Wounded Healer: Henne Arnolt Verschuren en Joan Pos

Een wond waar het licht doorheen komt

Het zachte geluid van de wind, krekels in de verte, vogels in de bomen en verder een indrukwekkende, weldadige rust. En het innerlijke besef hier op heilige grond te lopen.

Zo was het deze zomer in en om het oude heiligdom van de Griekse arts Asclepius in Archáia Epídavros op de Pelopónnesos. Normaal wemelt het hier in september van de toeristen, maar met dank aan het coronavirus waren er deze zomer maar heel weinig mensen. We konden er op ons gemak in eerbied en verwondering rondlopen.

Ascelepius had niet alleen veel ervaring met de behandeling van zijn patiënten; hij kende ook zijn eigen geestelijke en emotionele wonden heel goed. En hij besefte dat hij die in zijn werk altijd als ervaringen met zich mee zou dragen. In Archaia Epídavros stichtte hij een groot geneeskundig centrum waarin bezoekers niet alleen voor fysieke genezing kwamen, maar ook voor hun geestelijk welzijn.

Voor Carl Jung stond Asclepius model voor het archetype van de Wounded Healer, een belangrijk concept in de moderne psychotherapie. Joan Pos en Henne Arnolt Verschuren geven in januari en maart een tweedaagse masterclass rond het thema.

Henne Arnolt Verschuren: "Het is een krachtig thema dat me al langere tijd erg aansprak. Het is precies wat we als therapeuten zelf doen. We beginnen altijd bij onze eigen wond; je wilt iets herstellen, eigenlijk met terugwerkende kracht, maar dat gaat natuurlijk niet. Wat ook niet gaat is aan je eigen wond voorbijgaan als je met cliënten werkt. Die ís er, die resoneert mee."

Bescheiden

Joan vult aan: "De ontdekking dat je er eigenlijk nooit helemaal klaar mee bent is belangrijk en maakt je ook meer bescheiden in de richting van de verwonding van je cliënt. Je realiseert je dat er niets hoeft te worden opgelost maar wel geheeld, inclusief je wond en méér dan je wond."

In de masterclass gaat het precies over dat thema. "We werken vier dagdelen aan het gewonde deel, aan de heler, het helen zelf en de oorspronkelijke impuls die geschonden is. De Wounded Healer, dat is waar al die aspecten samen komen."

Het Asclepion in Epídavros, een centrum voor gezondheid en sport uit de oudheid, gesticht door de arts Asclepius, de eerste 'wounded healer'.

In het lichaamswerk is het geen onbekend concept, zegt Joan. "In ons werkveld is het wel een basis, het ligt dicht bij ons. Dus we hoeven het als therapeuten ook niet vreemd te vinden om er tegenaan te lopen. Als ik heel eerlijk ben heb ik vandaag nog gezegd dat ik van mijn wond af wil."

In het werken met cliënten is ook de manier waarop je met de wond van de ander omgaat essentieel. Henne Arnolt: "In therapie wordt die wond in in zekere zin opgelost, maar het is vooral er steeds beter mee leren leven, je er steeds minder mee indentificeren." Joan: "Maar je kunt niet zeggen tegen je cliënt: leer er maar mee leven, je komt er nooit meer vanaf. Je moet altijd een richting van hoop bieden."

Reddersinstinct

Hoe belangrijk het is om de eigen verwondingen als therapeut goed te kennen, illustreert Henne Arnolt met waar het volgens hem vaak mis gaat: bij de therapeut die zichzelf overschat. "Dat is de therapeut met een reddersinstinct, die meent dat hij het allemaal wel zal oplossen en die misschien zelfs meent de regels van het beroep voor hem of haar niet gelden. Dat grijpt terug op het magische kind, het kind dat achter iets aanrent dat pijnlijk is, het kind dat kijkt naar de ouders of het systeem en dat ziet dat er iets verschrikkelijk mis is. Dat komt terecht in de magische *grandiosity*: ik

'Je zou nooit op zoek gaan als je niet door hebt dat het ergens schuurt'

maak alles goed, ik word lief, ik ga vreselijk mijn best doen. De redder is daar eigenlijk een variant van: de magische, zichzelf overschattende therapeut. In mijn ogen is dat het gevaarlijkste stukje als therapeut: zelfoverschatting. Als kind kon je niet anders, maar als volwassene en als therapeut is het erg belangrijk om jezelf daarin te onderkennen."

Je kunt ook op een andere manier kijken naar de wond van de Wounded Healer. Dan kun je hem zien als een waardevol gegeven, zegt Joan.

"Wat mij altijd zo inspireert is het feit dat door de wond altijd licht schijnt. Leonard Cohen schreef het in een van zijn songs zo prachtig: *'There is a crack in everything, that's how the light gets in.'* En zo is het. Je zou nooit op zoek gaan als je niet doorhebt dat het ergens schuurt."

Paul Houkes

Joan Pos: Je eigen wond kun je ook zien als een waardevol gegeven.

Meer informatie vind je hier.