



Henne Arnolt Verschuren studeerde af in sociaal-culturele wetenschappen en gezinstherapie. Vervolgens schoonde hij zich in lichaamsgerichte psychotherapie, sjamanisme en traumahealing. Van 2004-2015 was hij directeur van Bodymind Opleidingen, waar hij nog steeds aan verbonden is. Daarnaast heeft hij een eigen praktijk: www.lifeinprogress.nl.

Begrenzen en relateren

Begin jaren tachtig rolde ik in een baan als docent Persoonlijke en Maatschappelijke Vorming binnen het kort middelbaar beroepsonderwijs in Rotterdam. Mijn voorganger had er aan het begin van het nieuwe schooljaar de brui aan gegeven. De eerste les wist ik onmiddellijk waarom: een van de leerlingen zat achter zijn jas, die hij hooghield, te roken; een andere tikte demonstratief met een opengeklapt zakmes op tafel. Mijn reactie was direct en helder: 'In de klas wordt niet gerookt en daar (het zakmes) ben ik niet van onder de indruk.' Daarmee had ik de eerste test doorstaan, die van de begrenzing.

Begrenzen kan soms het noodzakelijke begin van een relatie zijn: helder maken wat acceptabel is en wat zeker niet. Tegelijkertijd is er meer nodig; een relatie die vooral op begrenzing gebaseerd is creëert geen basis waarin gezamenlijkheid kan ontstaan, wederzijds geleerd kan worden. Ik wist dat ik met deze leerlingen in gesprek moest zien te komen om mijn lessen zinvol te maken. Het ging om jongeren van 16 tot 18 jaar die eerdere opleidingen om diverse redenen niet hadden afgemaakt en alsnog de kans kregen een beroepsopleiding te volgen. Ze waren uiteraard ook nog gewoon leerplichtig. Veel van deze leerlingen compenseerden een gevoel van mislukking met een houding van branie en het testen van grenzen. Een stevige uitdaging voor een docent. Gelukkig had ik de ruimte om mijn eigen lessen vorm te geven. Daarin probeerde ik aan te sluiten bij hun belevingswereld, goed naar ze te luisteren, en vandaaruit met hen in gesprek te gaan. Zo waren we vaak, zittend op onze tafels, met elkaar in discussie. Vooroordelen over verslaafden, homoseksuelen en criminelen kwamen veelvuldig voorbij. Dan haalde ik iemand van de junkiebond, van het COC of een ex-crimineel de klas in, met de opdracht aan mijn leerlingen dat ze hun vragen moesten voorbereiden. Of we woonden een zitting van het kantongerecht bij waar iemand die al vaker een winkeldiefstal had gepleegd voor de rechter stond. Zo kregen mijn leerlingen de kans hun vooropgezette mening te toetsen aan de maatschappelijke realiteit. Ik herinner me een discussie waarbij een van mijn leerlingen een ex-crimineel vroeg of hij niet soms de neiging had om



'een relatie die vooral op begrenzing gebaseerd is creëert geen basis waarin gezamenlijkheid kan ontstaan'

weer uit stelen te gaan. Het antwoord van deze man was: 'Jazeker, maar dan weet ik dat mijn vrouw me helemaal in elkaar slaat, dus dat houdt me dan tegen.' Over begrenzing gesproken!

Ook als therapeut kan het mijn taak zijn te begrenzen om therapie zinvol te laten zijn. Dit is zeker het geval als er sprake is van mishandeling of misbruik, als dader of als slachtoffer. Mijn eerste opdracht is dan om dit te stoppen, omdat dit destructief is. Daarna kunnen we samen onderzoeken wat de oorsprong is van het gedrag. Iedere dader is tenslotte eerst slachtoffer geweest.

En ieder slachtoffer loopt het gevaar vroeger of later dader te worden. Het is dan ook belangrijk dat mijn oordeel niet tussen mij en mijn cliënt in komt te staan, dat ik me niet voordoe als de 'betere' mens. Met een iets andere geschiedenis had ik misschien wel in dezelfde schoenen gestaan als mijn cliënt. Zoals een Indiaanse wijsheid luidt: voordat je over iemand oordeelt loop eerst twaalf mijl in de schoenen van de ander. Vanuit dit bewustzijn kan ik de ander als medemens ontmoeten en daarmee de menselijke relatie herstellen. ■