

Zomaar een casus:

1. Selmon was heel gespannen en hij dronk te veel. Iedere dag werd ik gebeld door hem of door zijn 74-jarige moeder, die hem in huis genomen had. Z'n moeder, een Surinaamse vrouw, smeekte me om langs te komen. 'Selmon gaat dood!', riep ze wanhopig. Ik ken Selmon al 30 jaar. Als 22-jarige zat hij bij mij in de kerk in Scheveningen. Een jonge Surinaamse man. Als een prins groeide hij op. Hij was met goud behangen. Om z'n hals een zware gouden ketting. Hij kon bijna niet meer rechtop lopen van al dat goud. Hij deed altijd actief mee in de kerkdienst en in de gespreksgroep. En iedere week ook een briefje voor een gesprek. 'Nooit meer de bajes in, dominee, maar iets opbouwen voor mezelf!' Al die jaren had ik contact met hem. En altijd weer was er het goede voornemen. En altijd ook weer de terugval. Tot hij in De Ontmoeting kwam wonen, in Epe. Hij was hindoe en werd christen en hij liet zich dopen. Maar ook daarna waren er telkens korte periode van terugval. Dan dronk hij weer teveel. Zo ook nu.

'Alle hulpverleners verwijzen naar elkaar', zei de moeder van Selmon, toen ik haar vroeg van wie ze hulp kreeg. Die ervaring met de hulpverlening had ik zelf ook toen ik hen belde over de situatie. Een van hen had haar een onmogelijke opdracht gegeven: 'U moet hem op straat zetten.' 'Dat kan ik niet', zei ze. 'Het is toch m'n zoon.'

Ik besloot erheen te gaan. Toen ik aan het eind van de middag bij hen thuis kwam in Hazerswoude, was Selmon niet aanwezig. 'Hij is naar de supermarkt', zei z'n moeder met veelbetekenende blik. 'De burens zijn hem gaan zoeken toen ik hoorde dat u zou komen.' Ze vertelde hoe moeilijk het was en hoe hij de hele dag op de bank lag. Na een tijdje kwam Selmon thuis. Samen met de burens die hem gevonden hadden, kwam hij binnen. De buurman fluisterde me toe dat hij een fles drank in zijn jaszak had zitten. 'Die gooi ik straks wel leeg', zei ik. Samen met de burens, een Turkse vrouw en haar Nederlandse man, zaten we in de kamer. Selmon zat naast mij op de bank. Emotioneel. Onsamenvattend. Radeloos. Te veel gedronken. Het was een compleet vastgelopen situatie. Via via had ik telefonisch contact met de verslavingszorg om te vragen of een crisisopvang mogelijk was. Ze kwamen alleen als hij agressief was of een psychose had, kreeg ik te horen. Ik belde met een psycholoog die Selmon kende. Het was helemaal zijn werk niet, maar hij schoof het niet af. Hij was de eerste die in beweging kwam. Hij deed het uit betrokkenheid en hij zei dat hij de volgende dag naar een opvangplek zou zoeken. Hij was er redelijk optimistisch over.

'Morgen gaan we proberen of je opgenomen kunt worden', zei ik tegen Selmon nadat ik de telefoon had neergelegd. 'Dan moet je nu gaan slapen, want je hebt rust nodig. En geen druppel meer drinken vannacht. Ik ga nu de flessen leeggooien. En we gaan God vragen bij je te zijn. En over jou en moeder te waken.' We baden als christenen (Selmon en ik), hindoe (zijn moeder) en moslims (de burens) een gezamenlijk gebed. We hielden elkaars handen vast. De Turkse vrouw zei: 'We moeten aan God vragen of Hij die rare gedachten uit Selmon z'n hoofd haalt en dat Selmon weer gewoon gaat leven.' En zijn moeder zei: 'Dat hij weer een beetje rustig mag worden en de drank kan laten staan.' De buurman zei: 'Dat hij de kracht krijgt om te stoppen.' Zelf bad hij ook mee: 'O God, bevrijd me van deze rotzooi. Ik wil in U geloven en mama niet teleurstellen.'

Met veel moeite kreeg ik hem de trap op naar de slaapkamer en ik legde hem op bed.
(uit: *Gaan in het licht van de hoop*, pag. 154-157)

Moedwil of onmacht is het thema van deze bijeenkomst. Mij is gevraagd om vooral bij de onmacht stil te staan. De onmacht bij mensen die we begeleiden, en ook onze eigen onmacht die daar weer het gevolg van kan zijn. En hoe voorkom je dat je je eigen grenzen overgaat of steeds verder verlegt.

2. Hoe ga je ermee om als mensen telkens weer vastlopen, omdat ze gevangen zitten in een vicieuze cirkel waar ze zich niet uit kunnen bevrijden.

Een aantal punten hierbij. (nummering noemen)

2.1 Als vrijwilligers begeleiden jullie mensen met een vaak uiterst complexe problematiek op persoonlijk en maatschappelijk gebied. Op persoonlijk gebied gaat het om een zwakke of afwezige persoonlijke identiteit – niet weten wie je zelf bent. Niet weten hoe te kiezen. Niet weten waar het heen moet met je leven. Instabiliteit in de dagelijkse levensverrichtingen. Niet gewoon kunnen leven. Zwakke sociale vaardigheden. Weinig of geen betekenisvolle contacten (significante contacten). Een significant contact, dat bent u als vrijwilliger. Moeilijk een immateriële zin aan je leven kunnen geven. Geen inhoud kunnen geven aan vader- en moederschap. Verkeerde relaties aangaan. Geen regie kunnen geven aan je eigen bestaan. Agressiviteit. Impulsieve behoeftebevrediging.

Ook zijn er maatschappelijke problemen: geen werk, geen goede huisvesting, stigmatisering en vaak veel schulden.

Veel gedetineerden hebben een heel zwakke motivatie voor een nieuw leven en weinig of geen binding met de samenleving.

In je eentje kun je als vrijwilliger deze problematiek niet oplossen. Het is ook je taak niet. Professionele hulpverleners zijn daarvoor nodig en vrijwilligers kunnen daarop aanvullend werken en een eigen rol spelen. Ik kom daar later op terug.

2.2 Als vrijwilliger in Exodus met onze doelgroep kun je helemaal leeggezogen raken door de onmacht die je tegenkomt. Iemand die, ondanks alles wat voor hem geregeld is, toch weer uit stelen gaat. Afspraken die niet worden nagekomen. Moeder en kinderen die de dupe worden van het egoïstische gedrag van vader. Iemand die onverantwoord met zijn geld blijft omgaan, en die dan vervolgens weer een beroep op jou doet om iets te geven.

De onmacht bij degene die je begeleidt kan ook op jouzelf overslaan, zodat je de regie kwijtraakt op waar je mee bezig bent en je eigen grenzen steeds verder verlegt.

Ik herken dat heel goed uit mijn eigen pastorale praktijk.

2.3 Het je bewust zijn van deze complexe problematiek is nodig.

Je werkt als vrijwilliger in een veld, waar de wortels van de uitzichtloosheid diep zitten, en je bent één van de schakels om mensen zo te begeleiden dat ze niet aan deze complexe problematiek volledig ten onder gaan, en misschien ook wel meer grond onder de voeten krijgen.

2.4 Naar mijn mening zijn vrijwilligers essentieel in de begeleiding van ex-gedetineerden bij de verwerking van het verleden, en op hun weg naar een nieuwe toekomst. In 1996 kreeg ik van de toenmalige hoofdpredikant Maarten Blom een studieopdracht om te onderzoeken hoe kerken nog meer bij de begeleiding van ex-gedetineerden konden worden betrokken. Ik schreef daarover een rapport, en één van de aanbevelingen was om een vrijwilligersnetwerk voor begeleiding van ex-gedetineerden van de grond te brengen. Dat is door Herman Vooijs

gestart en ontwikkeld tot een landelijk dekkend netwerk van Exodusvrijwilligers. Begeleiding van ex-gedetineerden door vrijwilligers was nieuw en velen hadden er weinig geloof in dat dat zou kunnen. Nu wordt vrijwilligersinzet in de hulpverlening breed gedragen.

Als vrijwilliger begeleiden jullie gedetineerden, ex-gedetineerden, relaties van gedetineerden en kinderen van gedetineerden.

2.5 Ik geef jullie drie aanknopingspunten om daarin overeind te blijven en niet door de onmacht overweldigd te worden. Het is een drieslag. Houd die drieslag in de gaten. Bekijk die weer als het vastloopt in een begeleidingsrelatie.

Waarom doe je het?

Wat is je betekenis als vrijwilliger, te midden ook van de andere hulpverlening die er is?

Hoe werk je als vrijwilliger?

Ik sluit daarbij heel nauw aan bij mijn eigen motivatie in het pastoraat.

2.5.1 Waarom doe je het?

Waarom ga ik de wereld binnen van zoveel gebrokenheid? Mijn diepste overtuiging is dat ieder mens, hoe zijn leven ook gelopen is, van waarde is. Sterker nog: hij of zij is een kind van God. Beelddrager van Hem. Ook vanuit een andere levensovertuiging kun je tot de visie komen dat ieder mens een onvervreembare menselijke waardigheid draagt. Veel mensen die wij in ons werk tegenkomen hebben een geschiedenis van verwaarlozing achter de rug. Ze zijn nooit echt volledig volgroeid geraakt. Tot hun recht gekomen. Wat wij in het vrijwilligerswerk doen, is dat wij ze aanvaarden zoals ze zijn. Met al hun fouten en gebreken. Niet om ze te veranderen, maar om ze te laten ervaren wie ze zijn in onze ogen, in de ogen van God, mensen met een bestemming. Mensen met een toekomst. Mensen die bij ons horen. Heel mooi vind ik altijd zelf dat wij in dienst mogen staan van Hem die boven ons allemaal uit, ieder van ons liefheeft. En dat we die liefde van God ook aan mensen met een onmogelijk gedrag mogen laten voelen.

Dat is **waarom** we het doen.

2.5.2 Wat is vervolgens je betekenis als vrijwilliger; wat heb je te bieden?

En dan nu het wat. Wat is jouw betekenis als vrijwilliger? Wat heb je te bieden aan mensen met de hierboven omschreven complexe problematiek? Je bent er niet voor aangesteld om hen te begeleiden tot een ander gedrag. Daar zijn anderen voor, professionals. Je bent er ook niet voor om de problemen die ze zelf maken voor ze op te lossen. Ook daarvoor moeten ze bij professionele begeleiding zijn. Wezenlijk voor het vrijwilligerswerk is dat je een vertrouwensrelatie opbouwt.

Je bent als vrijwilliger denk ik allereerst een metgezel. Een medemens. Iemand met begrip. Iemand die het uithoudt met het onvermogen van de ander. Iemand die daarvoor niet op de vlucht slaat.

Iemand die bij hen blijft, ook als ze er zelf een puinhoop van maken. Je bent als vrijwilliger iemand die de hoop levend houdt dat het anders kan worden. Ja, als vrijwilliger sta je aan de kant van de hoop.

Het gaat bij het vrijwilligerswerk niet allereerst om wat je doet, maar om wie je bent. Je bent geen aanbieder van oplossingen, of de vuller van een gat in de hulpverlening. Je bent er om niet, helemaal voor de ander, zonder bijbedoelingen. Je bent een uitgestoken hand.

Van Jacco Groeneveld heb ik geleerd dat het bij begeleidingsprogramma's heel vaak gaat over 'what works': welke methode, welke aanpak, maar dat het vooral gaat om: 'who works'. De persoon van de hulpverlener, de persoon van de vrijwilliger. Vrijwilligers zitten helemaal in het veld van 'who works'.

Als vrijwilliger werk je vooral aan vertrouwen, aan verwerking van wat is gebeurd. Aan motivatie. Aan binding met andere mensen.

En dat zijn allemaal essentiële aspecten voor re-integratie, voor herstel van het leven, voor een nieuw begin. In het vrijwilligerswerk gaat het om de binnenkant van iemands bestaan.

2.5.3 Hoe werk je als vrijwilliger

Na het waarom en het wat nu: hoe werk je als vrijwilliger? Een paar adviezen. Het zijn er tien.

1. Wees **duidelijk** in wat iemand wel en niet van je kan verwachten. Zeg gewoon wat jij wel en niet kunt.
2. Breng een goede **structuur** aan in de contacten. Ga niet over je eigen grenzen heen.
3. Word **niet belerend** of moralistisch.
4. Kijk wel met een vergrootglas voortdurend waar je in iemand iets **positiefs bevestigen** kunt. Waar je in iemands gedrag **openingen** ziet om verder te komen. Probeer die openingetjes door erover te praten, **groter te maken**.
5. Help mensen om **positief naar zichzelf te kijken**.
6. Benoem wat **al bereikt** is. Kijk naar wat lukt, en niet naar wat mislukt. Vraag altijd terug naar positieve ervaringen in de achterliggende periode. Geef ruimte voor mislukking. Laat mensen voelen dat dat ook mag, en dat je ze niet laat vallen. Maak duidelijk dat mislukking ook hoort bij een leerweg.
7. Zet in op **kleine stapjes vooruit**.
8. Schep een **bemoedigend moment** als iemand in de put zit. (heaven in hell) Iets waardoor iemand weer verder kan. Zo kun je ook een symbool gebruiken.
9. **Verleid** iemand tot het doen van iets nieuws. Iets waar iemand bang voor is of onzeker over. Ga dan met hem mee. Laat voelen dat je geloof in iemand hebt.
10. Ga een **relatie van wederkerigheid** aan. Vertel waarin de ander voor jou van betekenis is.

3. Waarom, wat en hoe.

En dan ten slotte: Hoe zorg je dat je zelf de regie houdt en niet opgaat in de chaotische leefwereld van de ander? Dat de onmacht van de ander of van jezelf leidend voor je worden. Een paar suggesties, die mij zelf daarbij helpen.

3.1 Voorkom dat de chaos van de ander jou stuurt. Blijf altijd aangesloten op een andere bron. Een bron in jezelf, of een bron buiten jezelf. Die bron kan zijn: je oorspronkelijke motivatie om dit vrijwilligerswerk te gaan doen, je geloof in God, of je eigen levensideaal. Kortom: iets dat groter is en overstijgend op de problemen waar je mee te maken hebt.

2. Zoek regelmatig verbinding met iets waarin voor jou de essentie van je vrijwilligerswerk of je pastoraat weerklinkt. Een gedicht, een lied, een gebed... Zelf kom ik dan altijd terecht bij een lied van Willem Barnard: (446 liedboek)

*Uw naam die onze wonden heelt
en ons met manna spijst
die onze dood en zonde deelt
en onze vrees verdrijft.*

*Zolang Gij nog onzichtbaar zijt,
een zon diep in de nacht,
roep ik uw nadering reeds uit
omdat ik U verwacht.*

4. Exodus betekent uittocht. Gaan uit het angstland Egypte door de woestijn heen, naar het beloofde land. In die woestijn verlangen de Israëlieten terug naar de vleespotten van Egypte. 'Zat ik nog maar in de criminaliteit.' Of ze gaan midden in de woestijn als er even de ruimte voor is, volstrekt hun eigen gang. Mozes moet water uit de rotsen slaan. De nieuwe toekomst blijkt een veel langere reis te zijn dan gedacht. Door het mulle zand. Waarom het lukt, is omdat er Iemand boven het volk uit is die weet waar het heen moet en die blijft meegaan. Je hebt een ideaal nodig, een groter verhaal om in de chaotische wereld van gedetineerden en ex-gedetineerden overeind te blijven.

Waar het heen moet is in de wereld van God dat mensen tot hun bestemming komen. Soms zie je daar helemaal niets van. Alleen maar het tegendeel.

5. Zoek iets dieper in iemand dan de chaos waarin hij leeft.

De afgelopen weken begeleid ik iemand met één en al onvermogen. Een goed mens. Maar incompetent op alle levensgebieden. Hij is nu 56 jaar. Soms zakt de moed me in de schoenen. Dan weer weet ik dat het verder moet. Heel scherp zag ik dat toen ik in zijn huis drie tolleren vond en een paar kleine schepjes waarmee hij op het strand had gespeeld; z'n geboortekaartje zag; de verwachtingen van zijn ouders. Het kind in hem. Dat kind in hem, overwoekerd door het leven, en toch aan mij, aan ons, het appèl om hem mee te nemen de toekomst in.

6. En dan ten slotte: Selmon weer. Het blijft gaan met vallen en opstaan.

Maar nooit meer valt hij zover terug als vroeger. Het zijn korte momenten. Twee stapjes vooruit en één terug. Dus hij gaat vooruit.

Een paar weken geleden haalden we hem op bij het Passion in Hummelo, waar hij tijdelijk verblijft. Luid pratend kwam hij naar buiten. Hij ging op die zondag mee naar een jongerenkamp in Lunteren. Hij was uitgenodigd om in de dienst zijn levensverhaal te vertellen en de betekenis van zijn geloof in God. Hij had zich er helemaal op voorbereid. Een preek van een dominee van het internet geplukt, bij de vermenigvuldiging van de broden en de vissen. Met grote gebaren vertelde hij voorin de auto hoe hij het zou aanpakken in de dienst. De jongeren luisterden ademloos naar hem. En op de terugweg zei hij: 'Dit is wat ik moet doen!' En nog steeds belt hij me iedere week. Hij kondigt zich aan met: 'Je spreekt met je zwarte broeder'. En hij vraagt of hij nog ergens nodig is om zijn verhaal te vertellen. 'Je zegt het maar, en dan ga ik met je mee.'