



Samen werken aan verbinding

Teuni Boer,
maatschappelijk
werker, systeem-
therapeut

Bij de Vluchtheuvel komen we in aanraking met een grote diversiteit aan hulpvragen bij aanmelding: opvoedingsvragen, relatieproblemen, depressieve klachten, burn-outklachten, vragen op gebied van seksualiteit, rouw- en verlieservaringen, enzovoorts. Deze problemen zijn er altijd al geweest.

We zien het in de Bijbel, al direct na de zondeval in de verwijdering tussen Adam en Eva. Door Gods goedheid zien we in de Bijbel ook hoe de Heere Zelf in Christus omziet naar mensen in de nood van hun bestaan. Hij ziet en peilt de nood van het dagelijks leven. In het licht van de eeuwigheid. In afhankelijkheid van de Heere mogen wij de middelen gebruiken. Dat is soms al een grote stap: hulp vragen aan anderen. Het is evenwel persoonlijk verantwoordelijkheid nemen om problemen onder ogen te zien en de bereidheid tonen om er aan te werken. Hoe gaan we daarmee om in de praktijk? Eerst zomaar twee voorbeelden.

'Hilda is een 55-jarige vrouw. Ze tobt met toenemende klachten van uitputting. Hilda begrijpt niet goed dat ze zich nu zo voelt. Ze heeft het goed met haar man en kinderen. Hilda heeft zich altijd heel verantwoordelijk gevoeld. Gevoelens van tekortschieten en falen lopen als een rode draad door haar leven. Klachten van onzekerheid en angst liggen op de loer en versterken haar diepe gevoel van 'niet oké zijn'.

'Onze vijfjarige dochter Leah kan heel erg boos worden, 'zomaar', uit het niets. Ze gaat dan helemaal door het lint. Ze zegt vaak dat we toch niet van haar houden. Ze is zo anders dan haar twee oudere zussen. Ook op school loopt het niet lekker. Wat kan er met haar aan de hand zijn en hoe kan ze geholpen worden?'

Verbinden en versterken

In dit artikel ga ik vooral in op de mogelijkheid van gezins- of systeemgericht werken. Problemen en klachten worden gezien vanuit de samenhang en de context. Moeite uit het verleden kan ongemerkt doorwerken in het hier en nu en zo ook van invloed zijn op de toekomst. Mensen staan in contact met elkaar en beïnvloeden elkaar voortdurend.

In de gesprekken wordt verbindend gewerkt. De nadruk kan liggen op het veranderen van de omgang met elkaar (interactiepatronen), of op de manier waarop tegen het probleem wordt aangekeken (betekenisgeving). Samen met cliënten worden hun zorgen onderzocht en wat hen tot hiertoe geholpen heeft om er mee om te gaan. We zoeken naar krachten en

mogelijkheden en gaan na wie er het best bij de hulpverlening betrokken kunnen worden. Zo kan onder Gods onmisbare zegen ruimte ontstaan voor nieuwe hoopvolle perspectieven. Wat kan deze insteek betekenen in de genoemde praktijkvoorbeelden?

Hilda is opgegroeid als oudste dochter van vijf kinderen. Moeder was veel ziek. Hilda ontwikkelde een groot verantwoordelijkheidsgevoel en leerde om te zorgen voor anderen. Stilstaan bij eigen gevoelens en behoeften en voor zichzelf zorgen blijkt moeilijk. Haar ouders lijken haar zorg niet opgemerkt te hebben en hebben haar geen erkenning kunnen geven. Nu is dat niet meer mogelijk. Hilda wordt geconfronteerd met haar eigen eenzame worsteling van vroeger - de zwaarte van de zorg voor het gezin, terwijl ze zelf nog maar een kind was! Hilda wordt uitgenodigd om dit uit te werken, om het voldoende te kunnen afronden. Ze besluit als eerste om hiervoor met twee zussen in gesprek te gaan. Haar kinderen merken verandering op. Hilda durft hun steun ontvangen. Een helende ervaring!

Moeite uit het verleden kan ongemerkt doorwerken in het hier en nu en zo ook van invloed zijn op de toekomst.

De ouders van Leah observeren haar zorgvuldig. Leah is een temperamentvol meisje, die graag stoere dingen doet. Ze roept snel negatieve reactie op en steeds is er onrust. Leah heeft een stoere buitenkant, maar daaronder zit een kwetsbaar, bang en onzeker meisje. Ouders leren hun dochter beter kennen en leren af te stemmen op haar behoefte aan duidelijkheid, persoonlijke bevestiging en steun. Ouders zien een 'andere' Leah, die haar eigen plekje heeft in het gezin.

Deze gezins- en systeemgerichte benadering biedt veel mogelijkheden. Kleine veranderingen kunnen net het verschil maken. Denkt u hulp nodig te hebben? Wacht dan niet te lang. Het kan altijd de moeite waard zijn om een oriënterend gesprek aan te vragen en de mogelijkheden te onderzoeken.

Reacties aan:
tboer@stichtingdevluchtheuvel.nl
tel. 0113-213098