

SELF-DISCLOSURE

EMPATHIE EN INVOEGEN IN DE INTERCULTURELE HULPRELATIE

door Dirck van Bekkum geschreven voor boek Fariba Rhmaty Traumabehandeling bij vluchtelingen 2012 pp. 87-89

...Voor hulpverleners en andere lezers kan bij het lezen van de casuïstiek uit mijn praktijk de volgende vraag opkomen: Kan ik als autochtone Nederlandse hulpverlener zonder migratie- en vluchtervaringen en zonder kennis van de taal van cliënten deze manier van werken leren en toepassen? In mijn jarenlange samenwerking met autochtone collega's merk ik dat ook zij een taal- en cultuurkloof kunnen overbruggen indien hun empathisch en invoegend vermogen levend en stevig professioneel geworteld is.

Het gaat over hoe empathie en invoegen worden ingevuld. In het, met cliënten, scheppen van transitionele ruimtes zijn algemene psychotherapeutische competenties als empathie en invoegen onmisbaar.

Empathisch kunnen werken en 'professionele gehanteerde affectie' (Erksine e.a. 1999) zijn voorwaarde voor goede hulpverlening in de GGZ en daarbuiten.ⁱ Empathie en inleving zijn volgens neurowetenschapper Iacoboni (2008) zelfs diep ingebed in ons menselijk brein via zogenaamde spiegelneuronen.ⁱⁱ Ieder mens is daartoe in staat. Voor hulpverleners is hun belangrijkste onderdeel van hun vakmanschap. Hoogleraar en psychotherapeut Mia Meijssing (1998) schrijft:

'Vanuit een geduldig vertrouwen kan de therapeut de cliënt bijstaan in het vormen van zijn eigen puzzel. Er blijft dan ruimte voor een dialoog waarin het nog niet gewetene zich geleidelijk kan verduidelijken; de horizon van het begrijpen kan zo verbreden. Pijn, heftige gevoelens en verwarrende ervaringen horen bij de psychotherapie zoals bloed bij de geneeskunde hoort; wie er niet tegen kan, kiest beter een ander vak. Sommige auteurs beklemtonen de capaciteit van de therapeut tot mededogen: Mededogen is een innerlijk ervaren solidariteit met allen die lijden. Het weten dat alle leven lijdt onder de pijn van de vergankelijkheid en onder de wanhopige poging daaraan te ontsnappen.ⁱⁱⁱ

De client ziet soms mijn tranen en dat is prima. Belangrijker is dat ik door ervaring weet dat cliënten mijn 'tijdelijk mee-vibreren' met hun zware ondraaglijke emoties als geborgenheid en even niet alleen zijn beleven. Daardoor krijgen ze ruimte om een stap verder te gaan door de traumatische ervaring te herbeleven of aan het ongezegde woorden te geven. Aan het einde van een dag met enkele van dergelijke sessies heb ik aandacht voor mijzelf. Door iets leuks te gaan doen, door aandacht van mijn partner te vragen, door te lachen, door humor te zoeken. Ik doe dingen waardoor ik de emoties en energie die niet bij mij horen los kan laten.

Over invoegen in het leven en de context van de client en zijn systeem wil ik het volgende zeggen.

Wanneer iemand in nood, met een beleving van langdurige ondraaglijkheid, mijn kamer binnenkomt, dan volg ik hem met 'al mijn zintuigen' (Leijssen 1998). Zoals bij Majid in de casus in dit hoofdstuk: Terwijl onze sekse niet dezelfde is, zoek ik naar wat ons verbindt in onze achtergrond, in onze klasse, in onze religie, onze muziekvoorkeur, onze familietradities, onze levenservaringen. En dan, vroeg of laat, bevestig ik vanuit mijn intuïtie wat hij vertelt of probeert uit te drukken. Ik knik, glimlach of onthul een stukje uit mijn leven waarmee ik denk dat hij zich kan verbinden. Dan neem ik waar ik of mijn interventie aansluit bij wat hij zoekt. Zo ja, dan help ik hem om emotioneel en cognitief in verbinding met mij bij zijn emoties te blijven. Zo niet, dan wacht ik op de volgende aansluit-mogelijkheid. Als ik geduldig blijf luisteren, emoties in mijzelf laat opkomen en niet tegenhoud, dan weet ik dat, hoever de client ook van mij lijkt af te staan, de verbinding, de kans op een transitionele ruimte zal ontstaan.

Hiermee zeg ik dat de methodiek, in dit boek onder woorden gebracht, bruikbaar is voor hulpverleners die denken veel te verschillen met mijn wereld. Iedereen heeft levenservaringen, kwaliteiten en vaardigheden waarmee je transitionele ruimtes kunt leren creëren met cliënten uit andere culturen. En spiegelneuronen hebben we allemaal. ...

i. Erskine, R.G., Moursund, J.P. & Trautmann, R.L. (1999). Beyond empathy: A therapy of contact-in-relationship. Philadelphia: Brunner/Mazel.

ii. Marco Iacoboni (2008) Het spiegelende brein: over inlevingsvermogen, imitatiegedrag en spiegelneuronen, Amsterdam, Uitgeverij Nieuwezijds.

iii. Mia Leijssen (1998) De Therapeut, in: Trijsbrug, W., Calijn, S., Lietaer, G., Columbien, E., (Red.), Handboek Integratieve Psychotherapie. Maarssen, Elsevier/De Tijdstroom.