

Het kunnen uithouden

De kracht van
machteleloosheid

Andries Baart

"Veel te vaak werken we als professionals met een beperkt zicht op de werkelijkheid van onze cliënten en staren we door een voorruit vol stickers en met onze mascottes bungelend aan de spiegel. Beperkt zicht dus."

Beste lezer,

Begin 2025 verschijnt mijn nieuwe boek *Iemand voor iemand – Handboek presentie*. Een belangrijk thema hierin is 'het kunnen uithouden'. Goede zorg richt zich niet alleen op het verhelpen van problemen, maar ook op het verdragen van ongemak, onzekerheid en open einden.

Dit artikel gaat in op de essentie van dit onderwerp. Ik bespreek de grenzen van hulpverlening en hoe het erkennen van machteloosheid van waarde is. Met concrete voorbeelden hoop ik hulpverleners te inspireren betekenisvol te kunnen zijn, zelfs wanneer oplossingen uitblijven.

Opgedragen aan Mieke Grypdonck, em. hoogleraar verplegingswetenschappen.

Andries Baart
December 2024

Iemand voor iemand – Handboek presentie

In een samenleving die steeds meer vraagt om mensgerichte zorg, biedt de presentiebenadering een vernieuwend perspectief. Andries Baart presenteert in *Iemand voor iemand – Handboek presentie* een visie die menselijkheid, aandacht en relationele zorg centraal stelt. Dit boek is niet alleen een naslagwerk, maar ook een praktische gids voor iedereen die met mensen werkt, van hulpverleners en beleidsmakers tot docenten en onderzoekers. [Meer info >](#)

1. Onderwerp

Het is uitdagend maar ik waag me er toch aan: bij de opening van het academisch jaar ligt de volle nadruk op de opleiding tot mensgerichte professional die in staat zal zijn anderen bekwaam te helpen, maar ik ga het hebben over 'professionele machteloosheid'. Weliswaar zelfgekozen machteloosheid, maar toch: niet bepaald een thema dat je zou verwachten. We weten uit onderzoek dat je pas een goede hulpverlener wordt als je doordrongen bent van de beperkingen van je kunnen. Juist waar hulpverlening niet lukt, worden we geconfronteerd met de vraag wat anderen helpen ten diepste is en vergt. Als het maximale of optimale niet bereikt kan worden, wordt de vraag urgent wat dan minstens behaald dient te worden. Is dat eenmaal benoemd, dan kunnen we terugkeren naar de hulp die wel lukt en de kritische vraag opwerpen of daar dat minimale eigenlijk ook bereikt is. Het antwoord is niet noodzakelijk bevestigend: hulp die geslaagd heet, voldoet zeker niet steeds aan die basale norm. Door in te gaan op 'trouw vergezellen' en 'het kunnen uithouden' – beide onderdeel van de veel bredere presentiebenadering – maken we zichtbaar wat in geslaagde hulp, zorg, bijstand, therapie, enzovoort ten minste bereikt moet zijn.

We ondervinden moeilijkheden

Hoeveel we ons moeten aantrekken van gedragsdeskundigen die ons beloven effectief te helpen, staat te bezien. Vooraanstaande theoretici maar ook onze eigen, alledaagse ervaringen temperen ons optimisme:

- Wat begrijpen we nu precies van psychische aandoeningen?
- Weet je wel hoe ingewikkeld de mens is?
- We zijn veel onmachtiger in het repareren en het wegmaken van mentale, psychische, existentiële problemen dan we zouden willen.
- Van labels plakken word je niets wijzer terwijl het te vaak diagnoses en classificaties regent.
- Ziektes en klachten zijn óók culturele verschijnselen, bijvoorbeeld van verwende mensen, van miskende burgers of misbruikte arbeidskrachten – je moet niet bij de patiënt zijn.
- Onze 'verbeteringen' gebruiken dezelfde logica als waarvan we ziek werden: meer van hetzelfde dus.
- Het leven wordt niet goed, laat staan perfect en storingsvrij, als we de foutjes en fouten wegwerken: het is tragisch, gebroken, eindig – we hebben een overdreven beeld van het goede leven. En die kleinigheden die we wegwerken staan in geen verhouding tot de grote verliezen die ons boven het hoofd hangen.
- We kunnen wel wat (heel wat zelfs) maar het is veel minder afdwingbaar dan we aannemen.
- Opgeloste problemen brengen dikwijls nieuwe voort of geven terugval: een verbetering stabiliseren is lastig.
- Geslaagde probleemoplossingen hebben gewoonlijk ook nare bijeffecten doordat ze onteigenen en bestaande identiteiten zoek maken: wie ben je nog als je verslaving verholpen en je psychiatrische aandoening beheersbaar is? Enzovoort.

We kunnen veel, maar veel ook niet

We kunnen veel, heel veel zelfs, maar we denken verhoudingsgewijs weinig na over wat we niet kunnen, waar interventies of therapieën tekortschieten of over wat anders dan met dit standaarddenken benaderd moet worden. Over dat ontbrekende stukje gaat deze lezing.

Om misverstanden te voorkomen: ik schuif onze bestaande kennis en kunde niet aan de kant, maar ik plaats een bescheiden vorm van zorg op de voorgrond die weinig aandacht krijgt en meestal alleen aan de orde is als we niet zo veel kunnen. Een onderbelichte vorm van zorg dus die niettemin zowel belangrijk is als heel goed kan doen.

Ik heb er vaker mijn hoofd over gebroken en ook in die context de betekenis geanalyseerd van bescheidenheid, verdunde ernst, alledaagsheid, enzovoort. Lees hiervoor mijn *Iemand voor iemand – Handboek presentie*. Nu kies ik een andere ingang, namelijk die van het 'trouw vergezellen' van de zorgvrager en schets daarbij voor welke opgaven dit de hulp- of zorgverlener stelt. Ik vermoed dat dat bijzonder relevant is voor deze Academie voor Geesteswetenschappen.

Welke hulp staat me voor ogen? Aan wie? Hoe taai zijn de vraagstukken?

Ik denk aan mensen:

- die worstelen met het leven, die rouwen, die verward zijn, die zwaarmoedig zijn en aan wie het moeilijk valt om te leven en van dat leven te genieten;
- die ontheemd en getraumatiseerd bij ons komen wonen;
- die verslaafd en van het pad zijn;
- die angstig zijn, zich terugtrekken en eenzaam leven, die niet thuis zijn in hun gezin, buurt of lijf;
- die anders zijn – fysiek, cultureel, mentaal, sociaal – en nauwelijks geaccepteerd worden.
- die rusteloos dolen en nergens hun draai vinden;
- die een burn-out hebben gekregen en bij wie het leven niet meer lukken wil of moeizaam gaat;
- die getroffen werden door kanker en gehavend verder moeten zien te leven of hun wisse dood tegemoet gaan;
- die geen wijs meer kunnen uit zichzelf, uit hun driften, hun verlangens of hun gender;
- die elders uit hun huis zijn gebombardeerd, die vervolgd worden om wie ze zijn, die op weg hierheen zijn leeggeschud en nu hun tijd moeten zien om te brengen terwijl ze alle dagen moeten wachten.

Ik denk ook – heel ander vaatje – aan concrete casuïstiek.

Bijvoorbeeld aan de mensen die Frans Bromet onlangs in zijn revalidatiecentrum indringend portretteerde: sommigen sterven, de meesten komen er bovenop maar vaak met een zeer aanzienlijke beschadiging. Ze moeten verder, hoe dan ook. Na de opname begint het pas echt – en wie is daar?

Ook denk ik aan de mensen die ernstig lijden aan hun psychiatrische aandoening en intens verlangen naar de dood. Aan het dikwijls pijnlijke getob dat daarmee gepaard gaat en de beëindiging van de problemen die minstens zoveel verdriet met zich meebrengt als opluchting en bevrijding.

Ik denk aan de vrijwilligster die inmiddels al zo'n tien jaar optrekt met een (eenzame) vrouw die vrijwel permanent in een psychiatrische kliniek woont, verslaafd is, weinig coherent lijkt te zijn en die met de instelling eindeloos strijd moet leveren over wat ze wel of niet zou mogen, of dwangmaatregelen opgeheven kunnen worden, of ze een weekendje naar huis mag en die, als ze enige vrijheid krijgt, gemakkelijk in haar oude patronen terugvalt en zo weer vakkundig haar glazen ingooit. Een aardige en attente vrouw ook maar geen mens die bij haar blijft, behalve deze ene vrijwilligster dus: haar tochtgenote.

Ik denk aan de jonge moeder (24 jaar) van drie uit huis geplaatste kinderen. Ze is wat je noemt 'explosief', worstelt met een kluwen van problemen, ze heeft een groot en sensitief eergevoel, zucht onder haar verleden, is behept met een groot wantrouwen en wil moeder zijn: wie houdt het met haar uit?

Ik denk aan de jongere met een eetprobleem: zeer ernstig, bijna niet aanspreekbaar en balancerend op de rand van de dood. Het is een en al zoeken naar een ingang, naar een minuscule mogelijkheid om met elkaar te spreken en verdere dwang voor te zijn. Het lukt niet, het duurt en het duurt maar, het wordt almaar erger. Als je doorpakt gooi je je glazen in en als je loslaat suïcideert ze zich waarschijnlijk. En dan zijn er ook nog haar ouders. Geen idee wat helpt maar wie is bereid bij haar en haar ouders te blijven. Heel veel anders, heel veel beters is er niet.

Ik denk aan Alicia van dertien jaar uit de gelijknamige documentaire (2017). Een meisje dat niet bij haar moeder kan wonen en daarom in een pleeggezin is geplaatst. Doordat een van de pleegouders overlijdt, moet ze daar weg en belandt in de intramurale jeugdzorg. Die slaagt er niet in een geschikt 'plekje' voor haar te vinden. Alicia raakt diep gefrustreerd en geeft steeds meer en steeds heftiger problemen. Ze wordt onhandelbaar en telkens wordt haar een strenger regiem opgelegd. Het is niet om aan te zien. Velen zeggen voor haar te zorgen maar wie blijft er bij haar? Ze eindigt in zware jeugddetentie terwijl er maar twee problemen zijn waar zij part noch deel aan heeft: ze kan niet bij haar moeder wonen en niemand vergezelt haar trouw op zoek naar een geschikte woonplek. Verlatenheid.

En ten slotte, gaat het ook om de boze burger, die zich tekort gedaan voelt, die geen vertrouwen heeft in overheden en professionals, die erom schreeuwt gehoord en gezien te worden maar nauwelijks tevreden te stellen lijkt. Die in wanhoop en boosheid oplossingen over zich afroept die eerder kwaad dan goed doen.

Een breed scala dus van concrete situaties met als rode draad:

- Het komt niet zomaar goed en misschien kan het wel nooit goed komen, in elk geval is er geen duidelijke uitweg voorhanden.
- Je weet amper wat 'goed' is omdat elke denkbare uitkomst ambivalent of onhaalbaar is.
- Het zijn situaties die ons met onze beperkte macht confronteren en met problemen die amper 'opgelost' of weggemaakt kunnen worden, en waar onze kennis gemakkelijk tekortschiet.
- En het zijn situaties waar je graag uit stapt: ze zijn naar en zwaar. Je bent dergelijke zorgbehoeftigen liever kwijt dan rijk.

Ze zijn minder uitzonderlijk dan je zou denken. Mijn punt is dat je voor de keuze staat: ofwel je ontkent dit en trekt weer een therapie of interventie uit de kast, ofwel je erkent dit en zoekt een andere weg waarin een zekere vorm van 'machteloosheid' bestaat maar vruchtbaar gemaakt wordt.

2. Willen

In de beschreven situatie bij de ander blijven en deze niet verlaten, is een grote opgave. Zeker als je niet veel kunt uitrichten en succes uitblijft. Dat is werkelijk een grote opgave en tegelijk een indringende confrontatie met het feit dat we vaak helemaal niet zoveel kunnen. In elk geval is het verre van eenvoudig goede resultaten te boeken, laat staan om het probleem te laten verdwijnen. Situaties dus die uitnodigen om als professional in te binden en vooral bij de ander te blijven – deze trouw te vergezellen in haar of zijn tocht door de moeilijkheden.

Contouren van het vergezellen

Dit is wat me voor ogen staat: dit erbij blijven terwijl je in zekere zin machteloos bent. Natuurlijk kun je wel wat, namelijk het gebruikelijke professionele handelen ontplooien, je interventie doorzetten en daar vurig in geloven. Geen twijfel tonen maar zekerheid – al zou je beter kunnen weten.

Opschorten – In zeker zin wordt hier gevraagd er bewust voor te kiezen je dominante professionele logica van oplossen en verbeteren op te schorten, om uit het gebruikelijke stramien te stappen en een grote mate van terughoudendheid aan de dag te leggen. Het móét niet, het is een keuze. Het is geen overmacht die je dwingt, je denkt dat het verkieslijker is om het zo te doen. Want ik zei het al: zo zeker weten we het immers niet, zo eenvoudig is het niet, zo planbaar is het niet en het is zelfs de vraag of het überhaupt wel goed kan komen.

De moeilijkheden vormen een goede aanleiding je bescheiden op te stellen, niet al te deskundologisch uit de hoek te komen en vooral basale hartelijkheid en gewone menselijkheid te tonen. Dat moet sowieso en kan maar beter niet tussen de wielen raken van de ambitieuze plannen om ver te komen: het beste is dan de vijand van het goede. Hoe dan ook, niet bepaald wat we denken dat professionals moeten doen en bepaald ook niet wat ze meestal doen. En toch kunnen het heel adequate reacties zijn.

Trouw vergezellen – Het lijkt ingewikkeld: soms is erbovenop zitten – onbescheidenheid dus – juist nuttig en leidt tot goede resultaten. Wat ik voorstel als ‘terughoudendheid’ is echter ook ambitieus, en zeker geen uitgedoofde moedeloosheid of lauwheid. De ambitie zal ik verderop benoemen maar het is van belang op te merken dat het bij trouw vergezellen om een vorm van machteloosheid gaat die je zelf kiest én die ook wat oplevert.

We hebben het dus niet over wanhoop en hopeloosheid. De tegenstelling is dus niet: ervoor gaan versus het opgeven. Je gaat slechts een andere weg bewandelen om iets goeds te bewerkstelligen en ja, daarbij zul je kwaliteiten aanwenden die men meestal niet hoog aanslaat en niet professioneel acht maar die het wel zijn.

Wat je met de gebruikelijke ambities kunt bereiken, weten we wel zo’n beetje, maar wat je kunt bereiken of betekenen met deze terughoudendheid en bescheidenheid is veel minder bekend. De beide manieren om de ander bij te staan kunnen in elkaar overlopen.

Trouw vergezellen is echter tegelijk een andere manier om met onze evidente onmacht en beperkte vermogens om te gaan: niet negeren, je er niet overheen bluffen maar ze ombuigen in nuttige bescheidenheid.

Het willen

Je moet het dus willen en durven. De werker kiest ervoor en de omstandigheden (wat realiter haalbaar is en wat niet) geven er weliswaar aanleiding toe, maar de werker begrijpt ook wat in dergelijke beperkte mogelijkheden verstandig is om te doen – en dat is in elk geval niet de beperkingen met misplaatste zekerheid terzijde schuiven.

Dat er ook moed voor nodig is, komt niet alleen doordat de omgeving het maar moeilijk snapt maar ook omdat er een weg ingegaan wordt met een open einde: je kent de route niet en je weet niet waar je uitkomt. Soms heb je zelfs geen gevoel van richting; waar gaat dit heen? Het enige wat je weet is: zo ga ik (vanaf hier) verder en ik zie af van de meer gebruikelijke aanpak want die is ongepast, bevat te veel geweld en draait te veel om wat ik denk dat goed is. Je hebt goede redenen maar geen zekerheden. Je wilt het. Of je het ook kunt en of er iets goeds achter vandaan komt, staat allerm minst vast.

3. Trouw vergezellen

Ik beschrijf hoe dat trouw vergezellen verloopt en baseer me daarbij op het onderzoek dat we al decennia doen en op enkele hoofdstukken uit *Iemand voor iemand – Handboek presentie* dat in 2025 verschijnt.

We zien het werkers doen en ik heb het ook al vaak beschreven. Het gaat om verhoudingsgewijs lange trajecten. De professional stelt zich niet op als expert, degene die thuis is in deze pijnlijke

uitzichtloosheid en zou weten hoe je eruit komt maar kiest de positie van de metgezel die meetrekt. Dat trouwe vergezellen heeft enkele typische kenmerken die we hierna de revue laten passeren.

Trouw aan de ander – Een belangrijk kenmerk is in elk geval trouw zijn, erbij blijven, je beschikbaar stellen en almaal terugkomen. Wat ‘trouw zijn’ is – geen gemakkelijke vraag – laat ik hier rusten en heb ik elders verkend. Hoe dan ook is de idee erachter dat de ander iets doormaakt wat zal uitwijzen wat je als metgezel te doen staat. Trouw vergezellen is dus de aandacht verleggen van jezelf en je goede bedoelingen naar de ander, die laat blijken wat goed doet en hoe het verder moet.

Vertrouwen in het proces – Het betekent ook als metgezel je vertrouwen stellen in de ander en diens route, en dus niet denken dat je ergens anders kunt leren begrijpen wat je moet doen – of dat nu uit een handboek, een beleidsnota, of databank vol methodieken komt. Dat vertrouwen – ook al een onderwerp dat in *Iemand voor iemand – Handboek presentie terugkeert* – is een soort toevertrouwen. Je besluit niet: ik heb positieve ervaringen, ik plus en min in deze casus en daardoor heb ik er alle vertrouwen in dat het goed komt. In ons onderzoek zien we deze zekerheid niet, maar wel de bereidheid om zich toe te vertrouwen aan het proces zelf. De gedachte is: als we zo verder gaan, doe ik het goed – los van de vraag of het ook goed komt.

Belangstellend zijn – De werker die optreedt als metgezel is niet alleen fysiek vindbaar, stoorbaar en nabij, maar ook mentaal. Dat betekent minstens dat de werker de ander volgt en belangstellend is naar wat deze doormaakt, hoe deze hetgeen gebeurt beleeft en benoemt, wat deze kennelijk mijdt respectievelijk opzoekt. Welk verhaal de betrokkene over het eigen leven vertelt, hervertelt en nogmaals verhaalt. Aandacht is een sine qua non, en wel in de modus van open belang stellen in de ander. En als er wat ernstigs gebeurt, kan men terecht bij de professional, de metgezel. Het is die gezel niet om het even wat er wordt van de betrokkene.

Kunnen afwachten – Een volgende kenmerk is afwachten. Je weet niet op wat je wacht totdat het zich voordoet: is dit wat we moeten doen, is dit een uitweg, is dit haalbaar, gaat dit goed doen? Afwachten gebeurt dus met alertheid, bestaat uit het lezen van signalen, het opmerken van kleine verschuivingen, andere verwoordingen of zich plotseling aandienende middelen. Ik kom er hierna nog op terug. Zeker is wel dat afwachten niet betekent: ik heb rijtjes in gedachten en als een van die punten voorbij komt, grijp ik dat meteen aan. De werker die zo afwacht, reageert als een sorteermachine: dit doet er niet toe, daar hebben we niks aan, hier hoef ik niks mee maar hoera: dát kunnen we gebruiken, dat is een goede ingang.

Geduld bewaren – Trouw vergezellen vraagt erom het lineaire idee van de tijd en het tijdsverloop te verlaten en je over te geven aan een meanderende tijd: soms draait het proces in cirkels en kom je ogenschijnlijk amper vooruit, dan versnelt het zich, schiet van links naar rechts en soms wordt er duidelijk vooruitgang geboekt – die niet bestendig hoeft te zijn. Geduld, meebewegen, blijven kijken, is het motto. Ook al niet gemakkelijk voor professionals, of breder: voor de gemiddelde mens. Waar mag dat: de (vereiste) tijd nemen? Waar vinden we het besef dat zo’n diepte-investering zich mettertijd terug betaalt?

Het kleine zien – Die kronkelig verlopende tijd moet ook als een transitietijd (of zelfs: transformatietijd) benoemd worden. Ik bedoel daarmee dat het geen dode maar levende tijd is; er gebeurt van alles en daardoor verandert de cliënt, de professional, het probleem maar ook het zicht op middelen en doelen, de vertelling over het leven en dus de interpretatie van wat er op het spel staat. Met welwillendheid gezegd: de tijd rijpt en daarmee het idee van wat goed zou kunnen doen: het is tussentijd, verteertijd. En doordat er in die tijd veranderingen optreden is waakzaamheid geboden: als je ze niet ziet, zijn ze er niet en kunnen ze ook niet te baat genomen worden. En als je ze niet ziet, heb je waarschijnlijk jezelf op slot gezet. Het andere kan niet tot je doordringen.

Het leven ondergaan – In onderzoek waarin we deze manier van doen hebben gevolgd, zien we ook dat de professional door dit trouwe vergezellen mede ondergaat wat de ander ondergaat – in positieve en negatieve zin. Het is soms medelijden in de meest letterlijke zin – het veel bespottende idee van zinloosheid ('door mee te lijden verdubbel je het leed'): jij moet ook eindeloos wachten en maakt de spanningen daarvan ten volle mee, jij wordt ook gekleineerd en teleurgesteld, jij ervaart hoe aardig sommige hulpverleners zijn maar jij ondergaat ook de wrede en onverbiddelijke bureaucratie, de eigengereide hooghartigheid van anderen en de moeilijkheid om deskundigen zover te krijgen dat ze echt naar je luisteren. Cliënten zeggen tegen de professional: '... zo, voel jij het ook eens', of: '... zo gaat het nu altijd', of: '... ik dacht dat het aan mij lag maar jij ervaart het dus ook zo'. Hetzelfde ondergaan, vormt ook een bevestiging: ja het is erg, nee, het ligt niet aan jou en het is goed dat je nu niet alleen gelaten bent. Bij de werker ontstaat er een ander – dikwijls beter – begrip, van de pijn, het verlangen, van de moeilijkheden, van wat goed kan doen. De metgezel is ook bondgenoot. Medelijden is in deze context een onhandig begrip, solidariteit is al veel beter. Overigens verdwijnt het probleem soms doordat het onvermijdelijke wordt geaccepteerd en juist die aanvaarding ruimte biedt goed verder te kunnen leven.

4. Worstelen met jezelf

Het zal duidelijk zijn dat de werker dit alles niet zonder slag of stoot doet. Het is hard werken.

Tegendraads – Deze manier van helpen en zorg bieden is voor de meeste professionals en hun leidinggevendenden contra-intuïtief: door de bank genomen vindt men dat professionals zo niet te werk behoren te gaan en zo hebben ze het ook niet geleerd. Het druist in tegen de idealen van het vak en vloekt ten dele met het professionele discours als zodanig dat zegt hoe je deskundig intervenueert, wat een doelmatige besteding van de middelen is, wat acceptabele resultaten zijn en bijvoorbeeld wat je net zo goed kunt overlaten aan vrijwilligers en mantelzorgers. Is dit soort vergezellen wel iets voor de professional?

Maar het gaat ook in tegen het publieke discours dat de boodschap uitdraagt: 'Wij kunnen het en wees positief!', 'We lossen het op – desnoods duurt het wat langer, maar het komt goed!'. Moderne professionaliteit baseert zich op wat bewezen effectief heet te zijn, behoort aan te sluiten bij het maakbaarheidsgeloof, en hecht aan iets waarmee je je vertonen kunt (we verlangen ook in de zorg

naar heldendom en het is een hoog genoteerd ideaal om juist ingewikkelde problemen de wereld uit te helpen).

Maar dat discours is soms ook wreed, overspeelt gemakkelijk zijn hand (het stikt in de sector van onhaalbare idealen, van beloften die niet waargemaakt kunnen worden en van deskundigen die niet zo deskundig zijn), het discours werkt selectief (sluit hopeloze gevallen buiten of gooit ze over de heg) en heeft dikwijls eerder een markt- dan een zorglogica. Hoe dan ook: dat trouw vergezellen is allerm minst vanzelfsprekend! Een professional die toch deze weg gaat, moet dit soort druk kunnen weerstaan.

Onzekerheid – De werker die deze weg gaat, moet onzekerheden aankunnen en ook dat is een ware opgave. Zoals gezegd is de uitkomst van het trouw vergezellen ongewis. Je weet niet wat de uitkomst zal zijn en je weet nog minder of deze goed zal zijn. Dat zou kunnen maar voor hetzelfde geldt modder je tijden aan en ben je na al die maanden of zelfs jaren nog net zo ver als aan het begin. Succes is niet verzekerd. Overigens kunnen we er wel tamelijk zeker van zijn dat dit trouwe vergezellen de ander goed doet – ook als de uiteindelijke uitkomst weinig bevredigend is.

De bedoelde onzekerheid gaat niet alleen over het resultaat maar ook over de werkwijze ('Hoe doe je dat trouw vergezellen eigenlijk op een goede manier?'), over jezelf ('Kan ik dit wel, ben ik wel de juiste persoon hiervoor?') en over de verantwoording ('Ik geloof er wel in maar kan ik derden overtuigend duidelijk maken waarom dit een goede manier van doen is?').

We mogen het niet onderschatten: voor professionals is dit een veeleisende en ook onzeker makende manier van doen, ook als ze er volledig achter staan. Ze besluiten er zelf toe maar ze moeten week in week uit dat besluit hernieuwen – het gaat immers over trouw vergezellen – en dat is lastig of wordt allicht steeds lastiger, zeker als klinkende resultaten uitblijven.

Lastige klanten – En eerlijkheidshalve moeten we ook vermelden dat degene die vergezeld wordt het soms moeilijk maakt om de trektocht tot een goed einde te brengen. Laten we voorop stellen dat het in veel gevallen helemaal niet gaat om ingewikkelde, moeilijke of gedragsgestoorde mensen, maar eerder om ingewikkelde levens waar het reguliere regiem maar moeilijk mee overweg kan, mensen die niet zomaar inpasbaar zijn en die minder belang hechten aan wat 'men' belangrijk vindt.

Maar het kan wel degelijk gaan om heel moeilijke mensen die anderen van zich vervreemden. Mensen die ongezeglijk zijn, die niet voor rede vatbaar blijken, die almaar terugvallen in problematisch gedrag, die gewelddadig en gevaarlijk zijn, die ruzie zoeken, de kluit belazeren of die anderen chanteren (onder wie de metgezel), enzovoort. Het komt allemaal voor, is niet eens uitzonderlijk. Het gaat dikwijls terug op een onderliggend trauma, een waardeloze jeugd of een problematische aanleg. Hoe dan ook: als je je ten doel stelt mensen trouw te vergezellen, maakt dit anders-zijn het (veel) moeilijker. Je gaat twijfelen aan het nut van de tocht, de kans op succes en aan je eigen draagkracht. Je denkt: waarom zou ik dit allemaal moeten doorstaan, waar is dat goed

voor en is de prijs die ik betaal wel in verhouding? Kan ik mijn grenzen bewaken en ben ik in staat te bepalen wat oké is en wat te ver gaat? Kan ik voorkomen dat ik uitgeput raak en dan als een blad aan de boom omdraai, hard en cynisch word?

Niet opgeven – En dat brengt ons bij de volgende worsteling. Je moet ook de verleiding kunnen weerstaan om het op te geven – en die verleiding kan heel groot zijn, zoals we daarnet al zagen. Je kunt de ander wel achter het behang plakken, je hebt er geen zin meer in, het valt te zwaar, en je bent sterk geneigd het op te geven en de hulpzoeker te verlaten. Al te goed is immers buurmans gek. De verleiding om terug te keren tot een meer gebruikelijke manier van werken is groot – niks meer the extra mile gaan. Waarom zou je, je wordt er knetter van en wie zegt je dat al die investeringen tot iets goeds leiden? Tegelijk weet je ook dat als jij er (óók) mee stopt er waarschijnlijk niemand meer is, dat de betrokkene voor de zoveelste keer verlaten en opnieuw beschadigd wordt, dat deze het niet helpen kan en in elk geval geen straf verdient. De verleiding is groot maar de redenen om niet aan de verleiding toe te geven wegen zwaar.

Professionele ondeugden – Überhaupt betekent deze werkwijze dat je met jezelf te knokken hebt. Niet alleen vanwege de verleiding om de stekker eruit te trekken maar ook omdat je simpelweg sympathieën en antipathieën jegens de hulpvrager koestert – de een moet je niet en de ander ligt je veel beter, de een irriteert je mateloos en een ander met soortgelijk gedrag kan rekenen op je mededogen en coulantie. Je probeert wel ‘neutraal’ of in ieder geval evenwichtig te zijn en allen gelijk te bejegenen maar je voelt dat je het niet steeds doet, dat het je soms slecht afgaat – je snauwt, verliest je geduld, je wendt je af en bent kortaf – niets menselijks is je vreemd. Maar als degene die op pad is om de ander trouw te vergezellen kun je daar natuurlijk bezwaarlijk aan toegeven.

Ja, ook als professional heb je ondeugden zoals ongeduld, opvliegendheid maar ook ijdelheid (je wilt succes, kunnen scoren, sterke verhalen hebben). Je hebt je eer (‘Niemand bedondert mij,’ ‘Ik laat niet met me sollen!’ en ‘Met je poten blijf je van mij af!’) en ook dat wekt je ondeugden.

Mocht je al je ondeugden overstijgen met een ontzaglijke goedheid en een enorm incasseringsvermogen dan ben je misschien een halve heilige of domweg een zacht ei, naïef en op de loop voor de bittere werkelijkheid. Het beteugelen van je ondeugden, het trouw vergezellen van de ander die bijzonder veeleisend is en je kritisch vermogen niet opgeven, vormen werkelijk een grote opgave. In elk geval moet je niet alleen je ondergrens maar ook je bovengrens bewaken.

Hoop bewaren – En ten slotte noem ik nog een zesde worsteling. Zoals gezegd, ga je op pad zonder een helder beeld voor ogen van wat je bereiken wilt of kunt. Dat moet gaandeweg duidelijk worden. Ondertussen is het zaak de moed niet te verliezen, hoop te behouden en fiducie in de ander hebben. Dat kan doctrinair gebeuren: het is je vaste, bijna messianistische geloof dat alles uiteindelijk goed komt. Het kan ook ideologisch gebeuren: alles behóórt goed te komen en elk mens

is uiteindelijk goed, heeft potenties en kan op zijn schreden terugkeren.

Maar ik zou de voorkeur geven aan een meer bescheiden insteek: niet de hoop als overtuiging, norm of berekening maar als een leefvorm. Wanneer je als metgezel op pad gaat en er is geen zicht op een oplossing, een doorbraak of een route naar succes dan kan dat beleefd worden als leegte, een bestaan waar de bodem uitgevallen is, en waarvan het gat opgevuld wordt met onmacht, walging of cynisme. Het is niks, het wordt niks en we bereiken niks. Hoop in deze context is de ander, onze relationaliteit: ik zie jou en wij houden elkaar vast. Of het goed komt? Ik weet het niet en hoef het ook niet te weten, maar we houden elkaar vast en ik vergeet niet dat je een mens bent zoals ik. Als ik dat niet meer zou beseffen, zou het me koud laten of je naar de kelder gaat. Dat vasthouden en verder leven, dat is hoop als levensvorm. Daaruit spreekt een manier van omgaan met de werkelijkheid die niets van doen heeft met de kans op succes of het uitkomen van verwachtingen. De relationaliteit maakt het mogelijk om in moeilijke omstandigheden te overleven, door te gaan – kome wat komt – en ze is dankbaar als het kwaad wijkt en iets van verlichting doorbreekt. Zulke hoop kun je niet uit een boekje halen maar moet je al doende wekken en met bescheiden ‘rituelen’ hooghouden, en vooral de verleiding weerstaan deze hoop om te buigen tot een voorspelling, een plan of belofte. Het is de opgave vertrouwvol met ‘uitzichtloosheid’ om te gaan. We spreken van een onbestemde hoop die het mogelijk maakt door te gaan waar stilstand ‘opgeven’ betekent.

Spirituele tradities

Zes worstelingen die even empirisch en modern zijn als klassiek en spiritueel. Men kan er de echo's in horen van stichtelijke literatuur die je voorhoudt hoe op het goede pad te blijven, verleidingen te weerstaan, je te beheersen en dagelijks te oefenen, je ondeugden te beteugelen, tegenslagen te incasseren en te beseffen dat zich ooit de donkere nacht op de berg zal aandienen: de ontreddende ervaring dat het allemaal niet kan, tot niets leidt en dus een hopeloze inspanning is, een misplaats geloof in de goede afloop. Maar ook deze duisternis kan men doorkomen: er is leven aan de andere kant.

In dit soort literatuur zal men het afleggen van deze weg gewoonlijk als een gefaseerd gebeuren voorstellen waarin elke fase zijn eigen opgaven kent en er een verlicht verband in de fasering steekt. Gegeven het beperkte kader van deze rede, laat ik dat nu rusten. Dat het ondertussen een dynamisch geheel is met een eigen logica, betwijfel ik niet. Het gaat in elk geval niet om een losse verzameling worstelingen en opgaven.

Twee bijzondere leerstukken

In de presentie hebben we in deze context twee leerstukken ontwikkeld die vermeldenswaard zijn maar hier slechts beknopt aangeduid kunnen worden.

Gebroken goed – Enerzijds het idee van ‘gebroken goed’: het streven naar een goed – tastbaar, moreel, ervaarbaar – dat nooit echt goed zal zijn, dat je mogelijk niet bereikt,

nooit zult zien, dat ligt ingebed in nadelen, dat rafelig en smoezelig is en misschien niet blijvend kan zijn. Hoe dan ook, geen 'onverdeeld' goed maar een 'gebroken' goed zonder dat het betekent dat we het niet meer zouden moeten nastreven.

Onmachtscompetentie – Het tweede betreft de onmachtscompetentie: het vermogen of de deskundigheid om, als je in probleemoplossende zin niets meer kunt doen, tóch betekenisvol te zijn voor degenen die hulp nodig hebben en hen niet te verlaten. Dat is welbeschouwd het vermogen niets te vermogen en toch niet uit elkaar te vallen en af te nokken. Er betekenisvol bij blijven is er de kern van.

5. Actief zijn

Uit ervaring weet ik dat men dit vergezellen te gemakkelijk opvat als iets passiefs. De gekozen formuleringen geven daar soms aanleiding toe: zelfgekozen machteloosheid, bescheidenheid, zonder kant-en-klare plannen, je ontvankelijk opstellen, afwachtend en volgend zijn en zo meer. Dat zijn de juiste termen maar ze impliceren geen passiviteit, net zo min als willoze inschikkelijkheid of toekijken.

Paradox van machteloosheid – Misschien is het verhelderend om te beginnen met de paradox van machteloosheid. Kort gezegd komt die erop neer dat in de (zelfgekozen) positie van machteloosheid gewoonlijk macht schuilgaat. Deels in de vorm van een koppig en stil verzet, eigengereidheid, een blok aan andermans been zijn, een dreiging vormen (straks ontploft de situatie en komen de machtelozen in opstand om hun rechten op te eisen), enzovoort.

Relevanter hier is de andere gestalte: machteloosheid als de positie om een ter zake doende interpretatie van de sociale werkelijkheid te ontwikkelen. En dat is wat er onder meer gebeurt bij trouw vergezellen. Je kunt misschien niet veel en je hebt er bovendien voor gekozen om de interventies die je wel tot je beschikking hebt, achterwege te laten. Daarmee sta je op de positie van de 'machteloze' maar precies door daar te staan, leer je ook zien wat er wel zou kunnen en verkieslijk is. Dat is nuttig en brengt je op de positie waar anderen niet zo snel komen. Literatuur over machteloosheid miskent deze paradox gewoonlijk en is helemaal in beslag genomen door de vraag hoe machteloosheid overwonnen kan worden: ze wordt gezien als iets wat disfunctioneel is, nutteloos en wat je dan ook niet zou moeten willen. Mij lijkt dat dus een misverstand.

Waakzame responsiviteit – Het moge dan zijn dat de vergezellende werker geen noemenswaardige sturing aan het proces geeft, het betekent niet dat deze zit te niks.

(a) We wezen er al op: kenmerkend is de voortdurende, open aandacht voor wat er gebeurt, wat er zichtbaar wordt, hoe er gesproken wordt, wat iemand ondergaat en hoe dat doorwerkt, enzovoort. Dat vergt waakzaamheid, belangstelling, oog voor details, het vermogen verschillen te zien (tussen nu en tijdje geleden, tussen het eerste verhaal en hoe er nu gesproken wordt) en het voortdurend aftasten van wat zich voor je neus afspeelt.

(b) Het vergt ook 'zelfbetrapping' waarmee we het kritisch nadenken over jezelf – al dan niet met de hulp van derden – aanduiden: hoe kijk ik eigenlijk, waaraan blijf ik (nooit) hangen, waar word ik blij of juist woedend van? Goed kijken naar degene die je vergezelt, gaat niet zonder tegelijk scherp en kritisch naar je eigen waarnemen, emoties, aanvechtingen en interpretaties te kijken. Dat verloopt allesbehalve passief en trouwens ook niet relaxt. Dit soort aandacht gaat gepaard met een voortdurende gespannenheid.

Als het om (a) gaat, is deze aandacht vaak ingekleed in samen koffie drinken, samen naar een instantie gaan, het huis opruimen, een boodschapje doen, de administratie ordenen of wat dan ook. We noemen dat in de presentie 'verdunde ernst': ernstige zaken die gemengd met doodgewone en praktische activiteiten aan de orde kunnen komen en zo dikwijls beter bespreekbaar zijn. Als het om (b) gaat, wijs ik er graag nog eens op dat de werker die trouw vergezelt soms ook ondergaat wat de cliënt ondergaat en zo aan den lijve voelt wat deze voelt. Ook dat is taaie arbeid, en om ervan te leren is een actief proces van verwerken nodig – ondergaan op zich is niet voldoende. We hebben het dus over hoeveel werk er steekt in 'waarnemen'.

Mogelijke keerpunten opmerken – Maar er is meer. Dit trouwe vergezellen gebeurt meestal als het niet duidelijk is wat goed kan doen, wat concreet nagestreefd moet worden of als onze kennis en mogelijkheden tekortschieten. Tegen deze achtergrond is het belangrijk dat de metgezel het opmerkt als er zich in het leven van degene die vergezeld wordt een mogelijk keerpunt of een potentiële doorbraak aandient. Dat kan een gebeurtenis zijn, een inzicht of bijvoorbeeld een nieuwe verhaalversie die ineens mogelijkheden biedt om verder te komen of die zicht geeft op wat goed zou doen. Zulke keerpunten zijn gebeurtelijk: je kunt ze niet plannen, niet maken. Hooguit een beetje bevorderen. Ze doen zich voor of niet. Maar of ze zich voordoen weet je niet, net zo min als hoe ze eruit zien. Erg duidelijk zijn ze meestal ook niet: als je niet scherp oplet, mis je ze en is de kans voorbij. Of er een nieuwe kans komt, weet je niet. Toch zijn het essentiële gebeurtenissen omdat ze een nieuwe toekomst kunnen inluiden.

Soms hebben keerpunten een andere vorm: ineens lijkt het mogelijk om noodzakelijk geachte hulp toe te laten en mag een ander dichtbij komen. De bereidheid is er plotsklaps. Nog weer anders zijn 'negatieve' keerpunten: het gevaar dat het misgaat is zo groot geworden dat de betrokkene omkeert en ontvankelijk wordt voor hulp. Dat gebeurt bijvoorbeeld wanneer de arts geloofd wordt die zegt dat doorgaan op deze weg van alcohol- en drugsgebruik binnen afzienbare tijd tot de dood leidt. Het zijn keerpunten, tenminste als opgepikt worden.

Juist het opmerken van zulke uiteenlopende keerpunten bevat dus de ratio van dit trouwe vergezellen: dat levert dus wat op, machteloosheid wordt productief, de meanderende tijd blijkt transitietijd. Er treden veranderingen op die helpen te begrijpen wat je (verder) zou kunnen doen. Ik zeg niet: die de oplossing brengen. Het gaat niet om oplossen, er valt vaak ook niets op te lossen – soms is het wat het is, gruwelijk of niet – maar het zijn eerder kleine verschuivingen die helpen te

begrijpen wat de situatie meer leefbaar en genietbaar zou kunnen maken. Als keerpunten zichtbaar worden, zal de metgezel een weg zoeken om ze daadwerkelijk tot ontwikkeling te brengen en deze kans dus te baat te nemen. Dat vraagt voorzichtigheid, terughoudendheid maar tegelijk ook het vermogen te gaan improviseren, te doen wat kansrijk en in de situatie kennelijk passend lijkt. Ook dat scharen we onder de actieve aspecten van het vergezellen.

Vieren en betreuren – Er is nog een andersoortige activiteit die vermeldenswaard is. Door te vergezellen en met elkaar hoogte- en dieptepunten mee te maken, ontstaat ook de mogelijkheid deze real time te doorleven: samen schelden op de waardeloze dienstverlening, samen een gebakje eten als er succes is geboekt, samen uitwaaien als de stoom uit je oren komt. Dat zijn de kleine rituelen waar het hierboven al over ging. Ze helpen gebeurtenissen te vieren, te vervloeken, weg te lachen, klein te maken of met dankbaarheid te aanvaarden. Dat zijn kleine gebaren van bevestiging: het is niet onopgemerkt gebleven, het is gezien. En dat helpt. Het zijn bescheiden aanzetten tot transformatie en als er al keerpunten aan zitten te komen, dan worden ze met deze alledaagse rituelen in elk geval verstevigd.

Begrip ontwikkelen – De metgezel zit niet slechts ‘waar te nemen’ maar zegt er ook wat van: verwoordt wat hij of zij ziet, vraagt opheldering (betekenis, beleving) of hoe het benoemd zou moeten worden. Verkenningen dus: geen oordeel, geen labeling, geen sprong naar een voornemen. Mee zoeken: wat gebeurt hier, wat doet dat en hoe komt dat, hoe kan het verder? Zo ontwikkelt zich begrip vanuit de context en al doende. Het stramien is dus niet: de professionele metgezel weet wat relevant is, heeft aandachtspunten in gedachten en vraagt deze uit. Nee, de ander maakt iets groots of kleins mee en daarop wordt doorgedacht (er valt een brief van een instantie in de bus, een afspraak loopt mis, woede, wanhoop of vernedering wordt zichtbaar, een uitkering wordt stopgezet). De metgezel heeft het te doen met wat zich aandient maar omdat de metgezel al langer meeloopt en weet wie de ander is, kán hij of zij dat ook. We zien dikwijls dat de metgezel geleidelijk een groter aandeel krijgt in de interpretatie, helpt alternatieven te vinden, manieren om ermee om te gaan. De metgezel zal bemoedigen, biedt bescheiden hulp die de ander naar believen kan invullen, en gaat desgewenst mee op pad.

Gezamenlijk interpreteren – Het beeld dat ik zo schets is ook enigszins misleidend doordat het teveel inzoomt op de individuele werker. Uit ons onderzoek naar dit vergezellen blijkt dat de werker die dit alles doet er zeer bij gebaat is als anderen meekijken. Als zijn of haar waarnemingen besproken, bevraagd, aangescherpt en verdiept worden door collega’s die blinde vlekken opmerken, interpretaties van alternatieven voorzien, andere aspecten op de voorgrond plaatsen, op risico’s wijzen of andere verbanden leggen. Ook dat is serieus werk: proberen te begrijpen wat er waargenomen wordt, naïviteit overwinnen, nieuwe gezichtspunten kunnen vinden, kritisch weten te blijven, leren begrijpen wat je als metgezel wel of niet zou moeten doen. Allemaal essentieel om het trouwe vergezellen tot hoogwaardige zorg te laten uitgroeien en dus meer te laten zijn dan gezellig meebewegen en pampieren – dat is wat buitenstaanders te vaak denken als ze vinden dat

het er niet daadkrachtig genoeg aan toe gaat.

Vakkennis aanwenden – Het moge duidelijk zijn dat in dit subtiële proces van vergezellen, volgen, observeren, interpreteren, signaleren, keerpunten zien en zo meer veel en veelsoortige vakkennis wordt ingeschakeld. Ik merk het op omdat soms gedacht wordt dat elke goedwillende vrijwilliger of naaste dit ook zou kunnen. Zo moeilijk kan dit trouwe vergezellen toch niet zijn? Waarom zouden we er dure beroepskrachten op zetten?

Maar onze ervaring is toch een andere: het is niet alleen subtiel werk maar zeker ook vakwerk. Dat begint al meteen wanneer besloten wordt te kiezen voor het trouw vergezellen in plaats van voor een probleemoplossende benadering. De laatste is gemakkelijker en sluit beter aan bij wat de meeste mensen willen en waaraan ze denken bij 'helpen'. Dat het vergezellen bovendien lang duurt, vol ups en downs zit en een meanderende tijdstructuur heeft die bijdraagt aan het optreden van transitie, maakt het voor de leek moeilijk.

We zagen bovendien dat het vergezellen gepaard gaat met een reeks van pittige worstelingen die als inzet hebben dat je koers moet zien te houden en werkelijk doet wat in dat vergezellen gevraagd wordt. Die worstelingen aangaan en ze tot een goed einde brengen is ook veeleisend en nauwelijks iets wat men van naasten, mantelzorgers of vrijwilligers kan vragen, al wordt het dikwijls van hen gevraagd. Toch zijn of voelen naasten en mantelzorgers dikwijls niet vrij om voor dit soort vergezellen te bedanken.

Vervolgens beschreven we hoe de metgezel waarneemt, interpreteert, meedenkt, keerpunten kan ontwaren en daar werk van maakt: ook dat is iets wat we realiter alleen van professionals (die in teams werken) mogen vragen.

Met andere woorden: dit vergezellen moge lijken op heel alledaagse activiteiten en daardoor toegewezen worden aan vrijwilligers zodat de professionals het 'echte werk' kunnen gaan doen, maar dat is toch vooral een kolossaal misverstand en een miskenning van wat er komt kijken bij deze vorm van zorgverlening. Daar komt nog bij dat we hier te maken hebben met mensen die lijden onder complexe, vaak ernstige en nauwelijks oplosbare moeilijkheden om goed te kunnen leven. Het laatste dat we zouden moeten willen is juist bij hen de zwakkere zorgverleners inzetten.

Het kunnen uithouden – Ten slotte nog een disclaimer. Uit deze beschrijving van hoe het eraan toegaat tijdens het trouw vergezellen, het waarnemen en het zien van potentiële keerpunten kan gemakkelijk een te harmonieus beeld oprijzen. Het zou toch 'eind goed, al goed' zijn. Maar dat is niet zo. Keerpunten en doorbraken doen zich helaas lang niet altijd voor. Maar het trouw vergezellen is ook niet afhankelijk van het optreden van zulke keerpunten: ook als deze zich níét voordoen, blijft de werker bij de betrokkene. Succes is nooit een criterium van zorgverlening: ook zonder succes en zelfs zonder zicht op succes wordt zorg gegeven. Trouw vergezellen is geen succesformule in een

alternatief jasje. Het is een manier van doen die vertrekt vanuit het besef dat we dikwijls maar bar weinig kunnen bijdragen aan het laten verdwijnen van problemen, bijvoorbeeld omdat we er op de keper beschouwd geen deugdelijk antwoord op hebben, omdat het kwaad allang geschied en de schade al aangericht is, of omdat ons hulpverlenend apparaat maar moeilijk overweg kan met ingewikkelde mensen en taaie vraagstukken.

En wat is succes trouwens? Mensen hebben recht op hun eigen deviante leven, ook als ze vergezeld worden door lieve, 'normale' anderen. Lang niet iedereen wil vredig, in een schoon en opgemaakt bed, omgeven door stervenshulpen, dood gaan: sommigen gaan vloekend en tierend ten onder, willen dat ook zo en die keuze kunnen we slechts respecteren. Vergezellen is geen normaliseringsoffensief. Anderen gaan in onze ogen soms dwaas met hun verdriet en ontworteling om, koesteren hun wonden, of zijn diep beschadigd en willen niet van hun trauma's en gekkigheden af, of we dat nu leuk vinden of niet. Het is hoe ze zijn en wie ze zijn. Het is hun identiteit en het valt aan degenen die hen vergezellen niet toe dat af te keuren, te willen normaliseren of het opgeven van hun anders-zijn tot voorwaarde te maken van zorg. Het is zo: sommigen leven gevaarlijk en onaangepast, zien absoluut niet uit naar een 'keerpunt' en wie hen vergezellen hebben het dus te doen met hoe zij zijn.

Vanzelfsprekend kan erover gesproken en zelfs geruzied worden – vergezellen is niet per se een conflict mijdende omgangsvorm – maar het is uiteindelijk aan de ander te zeggen hoe hij of zij wenst te leven. En het is vervolgens aan degene die vergezelt om te bepalen of deze dat nog verder kan meemaken. In de presentie gaan we graag ver en lang mee op pad. Verlaten is immers vaak ook afschrijven en de sociale dood injagen. Heel het vergezellen ontleent zijn intentie eraan dat nu juist niet te doen.

6. Opbrengsten

Trouw vergezellen is dus een lastige manier van zorg en hulp geven, waarom zou je? Wat levert het op? Ik onderscheid drie opbrengsten.

De onmiddellijke waarde van het vergezellen

In elk geval zit een flink deel van de opbrengst in het vergezellen zelf, en dus niet in de aankomst of uitkomst. Degene die vergezeld wordt doet belangrijke en nogal zeldzame ervaringen op – ik formuleer ze in de eerste persoon enkelvoud:

- Ik word (nu eens) niet verlaten, niet gedumpt en opgegeven, niet eindeloos rondgepompt of in de wacht gezet; deze professional is een ware metgezel en blijft, ook als het (nog) niet lukt of als ik geen vorderingen maak.
- Ik word ook niet volgeplakt met diagnostische labels, niet overladen met gemakzuchtige (en soms beledigende) typering en aangesproken met vervreemdende bureaucratische en deskundologische termen om in een vakje te passen of in aanmerking te komen voor hulp: ik

mag zijn die ik ben zoals ik ben.

- Ik word niet blijgemaakt met een dooie mus, met beloften of verwachtingen waar, al dan niet om begrijpelijke redenen, weinig of niets van terecht komt.
- Ik word serieus genomen, iemand heeft aandacht en stelt belang in mij, ik ben in elk geval bij één iemand in tel en er is er in elk geval eentje die het uitmaakt of ik er bovenop kom of verder wegzak, of ik in de put zit en de moed verlies of juist moed begin te krijgen.
- Er hoeft niet te gebeuren wat de professional denkt dat helpt, maar er wordt gezocht naar wat mij mogelijk goed doet; misschien komt dat in de buurt van wat de professional al dacht, misschien ook helemaal niet – dat geeft niet.
- Het hoeft ook niet zoals professionals het altijd doen, de hulp verloopt niet per se in kantoren, jargon, via balies, portals, formulieren, et cetera; ik ben zozeer de moeite waard dat ze naar me toe komen, mijn taal spreken en afstemmen op mijn tempo, mijn leven en begrip.
- Er heerst een soort alledaagsheid die me goed doet, waarin ik mezelf kan zijn en het aankan, met losse omgangsvormen, kleine rituelen en met brede repertoires om met elkaar te kunnen verkeren; ik sta niet alleen en blijf ook niet alleen met wat ik allemaal meemaak: ik kan het delen, vertellen, we kunnen erom lachen en om treuren.

De betekenis hiervan is groot al betreft ze niet de einduitkomst. Dit alles heelt en troost, versterkt de betrokkene, wakkert zelfinzicht en zelfvertrouwen aan, lucht op en het verdunt de zwaarigheid. En het wekt vertrouwen in zorgverleners. Dat is belangrijk maar niet alles. Op een persoonlijk niveau biedt dit vergezellen bevestiging en zelfs een bescheiden hechtingsmogelijkheid – beide moeten met verstand gehanteerd worden. Op gemeenschapsniveau betekent het dat de ander erbij blijft behoren en niet uitgesloten of verstoten raakt.

Leerzaam en onthullend

Het hele proces is ook informatief en leerzaam voor de metgezel.

- De metgezel leert hoe hulp en steun in het gewone leven aankomen, hoe contacten met hulpverleners doorwerken, wat in het geleefde leven beletselen zijn om hulp te aanvaarden of therapietrouw te zijn, wat past en wat niet, enzovoort. Een soort van reality check: zit het wel zoals we veronderstellen, interpreteren we wel goed (is dit onwil, onkunde, onvermogen: wat is het?), snappen we wel goed wat iemand nodig heeft (uitleg, schakel- en gewenningstijd, hulp, een maatje, een geruststelling, een stok achter de deur?), en zo verder.
- Dit soort informatie of begrip is essentieel voor het welslagen van hulp. En dus ook voor wie tot taak heeft langsij te komen. Veel te vaak werken we als professionals met een beperkt zicht op de werkelijkheid van onze cliënten en staren we door een voorruit vol stickers en met onze mascottes bungelend aan de spiegel. Beperkt zicht dus, en dat wordt amper weggenomen als er over specifieke kwesties inspraak en gezamenlijke besluitvorming worden aangeboden.
- Om een andere metafoor te gebruiken: het is prima om met je fototoestel scherpe detailopnames te maken maar je moet alvorens dat te doen, wel dat toestel voor je oog wegnemen, vrij rondkijken en zo ontdekken waarop je zou moeten of kunnen inzoomen. Wie de

hele tijd door de zoeker van zijn camera kijkt (zijn vakmatige lens), mist mogelijk veel te veel van wat gezien had moeten worden en maakt aanvechtbare selecties uit het geheel.

Het nastrevenswaardige goed

Een essentiële opbrengst is het zogeheten 'emergente goed', dat wat zich toont als passend en de situatie van de betrokkene kan verlichten en verbeteren.

- Een emergent goed is het geleidelijk zichtbaar worden van wat de betrokkene mogelijk goed doet. Precies dat wat tevoren niet te bedenken viel. Gaandeweg kan gaan blijken – het meldt zich dus – wat behulpzaam kan zijn, wat waarschijnlijk aansluit bij het verlangen, wat het leven leefbaar maakt. Je kunt het niet bedenken, niet naslaan in een geleerd boek en ook niet afleiden uit je ervaringen met anderen. Het is maatwerk – wat de een goed doet, kan de ander met weezin vervullen. Interessant is dat 'het zich tonen' moet en dat dat tonen vrijwel onafdwingbaar is.
- Hier zijn we dus afhankelijk van of het 'gebeurt' of niet. Dat is wat bedoeld is met 'emergentie': uit hoe het leven verloopt, hoe zaken samenkomen en uit wat toevallig gebeurt komt een dynamiek voort die oncontroleerbaar en onvoorspelbaar de aandacht vestigt op wat daar, op dat moment, in die omstandigheden, voor deze mens en met deze mogelijkheden goed zou kunnen zijn. Dat zou kunnen zijn wat de expert tevoren al dacht maar ook iets geheel anders.
- De kennis die de trouwe metgezel gaandeweg verwerft is ook van belang voor andere hulp- en zorgverleners in de betreffende situatie. Maar het gaat verder: ook methodiekwettelaars, de politiek en beleidsmakers zouden er weet van moeten hebben, zodat zij werkelijk realistisch zijn in wat ze willen (laten) nastreven en voor goede zorg houden.

Dit is misschien wel het meest productieve resultaat van vergezellen: ontdekken wat je als helper kunt doen en moet laten, uitgaande van de ander in diens context.

Deze tekst is gebaseerd op de rede van Andries Baart, uitgesproken bij de opening van het academisch jaar 2024-2025 van de Academie voor Geesteswetenschappen, op 21 september 2024 te Utrecht.