

**In deze rubriek wil de redactie collegae aan het woord laten die aan de hand van een format hun groep beschrijven. Wilt u ook anderen laten delen in de doelgroep waarmee u werkt of uw specifieke werkwijze kenbaar maken, neem dan contact op met de redactie (nvgp@planet.nl) om het format aan te vragen.**

## Op zoek naar zin

Jos van der Leur is geestelijk verzorger bij GGNet en werkt voor Scelta, expertisecentrum voor persoonlijkheidsproblematiek.

Toen ik twintig jaar geleden aanklopte bij Scelta, expertisecentrum voor persoonlijkheidsproblematiek – toen nog De Venne, kliniek voor psychotherapie – ging de deur niet open voor een geestelijk verzorger. Het gevaar van een lek bij individuele gesprekken vond men te groot, en voor groepswork van een niet ter plekke ingewijde hulpverlener was geen ruimte. Maar ik bleef kloppen.

Op een themamiddag voor medewerkers liet ik stukken zien uit de film *Bad Lieutenant*. Daarin speelt Harvey Keitel de rol van weerzinwekkende politiemann die zijn vrouw vriendelijk begroet als hij thuiskomt en zijn kinderen 's avonds teder naar bed brengt, maar overdag een corrupte agent is, die vrouwen misbruikt, heroïne gebruikt en gokt. Het ging mij vooral om de scène waarin hij in een kerk tot een crucifix praat en zegt dat hij niet 'bad' is, maar 'weak'. Die scène laat namelijk zien hoe belangrijk levensbeschouwing is voor iemand van wie je het totaal niet verwacht. Toen ik een paar jaar geleden

Willen Jan Otten interviewde in het kader van Kerk en Kunst in de bibliotheek in Zutphen, vertelde hij dat precies deze scène voor hem heel belangrijk was in zijn overgang naar het katholieke geloof.

Voor mij opende deze film de deur naar Scelta. Een tijd later draaide ik mee in met de module Op zoek naar zin. Met dank aan de *Bad Lieutenant* als eyeopener.

Intussen draai ik al jaren vanzelfsprekend mee in de modulereeks, verwijzen diverse hulpverleners van Scelta cliënten naar mij, en werd onlangs op een themamiddag over de rol van religie in de hulpverlening op Scelta het belang van mijn aanwezigheid benadrukt.

## Context

Cliënten van zowel beide klinische afdelingen als van de deeltijd kunnen zich voor deze module inschrijven. Zes achtereenvolgende donderdagen komen de deelnemers gedurende twee uur bij elkaar. Halverwege is er een korte pauze.

We zitten in een kring zonder tafels en gebruiken afwisselend pennen en papier, een schrijfbord, beamer, cd-speler, of map met diverse afbeeldingen.

De eerste jaren was altijd een sociotherapeut aanwezig, die de bevindingen van de groep doorspeelde naar het team. De laatste jaren

begeleid ik de groep alleen, en schrijf aan het eind een verslag. Aan het begin maak ik duidelijk dat deze module geen behandeling is, maar wel momenten kan opleveren die voor de behandeling van belang zijn. Ik laat het aan hun eigen verantwoordelijkheid over daar iets mee te doen. Vooraf leg ik het doel uit: bewustwording van de eigen levensbeschouwing of kernwaarden, die kunnen plaatsnemen in een breder geheel van levensbeschouwingen, en leren kennen van en omgaan met levensbeschouwing van anderen. Ik maak tijdens de sessies aantekeningen. Aan het eind van de laatste sessie kijken we terug om te zien of er een (mogelijk voortgaand) proces is. Door de niet-therapeutische setting lijken cliënten zich vrijer te voelen en komt er doorgaans veel los.

Soms vragen cliënten na de module bij het behandelteam of ze individueel met mij gesprekken mogen aangaan. Meestal is dat geen probleem. Soms is er een contra-indicatie, bijvoorbeeld als een cliënt in de beginfase van de behandeling te veel tegelijk wil, of de neiging heeft te vluchten uit de groep. In de praktijk heb ik nog nooit een probleem gehad met een contra-indicatie, omdat de uitleg ervan mij overtuigt en doorgaans de cliënten ook, ook al hebben die soms wat minder geduld. Als mijn inbreng een zinnige aanvulling is, heb ik er alle vertrouwen in dat die vanzelf wel een keer aan bod komt.

### **Levensbeschouwelijk referentiekader**

Zingeving is een contradictio in terminis. Zin kun je een ander niet geven, zin kun je

hoogstens zelf vinden. Daarom heet de module Op zoek naar zin. Het referentiekader is levensbeschouwelijk. Naar aanleiding van zijn afscheidssymposium zei hoogleraar Psychiatrie Frank Koerselman dat de meeste somberheid ontstaat doordat mensen geen betekenis kunnen geven aan het leven dat zij leiden. Scelta heeft bewust ruimte geschapen voor de levensbeschouwelijke vraag naar betekenisgeving.

Mijn functie als geestelijk verzorger roept diverse beelden op bij cliënten. Voor sommigen is dat een vertrouwenspersoon, voor anderen iemand uit de wereld van de grote verhalen. Soms moet de groep eerst door een aantal vooroordelen heen over de geestelijke verzorger, als zou die als verlengstuk van de kerk alle gesprekken willen overgieten met een christelijke saus. Als duidelijk wordt dat Jaap van Heerdens *Wees blij dat het leven geen zin heeft* ook in mijn rugzak zit, is het ijs meestal snel gebroken.

De eerste keer begin ik met de stelling dat iedereen een levensbeschouwing heeft. Cliënten kiezen uit diverse afbeeldingen er een die het dichtst bij hen staat en een die het verst verwijderd is. Er is keuze uit bekende afbeeldingen als de elkaar bijna rakende vingers uit de Sixtijnse kapel, Rembrandts schilderij met de terugkomst van de verloren zoon, foto's van Anouk, een vlucht kraanvogels, een moskee, en een kandelaar met kaarsen. Maar ook uit non-figuratieve of onbekende als een man in een wit beschermepak met zaklantaarn in een atoomcentrale, een vrouw als engel in de sneeuw, een man die uit het raam staart

met het onderschrift 'ik geloof alleen op zondag in God', twee schaatsers achter een stoel, en Donald Duck die van achter een paal kijkt naar iemand die een universitair diploma krijgt.

Ook cliënten die van zichzelf denken dat ze geen enkele levensbeschouwing hebben, ontdekken levensbeschouwelijke kernwoorden als 'vrijheid', 'liefde', 'vragenderwijs' en 'mededogen' als ze de keuze voor hun afbeelding uitleggen aan de groep. De groepsleden vragen door op de gekozen afbeeldingen. Er zijn rondjes en iedereen komt aan de beurt.

Verdieping van de levensbeschouwing vindt plaats in de vijf volgende sessies over thema's als omgang met lijden, schuld en schaamte, diepe tegenstellingen in jezelf, bronnen in het bestaan en de dood. De context is telkens de brede zoektocht naar zin in het eigen levensverhaal en niet het inzoomen op de beperking. Motto onder de hele module is: zo goed mogelijk leren leven met de beperkingen in het bestaan. Je er niet door laten verlammen, maar ze ook niet ontkennen. Dat motto is ontleend aan het opschrift 'ken u zelf' op de tempel van Apollo in Delphi, waarmee bedoeld werd: wees je bewust van je beperkingen.

Er is een draaiboek, maar ik sta altijd open voor thema's die opkomen uit de groep. Op de laatste sessie kijken we terug naar wat de deelnemers tegenkwamen op de zoektocht naar zin. Vast onderdeel is de vraag voorwerpen of muziek mee te nemen die symbool staan voor bronnen die het leven zin geven. Dan verschijnen bijvoorbeeld een

kettinkje van oma, de foto van een poes, of muziek die werd gedraaid op de uitvaart van een dierbare.

Bij sommige thema's kijken we naar een passende film zoals *Samsara* of *Vier Minuten* bij de omgang met diepe tegenstellingen in jezelf, en *Blue* van Kieslowski bij de omgang met lijden. *Samsara* is een boeddhistische film waarin de keuze tussen klooster of vrouw een monnik verscheurt. In *Vier Minuten* zien we de harde en zachte kanten van zowel een jonge vrouwelijke gevangene als haar oude pianolerares. *Blue* verhaalt over het proces dat de vrouw van een componist doormaakt na een ongeluk waarbij haar man en dochttertje overlijden. Na de groepsdynamiek sluit ik aan met passende teksten uit filosofie, religie of literatuur. Behalve Theologie heb ik ook Literatuurwetenschap gestudeerd, en dus is er een brede bron.

### Groepsproces

Telkens is er de mogelijkheid om elkaar door te vragen over opmerkingen, keuzes of meegebrachte elementen. Het groepsproces is onder andere een meerwaarde omdat in het doorvragen blijkt dat zelfs de meest logische waarden en normen van de één voor iemand anders niet vanzelfsprekend zijn.

Wanneer een groep zelf met een onderwerp komt is daar ook ruimte voor, zoals de groep die zelf aangaf graag over de dood wilde praten, waarbij een groepslid voor het eerst uit haar dagboek over een suïcidale fase las, en de anderen daar op reageerden

met eigen belevingen. Voor alle deelnemers een intense, en ontroerend mooie fase doordat de moed kwetsbaarheid te tonen die komt uit wat in de Psalmen de *profundis* (uit de diepte) wordt genoemd, beloond werd met integere reacties van groepsleden die elkaar door de woestijn helpen.

In de meest geslaagde sessies kom ik alleen aan het eind met een enkele verbreding of verdieping zelf aan het woord. Maar ook moderne theologen blijven mensen van het woord en dus zeg ik meestal toch nog weer te veel.

### **Ruimte voor bewustwording**

Op zoek naar zin is eerder bedoeld als een module met ruimte voor, bewustwording van en verdieping van levensbeschouwelijke levensvragen, dan als leersessie voor verandering van gedrag. Toch kan deze module wel resulteren in verandering van gedrag, zoals de keer dat één van de deelnemers een afbeelding van een vlinder koos bij haar levensbeschouwing en ik er het gedicht *Psyche* van Ida Gerhardt bij las waarin ze aan een klas uitlegt dat psyche ziel en vlinder betekent, en vertelde dat in de kunst de vlinder vaak beeld is voor een ontstegen ziel van een overledene. Een ander groepslid, dat tot dan toe zich heel hooghartig gedroeg, begon te huilen. Zonder dat ze van deze betekenis wist had zij namelijk voor een ernstig zieke en intussen overleden vriendin een schilderij gemaakt waarop een vlinder was afgebeeld. Sinds dat moment stond zij met een veel opener houding in haar behandeling.

Ik vind deze dynamische module een zeer leuk onderdeel van mijn werk, en geloof dat een module over zin zeer zinnig is, omdat reflectie op het bestaan een wezenlijke aanvulling vormt op therapie. Als er al iets lekt uit deze zogenaamde vrijplaats is het olie die de bron van het leven smeert. Ook het mijne. Groepsleden verruimen mijn culturele bagage met bijvoorbeeld hun eigen gedichten, mij onbekende literatuur, muziek van popgroepen als Tindersticks, en Schuberts *De dood en het meisje*, dat een van de deelnemers zelf op viool speelde.

Hun moed in kwetsbaarheid, veerkracht in verdriet en zinnige, onzinnige overlevingshumor doet mij de dichtregel beter begrijpen die iemand dichtte voor een bundel bij honderd jaar Brinkgreven (psychiatrisch ziekenhuis in Deventer): *Ik ben mijn ziekte, en ook ben ik haar niet.*