

# Een dertel ding met een oude droefheid

## Dans als spel in de geestelijke hulpverlening

Een pleidooi voor de dans die gesprekspartners in de geestelijke verzorging en hulpverlening spelenderwijs meer zouden mogen belichamen.

In mijn boek *Een prachtige dans. De therapeutische afstemming van afstand en nabijheid in het werk van Carl Rogers, Martin Buber en Henri Nouwen* (2017) vergelijk ik de professionele gespreksvoering – opgevat als generiek proces – in de geestelijke hulpverlening met een dans waarin twee of meer partners op elkaar betrokken zijn in een dynamiek van nabij komen en afstand nemen. Die beweging doet wat met het koppel dat zij vormen (interpersoonlijk) en met ieder van hen afzonderlijk (intrapersoonlijk).

Centraal staat de vraag: wat zijn de verschillen en overeenkomsten in de theoretische visies van Carl Rogers, Martin Buber en Henri Nouwen op de professionele rolrelatie in de geestelijke hulpverlening en welke rol speelt de therapeutische – dit is heling bevorderende – afstemming van afstand en nabijheid daarin? En, in het verlengde daarvan: wat zijn de implicaties van deze visies voor de therapeutische praktijk van geestelijk hulpverleners in termen van overdracht en tegenoverdracht?

Die laatste vraag is belangrijk, omdat de drie genoemde *founding fathers* in hun streven naar vertrouwelijkheid de mogelijk disfunctionele werking van deze overdrachtsmechanismen (bij zichzelf) niet altijd lijken te onderkennen. De humanistische Rogers beweert dat als de therapeut echt, empathisch en onvoorwaardelijk accepterend is, er geheid een constructieve persoonsverandering zal plaatsvinden. De Joodse Buber spreekt van regeneratie van een verkommerd persoonscentrum als in de ruimte tussen *Ich und Du* de een aan de ander 'wordt' en een 'eeuwig Jij' oplicht. De katholieke Nouwen nodigt de pastor uit om zich kwetsbaar op te stellen en zijn eigen wonden als instrument in de ontmoeting in te zetten. Alle drie zijn ze nog steeds invloedrijk met hun ideeën, en terecht, maar ik toon in mijn onderzoek ook aan dat alertheid geboden is voor elke helper die zich in hun voetsporen wil bewegen.

Concluderend stel ik in mijn boek dat, wil de dans tussen de gesprekspartners inderdaad prachtig zijn, de helper aan vier voorwaarden moet voldoen: 1) een basisniveau van introspectie bezitten; 2) blijk geven van biografisch

< Zonder titel, foto: René Rosmolen

bewustzijn; 3) een funderende, onderliggende mythe of theorie van waaruit gewerkt wordt als zodanig herkennen; 4) methoden en technieken blijven hanteren.

Inmiddels realiseer ik me dat de dans die ik in mijn boek beschrijf vooral een mentale is. Het lichaam is in mijn onderzoek nagenoeg afwezig. Dat dit een omissie is, merkte ik toen ik als geestelijk verzorger werd aangesteld in een Haags verpleeghuis.

*Elke donderdagmorgen was daar een 'swing-in' met bewoners, hun familie en vrijwilligers. De eerste keer dat ik de dansruimte binnenkwam, was voor mij een openbaring: mensen, al dan niet in een rolstoel, ontwaakten uit hun lethargie, zongen en bewogen mee met de muziek, het was een explosie van bevrijdende vreugde, een feest! En dat midden in een omgeving die doorgaans helemaal niet zo feestelijk is, want gedomineerd door ziekte en dood. In een eerder nummer van Handelingen schreef ik hier al over (Zwaan 2019; zie ook Zwaan 2018). Het was een beslissend moment dat ik nooit zal vergeten. Ik wist: hier staat iets op het spel, gebeurt iets wezenlijks. Iets wat zich aan het gewone leven onttrekt en daarboven uitstijgt. Iets tijdelijks ook, waar we met elkaar van moesten genieten zolang het duurde. En dat deden we: aanvankelijk bleef ik nog wat afwachtend aan de zijlijn staan, maar dat was niet houdbaar. Alleen door te participeren, door een te worden met de anderen, kon ik delen in het gezamenlijke plezier. Tijdens deze ochtenden beleefde ik wat speelsheid met mensen doet en wat het is om als geestelijk verzorger ook je lichaam in te zetten in het contact. Om helemaal geëngageerd te zijn: met lichaam en geest.*

Reflecterend op het dansspel dat ik al bewegend met de bewoners van het verpleeghuis meespeelde, wil ik in deze bijdrage de dans als metafoor voor spel nader onderzoeken en ook de rol van lichamelijke daarin. Dat doe ik aan de hand van twee vragen:

- Wat is de dans, opgevat als spel?
- Wat zijn de kansen en risico's van lichamelijke in het spel van de dans, toegepast op de professionele gespreksvoering in de geestelijke hulpverlening?

Qua methodiek maak ik gebruik van concept-gestuurde literatuurstudie. Ik richt mij op cultuurwetenschappelijke literatuur en relevant en recent onderzoek op het gebied van zinging, spiritualiteit, psychologie en counseling.

Eerst geef ik met behulp van de nog steeds gezaghebbende klassieker van Johan Huizinga *Homo Ludens* een omschrijving en kenmerken van de dans als spel. Vervolgens ga ik na in hoeverre deze kenmerken van het spel toepasbaar zijn op de 'dans' van de professionele gespreksvoering in de geestelijke hulpverlening, bezien vanuit het perspectief van de geestelijk verzorger, en wat de kansen en risico's van lichamelijke daarin zijn. Ik sluit af met een conclusie en een aanbeveling, die aan de vier hierboven genoemde voorwaarden voor een 'prachtige dans' er twee toevoegt.

### De dans als spel

In *Homo Ludens. Proeve eener bepaling van het spel-element der cultuur* (1938) gaat het historicus Johan Huizinga niet zozeer om de betekenis van het spel als cultuurverschijnsel, maar om het 'ludieke' als wezenlijk kenmerk van de menselijke beschaving. Dit werkt hij

uit in beschouwingen over onder andere taal, rechtspraak, oorlogvoering, filosofie, sport en kunst.

In het hoofdstuk over kunst komt ook de dans aan bod. Volgens Huizinga is de dans een 'bijzondere en zeer volmaakte vorm van het spelen zelf als zodanig' (Huizinga 2017, 238). Hij gaat zelfs zover te zeggen dat dans en spel identiek zijn. Hij omschrijft het spel als volgt:

'Spel is een vrijwillige handeling of bezigheid, die binnen zekere vastgestelde grenzen van tijd en plaats wordt verricht naar vrijwillig aanvaarde doch volstrekt bindende regel, met haar doel in zichzelf, begeleid door een gevoel van spanning en vreugde, en door een besef van 'anders zijn' dan het 'gewone leven'.' (Huizinga 2017, 51)

Op grond van deze omschrijving en het commentaar dat Huizinga daarop geeft, tel ik zes hoofdkenmerken van het spel en dus van de dans.

- Ze is actief en zinvol, geestelijk en lichamenteel, vrijwillig en vrij van morele plicht.
- Ze is begrensd door tijd en ruimte, gesloten en herhaalbaar. Ze laat geen fysieke sporen na in de tijd.
- Ze is gebonden aan binnen de broze beslotenheid van de spelgemeenschap vrijwillig aanvaarde maar onwrikbare regels.
- Ze is belangeloos, een verpozing zonder doel buiten zichzelf. Als cultuurfunctie is het spel voor individu en gemeenschap zin en betekenis gevend, verbindend en onmisbaar.
- Ze is spannend en vreugdevol, ludiek, feestelijk en soms zelfs extatisch. Het spel vraagt om een kinderlijke overgave.
- Ze treedt tijdelijk buiten de wetten van het

gewone leven in een heilige, niet ernstige en niet verantwoordelijke ruimte waarin men zich samen kan verblijden.

## De 'dans' van gespreksvoering

De vraag is nu in hoeverre de hierboven genoemde hoofdkenmerken van het spel toepasbaar zijn op de 'dans' van de professionele gespreksvoering in de geestelijke hulpverlening. Om tot een antwoord op die vraag te komen, zal ik ze alle zes kritisch bespreken.

Hoewel ik net als in mijn boek *Een prachtige dans* gespreksvoering opvat als generiek proces, dus als iets wat de verschillende beroepsbeoefenaars op dit gebied – predikanten, pastores, geestelijk verzorgers, psychologen, psychotherapeuten en anderen – verbindt, is mijn perspectief dat van de geestelijk verzorger, waarbij ik uitga van mijn eigen ervaringen in een zorginstelling en bij mensen thuis, en als opleider van studenten in dit vak.

Om de gesprekspartners aan te duiden gebruik ik in het vervolg de gangbare en breed toepasbare benamingen van 'helper' en 'hulpvrager', tenzij door een auteur anders vermeld.

### *Actief en zinvol, geestelijk en lichamenteel, vrijwillig en vrij van morele plicht*

Het voeren van een gesprek in de geestelijke verzorging is een actieve handeling. Of je nu werkzaam bent in een ziekenhuis, verpleeghuis, bij mensen thuis of elders, je stemt af op de hulpvrager door aandachtig te luisteren en waar nodig te interveniëren met gebruikmaking van de daarvoor in een erkende opleiding aangeleerde en eigen gemaakte gesprekstechnieken en -methodieken. Het wordt ook geacht een zinvolle handeling te zijn, gericht op zingeving. Hulpvragers

hebben, kwetsbaar als ze vaak zijn en al dan niet bewust, ingewikkelde levensvragen die je samen met hen ontwart en bespreekt. Je kijkt daarbij niet alleen naar wat moeilijk is en niet goed gaat, maar zoekt ook naar krachtbronnen die nieuwe moed en betekenis kunnen geven.

De dans van de gesprekspartners is zowel geestelijk als lichamelijk. Tussen hen is er een heen en weer bewegen waarin iets gebeurt dat je immaterieel of met Huizinga 'supralogisch' (Huizinga 2017, 16) kunt noemen. Toch is de dans ook 'aan stof gebonden' (Huizinga 2017, 239): het lichaam met zijn beperkte verscheidenheid van standen en bewegingen voert haar uit. Het begrenste en onbegrenste gaan in de speelruimte van de ontmoeting tussen helper en hulpvrager dus hand in hand.

De dans is vrijwillig. Zonder de vrije instemming van de deelnemers is er geen gesprek mogelijk. Voor de helper is de dans echter niet vrij van morele plicht. Geestelijke verzorger zijn is een aan eisen en plichten gebonden taak van een degelijk opgeleide en betaalde professional met aan de asymmetrische en dus machtsverhouding tussen hem of haar en de hulpvrager verbonden verantwoordelijkheden. Ik kom bij de bespreking van kansen en risico's van lichamelijkheid in de gespreksvoering op dit punt terug.

### *Begrensd door tijd en ruimte, gesloten en herhaalbaar; laat geen fysieke sporen na in de tijd*

De dans van de gespreksvoering beweegt zich binnen een bepaalde tijd op een bepaalde plaats. Zo beschouwd is de dans een gesloten handeling. Herhaalbaar is ze echter niet, om-

dat elk gesprek uniek is. Wel zijn er methoden die houvast en structuur kunnen bieden. Toch geldt ook dan dat die niet in beton gegoten zijn. Als richtlijn hebben ze hun nut, maar de geestelijk verzorger moet altijd de bewegingsvrijheid voelen om ervan af te wijken als de situatie daarom vraagt. Als de dans 'uit' is, scheiden de wegen van de gesprekspartners zich weer. Afgezien van misschien wat lege koffiekopjes en verschoven stoelen herinnert niets dan nog aan hun eerdere samenzijn; de dans laat geen fysieke sporen na in de tijd.

### *Gebonden aan binnen de broze beslotenheid van de spelgemeenschap vrijwillig aanvaarde maar onwrikbare regels*

Gespreksvoering vindt één-op-één plaats, of in groepsverband. Binnen de beslotenheid van die 'spelgemeenschap' gelden er onloochenbare regels. De gesprekspartners stemmen met die (expliciet geuite of impliciete) regels in en zijn eraan gehouden zolang de dans duurt. Van de kant van de geestelijk verzorger valt hier te denken aan de kwaliteitseisen die de beroepsstandaard van de Vereniging van Geestelijk Verzorger (VGVZ) en de Stichting Kwaliteitsregister Geestelijk Verzorger (SKGV) stellen. Wie zich niet aan de regels houdt, heft het spel op. Dat maakt het spel ook kwetsbaar. Bij mijn bespreking van kansen en risico's van lichamelijkheid in het spel van de dans werk ik dit punt verder uit.

### *Belangeloos, een verpozing zonder doel buiten zichzelf; als cultuurfunctie zin en betekenis gevend, verbindend en onmisbaar*

De dans heeft, volgens Huizinga, alleen een doel in zichzelf. Hij spreekt over een 'verpo-

zing' (Huizinga 2017, 21). Nu is de veilige ruimte van het gesprek er inderdaad een waar op adem gekomen kan worden en waar even geen buiten is. Toch betekent dat niet dat de geestelijk verzorger zich geen doelen stelt. Anders dan bijvoorbeeld de psycholoog formuleert hij of zij geen diagnose of maakt een behandelplan. Maar het bevorderen van zin- en betekenisgeving en het de hulpvrager helpen scheppen van een helende verbinding met zichzelf, anderen en 'het andere' of 'de Ander' in de individuele of gemeenschapssetting behoort wel degelijk zijn of haar (onmisbare) focus te zijn.

*Spannend en vreugdevol, ludiek, feestelijk en soms zelfs extatisch; vraagt om een kinderlijke overgave*

Spelen is spannend. Dat komt omdat er iets op het spel staat. Iets wezenlijks. In de geestelijke verzorging is dat het geestelijk of spiritueel welzijn van de hulpvrager. Als een gesprek kan lukken, kan het ook mislukken. Er valt wat te winnen, en te verliezen. Je kunt nog zoveel hebben aan boeken waarin beschreven staat hoe een ontmoeting te (bege)leiden, in de praktijk kan het altijd weer anders zijn. Zeker in het contact met mensen met dementie weet je nooit waar het heen zal gaan. Dat vraagt om flexibiliteit van de professional en een zekere speelsheid, vooral bij deze groep. Zelf maakte ik dat, zoals ik hierboven al even aanhaalde, mee in mijn omgang met bewoners van een verpleeghuis met wie ik letterlijk aan het dansen sloeg. Dat ludieke of speelse element en de extatische, kinderlijk uitgelaten vreugde die het feest geeft, zou ik in de geestelijke verzorging graag wat meer terugzien. Ik kaart dat verder aan in de bespreking over

kansen en risico's van lichamelijke in de gespreksvoering.

*Treedt tijdelijk buiten de wetten van het gewone leven in een heilige, niet ernstige en niet verantwoordelijke ruimte waarin men zich samen kan verblijden*

Wie speelt, treedt tijdelijk uit het gewone of eigenlijke leven in een apart gezette, heilige ruimte waarin andere regels gelden en het leven blij gevierd wordt. 'De uitzonderlijkheid en afzonderlijkheid van het spel', schrijft Huizinga, 'neemt haar treffendste vorm aan in het geheim, waarmee het zich gaarne omringt' (Huizinga 2017, 29). In dat geheim delen de deelnemers. Ze zijn zich ervan bewust dat het 'maar een spelletje' is, wat niet uitsluit dat het spel bloedserieus kan zijn. Spel en ernst gaan dan samen. Vertaald naar het dansspel van de gespreksvoering is dat inderdaad het geval. Dat is een vrijplaats waar gedeeld wordt wat elders onbesproken blijft. In alle ernst, maar soms ook niet. Huilen en lachen, ze gaan in grenssituaties als die van leven en dood vaak hand in hand. Onverantwoordelijk mag de dans echter nooit zijn; de geestelijk verzorger moet te allen tijde het proces bewaken, zodat misstanden worden voorkomen.

Concluderend stel ik vast dat niet alle (aspecten van de) zes hoofdkenmerken van het dansspel zoals omschreven door Johan Huizinga toepasbaar zijn op de professionele gespreksvoering in de geestelijke verzorging als vorm van geestelijke hulpverlening. Voor die 'dans' geldt dat ze niet vrij is van morele plicht, maar verantwoordelijk; niet herhaalbaar, maar uniek; niet belangeloos, maar gericht op helende ver-

binding, zin- en betekenisgeving, en niet alleen ludiek maar ook ernstig.

### De kansen en de risico's

Na de dans als spel met behulp van Huizinga's *Homo Ludens* te hebben omschreven en van kenmerken te hebben voorzien, die ik vervolgens heb toegepast op de 'dans' van de gespreksvoering in de geestelijke hulpverlening bezien vanuit het perspectief van de geestelijk verzorger, is het nu tijd om de laatste, in mijn inleiding aangekondigde vraag te stellen: Wat zijn de kansen en risico's van lichamelijke in het spel van die dans?

Zoals hierboven (bij de punten 1, 3 en 5) al aangegeven, wil ik daarbij verder ingaan op drie geconstateerde kenmerken van de dans van de gespreksvoering: de morele verantwoordelijkheid van de helper, het gebonden zijn aan onwrikbare regels, en het paradoxale samengaan van het ernstige en het ludieke. Ik doe dat aan de hand van een keuze uit relevante en recente onderzoeksliteratuur en -initiatieven op het gebied van zingeving, spiritualiteit, psychologie en counseling.

Vooraf zij gezegd, dat wie als helper het lichaam inzet in de ontmoeting met de hulpvrager, zich ervan bewust moet zijn dat dit overdracht en tegenoverdracht kan genereren. Die kunnen functioneel en disfunctioneel zijn. Onder de *eufunctie* van overdracht versta ik de positieve, helende werking van de overdracht van de hulpvrager als gevolg van de (bij hem of haar door de helper gestimuleerde) bewustwording en hantering daarvan; ontbreken die, dan is er sprake van een *disfunctie*. De *eufunctie* van tegenoverdracht duidt op de positieve, helende werking van de tegenoverdracht van de helper als gevolg van zijn of haar herken-

ning en hantering daarvan; blijven die uit, dan kan er *disfunctie* ontstaan (Zwaan 2017, 28-29).

*Laat ik met een voorbeeld duidelijk maken hoe de scheidlijn tussen beide, het functionele en disfunctionele, in het lichamelijke contact tussen helper en hulpvrager dun kan zijn. Henri Nouwen, een van de founding fathers die ik in mijn boek Een prachtige dans opvoer, kreeg als pastor van de Ark-gemeenschap van Richmond Hill in Canada de fysieke zorg over de diepgehandicapte Adam ('mens' in het Hebreeuws). Iemand uit bed halen, wassen, aankleden, te eten geven, was voor Nouwen – een klassieke professor met twee linkerhanden – nieuw. Aanvankelijk onhandig en ongeduldig, leert hij Adam steeds meer waarden als degene in wiens gelaat hij Jezus Christus zelf ontmoet en die hem een 'thuis' geeft: 'niet alleen een thuis samen met aardige mensen, maar een thuis ook in mijn eigen lichaam, in het lichaam van de gemeenschap, het lichaam dat de Kerk is, en ook in het lichaam dat God is' (Nouwen 2003, 124). Dat spirituele hoogtepunt is echter ook een existentieel dieptepunt. Nouwen ziet in Adam zijn eigen gebreken weerspiegeld en dat draagt bij aan een crisis waarvoor hij een intensieve behandeling buiten de Ark-gemeenschap moet ondergaan.*

Het voorbeeld laat zien dat het als helper in lichamelijke contact treden met een hulpvrager 'geen spelletje' is. Als rollen omdraaien, staat rolintegriteit op het spel. In *Gids Beroepsethiek. Waarden, rechten en plichten in psychotherapie en hulpverlening* (2011) stelt psychotherapeut Mia Leijssen dat fysiek contact tussen cliënt en hulpverlener heilzaam kan zijn, mits de laatste zich houdt aan de door de beroepscode voorgeschreven en door zijn of haar geweten ingegeven integriteitsregels:

'Werken in de hulpverlening is soms dansen op een slap koord: er is vaak geen duidelijk houvast voor 'het juiste'; alleen het persoonlijke geweten kan dan – in overleg met collega's – uitzoeken wat een eerlijke en oprechte bejegening kan zijn' (Leijssen 2011, 117).

Leidmotief moet daarbij altijd het belang van de cliënt blijven.

Het 'construct integriteit' is voor Leijssen, die zich baseert op onderzoek naar ethische constructen in meer dan achthonderd organisatiecodes, de 'som' (Leijssen 2011, 79) van andere principes: respect, verantwoordelijkheid en deskundigheid. Bij haar behandeling van rol-integriteit komen ook seksueel en lichamelijk contact tussen hulpverlener en cliënt aan bod. Alle beroepscodes verbieden ondubbelzinnig een seksuele omgang tussen hen. Dat betekent echter niet dat integere professionele relaties gekenmerkt worden door aseksualiteit:

'Seksualiteit is moeilijk weg te denken uit menselijke contacten en het leven zou veel van zijn charme verliezen als mensen aseksuele wezens zouden zijn. Het probleem stelt zich wanneer professionele relaties overstemd worden door seksuele aspecten en de hulpverlener misbruik maakt van zijn positie' (Leijssen 2011, 105).

Schadelijke grensoverschrijdingen vinden slechts plaats als seksuele gevoelens onopgemerkt en onbesproken blijven; ze helemaal vermijden kan en hoeft volgens Leijssen niet.

Leijssen maakt een duidelijk onderscheid tussen de verboden seksuele omgang enerzijds en de in principe toegestane aanrakingen tussen hulpvrager en cliënt anderzijds, waarbij ze een continuüm van mogelijke lichaams-

## Boeken



• Alma, H. & Kunkeler, J. (2016). Eros en religie in de dans. Gesprek met Sidi Larbi Cherkaoui. In: Alma, H. & Goud, J. *Maar zie, ik heb lief! Eros in kunst en religie*. Zoetermeer: Meinema, 101-108.



• Rombouts, P. (2021). Vind je het goed dat ik deze vraag voor je dans? In: Lips, R. *Wie kies je om te zijn. Gesprekken en gedachten over een nieuwe tijd*. Amsterdam: Ambo|Anthos, 187-190.



• Verhaeghe, P. (2018). *Intimiteit*. Amsterdam: De Bezige Bij. Paul Verhaeghe, doctor in de klinische psychologie en hoogleraar aan de Universiteit Gent, betoogt in dit boek dat de belangrijkste

intieme relatie die met ons eigen lichaam is. Alleen als we goed daarop afstemmen, kunnen we ook intiem zijn met een ander. Die omgang laat dan een ballet zien waarbij het koppel dat ik op mezelf ben, danst met het koppel dat de ander is.



• Verhaeghe, P. (2020). *Houd afstand. Raak me aan*. Amsterdam: De Bezige Bij.

Dit boek bespreekt de gevolgen van de coronacrisis voor de samenleving. Mensen willen elkaar aanraken, maar die tastbare uitwisselingen dreigen te verdwijnen door toenemende digitalisering. Verhaeghe hoopt dat we zullen kiezen voor wat ons leven tot leven maakt, inclusief het morsige, en dat we een veilige manier vinden om elkaar stevig te omhelzen.

## TIPS BIJ HET THEMA

### Training

- *'Het lichaam als toegang tot geleefde spiritualiteit'*

Een tweedaagse training van het Radboud KPV-Expertisecentrum Geestelijke Verzorging en Pastoraat. [radboudumc.nl/afdelingen/geestelijke-verzorging-en-pastoraat/onderzoek-en-onderwijs/over](http://radboudumc.nl/afdelingen/geestelijke-verzorging-en-pastoraat/onderzoek-en-onderwijs/over).

### Website

- [williamyang.nl/n/bijbscholing/geestelijke-verzorging/](http://williamyang.nl/n/bijbscholing/geestelijke-verzorging/)

Op deze website geeft theoloog, therapeut en yoga- en meditatieleraar dr. William Yang informatie over zijn trainingen en retraites op het gebied van lichaamswerk en spiritualiteit. Die bouwen voort op zijn proefschrift *Begrensd en ont-grensd. Paradoxen in de veranderende beleving van het lichaam bij kanker en een geleefde spiritualiteit* (Nijmegen: Valkhof Pers, 2018).

### Expositie

- *Met verf 2: 'De regels en het spel'*

Klaas Kloosterboer (1959) maakt kunst om ruimte te creëren. Zijn werken zijn het resultaat van handelingen – het spel – die hij onder de gestelde voorwaarden – de regels – in zijn atelier uitvoert. T/m 8 januari 2023 te zien in het Kröller-Müller Museum. [krollermuller.nl/met-verf-2-klaas-kloosterboer-de-regels-en-het-spel](http://krollermuller.nl/met-verf-2-klaas-kloosterboer-de-regels-en-het-spel)

gerichte interventies presenteert. Dat loopt van neutrale aanrakingen (per ongeluk voet tegen voet bij het kruisen van de benen) via 'speel-vechten' in een groepsbijeenkomst naar wat zij 'cathartische aanrakingen' (Leijssen 2011, 113) noemt: het aanraken van lichaamszones die verbonden zijn met een gestremde ervaring. Bij het inschatten of aanrakingen in een bepaalde situatie al dan niet gepast zijn, moet de hulpverlener zich ervan bewust zijn dat die altijd te maken hebben met machtsverhoudingen en genderdynamiek en dat mensen er verschillende betekenissen aan geven al naar gelang hun eigen biografie en culturele context.

Wil er van 'ethisch aanraken' sprake zijn, dan moet er aan vier voorwaarden worden voldaan:

'duidelijkheid omtrent wat wel en niet kan bij lichamelijk contact; de cliënt houdt zelf controle over het contact; de aanraking moet ervaren worden als authentiek en passend bij het thema; de cliënt moet ervaren dat de hulpverlener niet handelt uit eigen nood, maar uit bekommernis voor het welzijn van de cliënt' (Leijssen 2011, 114).

Bij sommige cliënten (vijandige of paranoïde bijvoorbeeld) is aanraking niet wenselijk. Ook in een beginnend contact wordt lichamelijk contact ontraden, of als de hulpverlener niet goed in zijn of haar vel zit (onzeker, overbetrokken, agressief en dergelijke). Hoe dan ook dienen alle aanrakingen verbaal ondersteund te worden.

Lichamelijkheid beperkt zich niet tot aanrakingen alleen. In het PLOEG 2-onderzoek (Palliatief Landelijk Onderzoek Eerstelijns Geestelijke Verzorging) 'In dialoog met je levensverhaal', dat zingeving en levensbeschouwing bespreekbaar wil maken en waar ik als geestelijk verzorger in 2021 aan deelnam, zijn verschillende oefenin-



gen met mindfulness en meditatie opgenomen waarbij ademhaling centraal staat.

Mijn ervaring is, dat het focussen op het lichaam bij de hulpvrager rust en inzicht brengt doordat hij of zij op een ander dan cognitief bewustzijnsniveau ervaringen opdoet waarop later gereflecteerd wordt. Leijssen noemt in haar *Tijd voor de ziel* (2007) het focussen zoals zij dat in lijn met Eugene Gendlin in haar psychotherapeutische praktijk hanteert 'innerlijk luisteren': je wordt stil en richt je aandacht van buiten naar binnen, waarbij je lichamelijke gewaarwordingen opmerkt en er een woord of beeld aan geeft dat je steeds op juistheid toetst door het te vergelijken met wat je voelt. Het lichamenlijk gevoelde wordt de ingang voor bewustwording en verandering. Die kan klein zijn, maar er kan ook een spirituele transformatie plaatsvinden.

De Nijmeegse tweedaagse training 'Het lichaam als toegang tot geleefde spiritualiteit', op initiatief van het Radboud KPV-Expertise-centrum Geestelijke Verzorging en Pastoraat, sinds 2021 gegeven door geestelijk verzorger Wim Smeets en theoloog William Yang, wijst in een vergelijkbare richting. Geestelijk verzorgers die het lichaam – dat van henzelf en dat van de hulpvrager – meer aandacht willen geven in hun werk oefenen met energetisch lichaamswerk, waarna ze in een uitwisseling de waarde en betekenis van het ervaren toetsen op een verantwoorde hanteerbaarheid in de praktijk.

PLOEG 2 en de Nijmeegse training zijn voorbeelden van initiatieven waarbij geestelijk verzorgers worden uitgenodigd om het lichaam een prominentere plek te geven dan het tot nu toe in hun beroep heeft, met behoud van rolintegriteit. Het ludieke of speelse – qua werkvormen, inhouden en professionele houding – kan daar ook een rol in spelen. Oplei-

dingen tot geestelijk verzorger/begeleider kunnen aangewend worden om in een veilige speelruimte te experimenteren. Samen lachen bij het met een ballonnenspel inoefenen van de gespreksfase 'Naderen' in de basismethodiek van de geestelijke verzorging van Job Smit ('Naderen-Verdiepen-Laten-Verbinden-Vieren', zie 2018; 2015) bijvoorbeeld levert mijns inziens meer op dan duizend woorden van een docent daarover. Na de teugels te hebben laten vieren, pakt hij of zij de draad dan weer op door wat de groep inbrengt aan ervaringen te analyseren en naar een hoger plan te tillen. Geheel in lijn met Smits methodiek, die op het 'Laten' 'Verbinden' en 'Vieren' doet volgen!

Ernst en spel sluiten elkaar dus niet uit. Ook niet in de gespreksrelatie tussen helper en hulpvrager. Binnen de speelruimte die het ludieke opent, kan worden gezocht naar zin. Religiewetenschapper Hans Alma beaamt dit in *Het verlangen naar zin. De zoektocht naar resonantie in de wereld* (2020) als een vorm van betekenisvol experimenteren. Een speelse houding stelt je in staat een alternatieve werkelijkheid serieus te nemen en je te laten verrassen. Zo doorbreek je vaste waarnemings- en denkpatronen en kom je tot iets nieuws, 'een spiritualiteit van het mogelijke' (Alma 2020, 197). Voor (levensbeschouwelijke) tradities is dat van levensbelang.

### Conclusie en aanbeveling

In wat voorafging, heb ik de dans opgevat als spel en de rol van lichamenlijkheid daarin onderzocht. De kenmerken van de fysieke dans die Johan Huizinga in *Homo Ludens* onderscheidt, heb ik toegepast op de gespreksvoering in de geestelijke hulpverlening gezien vanuit het perspectief van de geestelijk

verzorger. Mijn conclusie is, dat de dans opgevat als spel in hoge mate hanteerbaar is als metafoor. Het gesprek tussen helper en hulpvrager kan worden gezien als een actieve en zinvolle beweging waarin lichaam en geest van beide partners meedoen. De beweging is begrensd in tijd en ruimte, gebonden aan binnen de spelgemeenschap aanvaarde, onwrikbare regels, betekenis gevend en verbindend, spannend, vreugdevol en anders dan het gewone leven.

Kritisch ben ik over het belangeloze en onverantwoordelijke karakter dat Huizinga aan de dans als spel toekent. De daartoe opgeleide en betaalde geestelijk verzorger heeft wel degelijk een doel, het (spirituele) welzijn van de cliënt helpen bevorderen, en is voor het proces van de gespreksvoering en zijn of haar eigen gedrag verantwoordelijk.

Uit onderzoek en uit onderzoeksliteratuur kwam naar voren dat de inzet van het lichaam zowel kansen als risico's kent. Mogelijkheden voor lichamelijke binnen de gestelde integriteitsregels (niet seksueel geladen) aanrakingen, mindfulness- en meditatieoefeningen, focussen, energetisch werk, lichaamsgericht onderwijs) werden besproken en het voor de dans wezenlijke element van de speelsheid, die ernst niet uitsluit.

Op basis van deze – in vervolgonderzoek verder uit te breiden, te analyseren en systematiseren – bevindingen zou ik aan de vier in de inleiding genoemde voorwaarden van de kant van de helper voor een 'prachtige dans' er voorlopig twee willen toevoegen: blijf geven van lichamenlijk bewustzijn (5); een basisniveau van speelsheid bezitten (6).

Met een pleidooi voor die speelsheid of, liever nog, danielheid van de dans wil ik afsluiten. In

zijn bespreking van het woord 'daniel' in *Dierbare woorden* (2002) haalt filosoof Cornelis Verhoeven Connie Palmén aan. Door haar nieuwe, uitbundige en levendige schoonzoon wordt haar moeder in de ogen van haar eigen man tot het meisje op wie hij vroeger verliefd was. Ze is 'een daniel ding met een oude droefheid'. Daniel, vanwege het vrolijke en vitale. Droef, omdat de danielheid veroverd moet worden op de melancholie die overal op de loer ligt maar tegelijkertijd diepte aan het leven geeft. Een treffende kwalificatie, lijkt mij, voor de dans die de gesprekspartners in de geestelijke hulpverlening spelenderwijs meer zouden mogen belichamen. <

#### Literatuur

- Alma, H. (2021). *Het verlangen naar zin. De zoektocht naar resonantie in de wereld*. Utrecht: Ten Have.
- Huizinga, J. (2017). *Homo Ludens. Proeve eener bepaling van het spel-element der cultuur*. Amsterdam: Amsterdam University Press.
- Leijssen, M. (2007). *Tijd voor de ziel*. Tiel: Lannoo.
- Leijssen, M. (2011). *Gids beroepsethiek. Waarden, rechten en plichten in psychotherapie en hulpverlening*. Leuven: Acco.
- Nouwen, H. (2003). *Adam. Een vriendschap*. Tiel: Lannoo.
- PLOEG 2-onderzoek: <https://palliaaweb.nl/projecten/zingeving-in-de-thuisituatie>
- Radboud KPV-Expertisecentrum Geestelijke Verzorging en Pastoraat. 'Het lichaam als toegang tot geleefde spiritualiteit'. Tweedaagse training.
- Smit, J. (2015). *Antwoord geven op het leven zelf. Een onderzoek naar de basismethodiek van de geestelijke verzorging*. Delft: Eburon.
- Smit, J. & Smeets, W. (2018). De basismethodiek van geestelijke verzorging op handelingsniveau. In: *Psyche & Geloof* 29, nr. 2, 86-95.
- Verhoeven, C. (2002). Daniel. In: *Dierbare woorden. Beschouwingen over de woordenschat*, Budel: Damon.
- Zwaan, B. (2017). *Een prachtige dans. De therapeutische afstemming van afstand en nabijheid in het werk van Carl Rogers, Martin Buber en Henri Nouwen*. Tilburg: KSGV.
- Zwaan, B. (2018). Hoe benader je afstand en nabijheid? Een unieke kans tot saamhorigheid en liefdevolle zorg. In: *Tijdschrift voor Geestelijk Leven*, 'Betrokkenheid en haar grens', 2018/5, 43-51.
- Zwaan, B. (2019). Van DANS naar K.A.N.S. In: *Handelingen. Tijdschrift voor Praktische Theologie en Religiewetenschap*, 'Het goede leven en het lijden', 2019/4, 69-73.