (1995). *Vita activa; de mens: Bestaan en bestemming*. Amsterdam: Boom.
- Baart, A. (red.)(2003). *Sociale interventie. Elsevier – Overheid, Jaargang 12, 2*. Den Haag: Reed Business Information.
- Baart, A. (2004). *Een theorie van de presentie*. Den Haag: Boom Lemma.
- Coenen, B. (2014). *Coaching de oorlog verklaard! Begeleidingskundig manifest voor de 21E eeuw*. Rotterdam: 2010 Uitgevers.
- Cozijnsen, B., & Wielink, J.P.J. van (2012). *Over de rooie: Emoties bij verlies en verandering op het werk*. Alphen aan den Rijn: Kluwer.
- Derrida, J. (2000). *Demeure: Fiction and testimony*. Palo Alto: Stanford University Press.
- Fiddelaers-Jaspers, R., & Noten, S. (2013). *Herbergen van verlies: Thuiskomen in het Land van Rouw*. Heeze: In de Wolken.
- Fiddelaers-Jaspers, R. & Wielink, J.P.J. van (2014), *Aan de slag met verlies. Coachen bij veranderingen op het werk*. Utrecht: Ten Have.
- Frankl, V.E. (2011). *De zin van het bestaan*. Rotterdam: Ad Donker B.V.
- Kooistra, J. (1988). *Denken is bedacht: De geschiedenis van de kwaliteit van het sociaal-wetenschappelijk denken in de 20^e eeuw*. Culemborg: Giordana Bruno.
- Kunneman, H. (2009). *Voorbij het dikke-ik: Bouwstenen voor een kritisch humanisme*. Utrecht: Humanistic University Press.
- Leader, D. (2011). *Het nieuwe zwart: Rouw, melancholie en depressive*. Amsterdam: De Bezige Bij.
- Neimeyer, R.A. (2005). Complicated grief and the quest for meaning: A constructivist contribution. *OMEGA, Vol. 52(1)*, 37-52.
- Neimeyer, R.A. (2006). Bereavement And The Quest For Meaning: Rewriting Stories Of Loss And Grief. *Hellenic Journal of Psychology, vol. 3*, 181-188.
- Wielink, J.P.J. van, & Wilhelm, L. (2011). Ben ik, vrij onverveerd? Over de vrije wil en de keuze om je talenten te ontplooiën. *Tijdschrift voor Coaching (4)*, 91-93.
- Wielink, J.P.J van, Wilhelm, L., & Wouters, P. (2012). Coachen op de grens van therapie. Over het dilemma van professionele afstand en menselijke nabijheid. *Tijdschrift voor Coaching, (2)*, 17-20.