



Joske van Amsterdam

Het lichaam als spirituele bron

Een kwalitatief onderzoek naar de manier waarop lichamelijke van de geestelijk verzorger van spirituele betekenis kan zijn in de begeleidingsrelatie met patiënten in een ziekenhuis

Datum

juli 2022

Universiteit

Masterthesis Vrije Universiteit
Faculteit Theologie en Religiewetenschappen
Specialisatie: Spiritual Care Interfaith

Begeleiders

prof.dr. Hans Alma
dr. W. Smeets

Een moeiteloze dans **Lichamelijke als spirituele bron** **in de begeleidingsrelatie**

De magie van de tussenruimte

We kennen allemaal wel de ervaring dat we in de ontmoeting met de ander, zonder dat we erop bedacht zijn, plotseling een heel bijzonder moment van verbondenheid in het contact gewaarworden. Je merkt een stroom op, die zich in een vloeibare beweging tussen jou en de ander heen en weer beweegt. Die vloeibare energiestroom reikt voorbij het eigen lichaam en het 'zelf' naar de ander en op dezelfde wijze kan het iets of iemand ook toelaten.

Er ontstaat een gebied voorbij de woorden en begrip, waarin de grip even losgelaten wordt en we ons laten sturen door de energiestroom. Het lijkt als vanzelf te gaan en een eigen weg te kiezen. We laten ons via het lichaam affectief en intens raken door iets of iemand buiten onszelf en we nemen misschien waar dat het de ander ook overkomt. Even gloeit er als het ware iets in het contact op, iets dat ons lijkt te overstijgen, iets dat groter voelt dan onszelf. We laten het gebeuren omdat het een beweging betreft die je meeneemt en een resoneren teweegbrengt die je uittilt boven het alledaagse. Opeens krijgen we nieuw zicht, ervaren we een nieuw perspectief op datgene wat van waarde of betekenis is. Het roept verwondering op en voelt als waar.

Meestal markeren we dit als bijzondere momenten, wanneer het resonanceert tussen jou en de ander: een gloeiend licht in de tussenruimte. Ze maken ons bewust van de mysteries van het leven. We realiseren ons even weer dat

DE SCRIPTIE

het deze momenten zijn die ertoe doen, van waarde zijn. Deze momenten zijn van betekenis, geven zin aan het leven. Deze lichamelijke ervaren inzichten kunnen een existentiële verschuiving teweegbrengen en leiden tot transformatie.

Lichamelijke als competentie

Geestelijk verzorgers zijn experts in zingeving en levensbeschouwing en zoeken bovenstaande contactmomenten bewust op waar het de existentiële, spirituele, ethische en esthetische dimensie (beroepsstandaard VGVZ 2015) betreft. In de begeleidingsrelatie zijn daarbij de spirituele, hermeneutische en communicatieve competenties van belang. Hoe de geestelijk verzorger lichamelijke in het contact beleeft en integreert in deze begeleiding blijft echter onbelicht. Terwijl de verschuivingen voelbaar zijn in het lijf en lichamelijke prominent aanwezig is door het simpele feit dat we via ons lichaam bestaan, en in die hoedanigheid in contact treden met elkaar.

Ter afronding van de master Spiritual Care van de faculteit Theologie en Religiewetenschappen aan de Vrije Universiteit te Amsterdam, ben ik daarom op zoek gegaan naar de manier waarop lichamelijke een rol speelt in het contact met de ander in het proces van spirituele betekenisgeving.

Uit de analyse van het empirisch onderzoek blijkt dat de geestelijk verzorgers de eigen lichamelijke, zoals in bovenstaand voorbeeld omschreven, grotendeels gevoelsmatig als object van spirituele betekenisverlening inzetten in de begeleiding. Zij zijn zich hier doorgaans niet bewust van, maar voelen zich vanuit hun lichamelijke in het contact gestuurd door iets hogers of groters en zijn daarin

dienstbaar aan het existentiële proces van de ander. Het begeleidingsproces kunnen we echter zien als een dans, waarin het creatieve proces ruimte krijgt om in het wordingsproces van de dans ontdekkingen te doen die verder reiken dan voor mogelijk wordt gehouden.

Een gezamenlijk geïmproviseerde dans

Zoals een ervaren danser de partner op de dansvloer leidt, zo neemt de geestelijk verzorger vanuit de professie leiding in een begeleidingsproces. Daarin staat de dans van de ontmoeting geenszins vast. Wat zich ontrolt in het contact tussen de geestelijk verzorger en de cliënt kan voorgesteld worden als een geïmproviseerde dans, waarin beiden afwisselend zowel leider als volger kunnen zijn. Het is anders dan een dans waarin alleen de leider leidt en de danspassen en bewegingen een vaststaande compositie vormen.

In deze geïmproviseerde dans hebben beiden een gelijkwaardig aandeel in het scheppen van de dans, die in het maakproces tot stand komt. Beiden hebben ze namelijk vanuit hun eigen levensgeschiedenis een referentiekader met waarden en normen gevormd, die inkleuring en sfeer geven aan de dans. Ze reageren met lichaam en geest op elkaar, op iedere ingezette beweging volgt een antwoord, die het vervolg bepaalt. Dat is een spannend en uniek proces, want niets staat vast, alles is mogelijk.

Toch behoudt de geestelijk verzorger vanuit diens professie de leiding over het proces. De kadering van de begeleidingsrelatie, waarin de spelregels (zoals veiligheid, vertrouwelijkheid, respect) vastliggen, houdt de leider hierbij nauwlettend in het oog. Beide dansers zijn weliswaar gelijkwaardig aan elkaar, maar gedurende het begeleidingsproces hebben zij

verschillende rollen, taken en verantwoordelijkheden.

Openen van het ervarende lichaam

In het empirisch onderzoek wordt net als in een dans aanspraak gedaan om met 'lijf en leden', met volle aandacht en met overgave, 'heel de mens' te willen zien. Alle aspecten van deze mens worden daarmee niet alleen erkend maar ook aangesproken en zijn daarmee helpend in het te doorlopen proces.

Datzelfde gaat op voor de geestelijk verzorger, de andere danser. De eigen doorleefde spiritualiteit en levensbeschouwelijke professionele ontwikkeling worden samen met een attitude van openheid, overgave en bereidheid ingebracht. 'Dienend aan de ander' in het begeleidingsproces brengt de geestelijk verzorger zichzelf als mens in, naast de rol van de professionele geofende danser.

De geestelijk verzorgers ervaren dit als een verlangen naar 'zichzelf willen zijn', congruent zijn, die door het inbrengen voor wat van waarde blijkt in de ontmoeting voor het proces, ondersteunend is. Daardoor kan een ontmoeting van mens tot mens plaatsvinden, ongeacht de verschillende rollen. In deze particuliere situatie, in dit specifieke moment zijn de rollen verdeeld in een (professionele) begeleider en degene die begeleid wordt (in een kwetsbare situatie). Om tot nieuwe inzichten te komen hebben beiden elkaar nodig om een proces te laten ontstaan waarin er beweging ontstaat dat tot iets nieuws kan leiden, gevormd vanuit een unieke dans.

Een uniek verbeeldingsproces

Wanneer de voorwaarden zijn bepaald waarover de dans zal gaan en een gezamenlijke gronding tot stand is gebracht, vormt dit de

voedingsbodem voor een creatief verbeeldingsproces. Hermeneutisch experimenteren krijgt nu in de te vormen dans volop ruimte. Gedeelde perspectieven over het verleden, heden en toekomst bieden toegang om tot perspectiefwisseling tussen beide dansers te komen. In het creatieproces waarbij tegelijkertijd ingebracht en losgelaten wordt ontstaat een tussenruimte waarin iets oplicht, 'aange-raakt' wordt en gaat resoneren tussen de twee dansers. Het is lichamenlijk voelbaar en laat innerlijk iets opveren. Er wordt ruimte ervaren die nieuwe mogelijkheden biedt; veerkracht en zelfhelend vermogen krijgen toegang waardoor 'iets nieuws' kan ontstaan dat nieuwe uitzichten biedt. Beide dansers zijn in dit creatieve proces betekenisvol voor elkaar: een wederkerigheid die medemenselijkheid ondervindt in de tussenruimte van het proces.

Drie aspecten

In aansluiting op de resultaten van het empirisch onderzoek heb ik drie van belang zijnde aspecten geanalyseerd die ondersteunend zijn om professionaliteit in de begeleiding te bevorderen.

1. Innerlijke ruimte (Leget 2008)

Als professional is het van belang om zicht te houden op de autobiografische competentie, omdat de begeleider zelf onderdeel uitmaakt van dit precaire proces. De innerlijke ruimte is voelbaar, komt voort uit belichaamde ervaringen en resonanceert innerlijk op de eigen geschiedenis en daarmee samenhangende triggers. Als professionele danser vormt reflectie een belangrijke professionele bezigheid dat om voortdurend onderhoud vraagt om het ervarende lichaam op orde te houden.

DE SCRIPTIE

2. *Sensitiviteitsontwikkeling van het gevoelsleven* (Leijssen 2006)

Het ervarende lichaam kent een fijngevoeligheid waarmee het kan afstemmen en communiceren. Het is van groot belang goed in verbinding met het eigen lichaam en de daarin opgeslagen kennis te staan. Om eigen behoeftes, verlangens en signalen te herkennen die kennis bieden over zichzelf. Daarnaast om in ontmoetingen met andere dansers lichamelijke signalen die opkomen in het contact als wegwijzers te benutten en in te zetten.

3. *Verbeelding* (Alma 2020)

Dit ontstaat vanuit eigen referentiekaders. Verbeeldingskracht kan door beoefening door de begeleidende danser bewuster ingezet worden om een creatief proces op gang te helpen. Door inspiratie in de dans in te brengen en voelbaar te maken, wordt vaak hoop gevoeld die ondersteunend is voor het hermeneutisch experimenteren om perspectiefwisseling te bewerkstelligen.

Professioneel kader voor lichamelijke

In mijn onderzoek heb ik onderbouwd dat lichamelijke een fundament vormt in de spirituele betekenisgeving van het begeleidingsproces van de geestelijk verzorger. Lichamelijke vormt daarmee een belangrijke aanbeveling voor de VGVZ om lichamelijke als competentie op te nemen in de beroepsstandaard. <

Literatuur

- Alma, H. (2021). *Waar mogelijk en onmogelijk elkaar raken. Reflecties op geestelijke zorg en religieus humanisme* [oratie]. Amsterdam: Vrije Universiteit.
- Alma, H. (2020). *Het verlangen naar zin. De zoektocht naar resonantie in de wereld*. Utrecht: Ten Have.
- Gendlin, E.T. (1991). *Focussen. Gevoel en je lijf*. Haarlem: De Toorts.
- Kievits-Lamens, G.J.M. (2011). *Innerlijke ruimte. Een onderzoek naar de autobiografische competentie van de ziekenhuispastor in gesprek met kankerpatiënten*. Proefschrift Protestantse Theologische Universiteit. [eigen beheer] Wageningen.
- Leget, C. (2008). *Van levenskunst tot stervenskunst. Over spiritualiteit en de palliatieve zorg*. Tiel: Lannoo.
- Leget, C. (2013). *Zorg om betekenis. Over de relatie tussen zorgethiek en spirituele zorg, in het bijzonder palliatieve zorg* [oratie]. Amsterdam: SWP.
- Leijssen, M. (2006). Validation of the body in psychotherapy. *Journal of Humanistic Psychology* nr.2, 126-146.
- Leijssen, M. (2007). *Tijd voor de ziel*. Tiel: Lannoo.
- Rosa, H. (2019). *Resonance. A Sociology of our Relation to the World*. Cambridge: Polity Press.
- Rosa, H. (2019). *Unvervuugbaarheid*. Salzburg: Residenz Verlag.

TRAININGTIPS

Zin in werk

- Training compassie in de zorg (ook speciaal voor geestelijk verzorgers): kloosterhotelzin.nl/zinvol-aanbod/compassie-in-de-zorg/
- Werkplaats voor zinvol leven en werken: www.hansalma.com
- Voor maatwerktrainingen: joskevanamsterdam@gmail.com