

Vrij van belastende erfenissen dankzij contextuele therapie

‘Mij was ook nooit wat gegund’



Als Connie Palmen en Ischa Meijer na een lange dag New York op hun hotelkamer komen wil Palmen weten waarom Meijer zich die dag zo nukkig tegen zijn dochter heeft gedragen. Ze vraagt waarom hij haar wens negeerde om een taxi te nemen. Meijer antwoordt: ‘Omdat mij ook nooit wat was gegund.’

CHE overtuigend anders

Jaap van der Meiden is contextueel therapeut en coördinator van het Instituut Contextuele Benadering (ICB). Hij haalt het fragment uit het door Palmen geschreven boek I.M. aan, om te illustreren hoe mensen zich kunnen laten bepalen door (negatieve) ervaringen uit hun jeugd. Van der Meiden: ‘Een onbewust automatisme waar mensen zich bewust van kunnen worden met behulp van de contextuele hulpverlening.’

De CHE is warm pleitbezorger van de contextuele benadering. De contextuele therapie gaat ervan uit dat het gezin van herkomst een belangrijke rol speelt bij de groei en ontwikkeling van de mens. ‘De verbondenheid met je ouders, je broers en zussen, je familie, zijn van onschatbare waarde.’ Echter, ook de problemen waar mensen mee worstelen, kunnen te maken hebben met die achtergrond en levensgeschiedenis. Al dan niet bewust werken de relatie met ouders, hun verwachtingen, hun normen en de patronen van het gezin waarin iemand opgroeide, door in het gedrag naar anderen.’

Erfenis

Van der Meiden: ‘We spreken dan over de roulerende rekening, waarmee we binnen de contextuele therapie proberen af te rekenen. Belastende erfenissen uit opvoeding en verleden kunnen een goede ontwikkeling en het in vrijheid aangaan van evenwichtige relaties in de weg staan. Het doorbreken van die roulerende rekening maakt een evenwichtige balans tussen vrijheid en verbondenheid weer mogelijk.’ De contextueel therapeut let daarbij op de vier dimensies van de contextuele therapie (zie kader - Red). De laatste dimensie gaat over rechtvaardigheid en betrouwbaarheid in die relaties, de relationele ethiek. Relationele ethiek heeft te maken met wat mensen verbindt op basis van wat binnen (familie-)relaties is ontvangen of nog wordt verwacht, wat er aan recht of onrecht is (geweest), hoe verantwoordelijkheid wordt gedragen en hoe betrouwbaar de relatie is. Van der Meiden: ‘Mensen zijn verbonden met hun gezin van herkomst. Dat werkt als wortels die je stevigheid geven. Maar die verbondenheid kan

soms ook het karakter van claims of beknelling krijgen. Bijvoorbeeld de vader die erop staat dat zijn zoon hetzelfde vakgebied kiest. Mogelijke loyaliteitsconflicten volgen, wat kan leiden tot scheefgroei of onvrijheid.’

Bijbelse aanknopingspunten

Wie in de wereld van de contextuele therapie duikt, komt er achter dat er nogal wat christen-hulpverleners zijn die in dit vakgebied werken. Toeval? Van der Meiden: ‘Niet helemaal. Het contextuele denken kent uitgangspunten die ons doen denken aan bijbelse principes. Zo wordt de mens gezien als mens in verbondenheid met en met verantwoordelijkheid voor mensen om hem heen. Ook kan het contextuele begrip exonoratie in verband gebracht worden met vergeving (zie verder - Red). En in het beschrijven van dit gedachtegoed is gebruikgemaakt van het werk van de joodse filosoof Martin Buber. Toch heeft de grondlegger van de contextuele therapie, de Hongaars-Amerikaanse Prof. dr. Ivan Boszormenyi-Nagy, zijn benadering niet vanuit een christelijk perspectief geschreven. De contextuele benadering is een hulpverleningsmethode die je niet zomaar moet vereenzelvigen met christelijk principes. Laten we dat onderscheid blijven maken’, vindt Van der Meiden, ‘hoewel de benadering zeer goed bruikbaar is in een context van christelijke hulpverlening.’

Vrijwaring

‘In de contextuele benadering wordt het woord exonoratie gebruikt dat uitsluiting, vrijwaring betekent. Een proces dat ons kan doen denken aan vergeving. Je mag je vrijmaken ten opzichte van mensen die je iets hebben aangedaan. Dat geeft vrijheid, bijvoorbeeld naar de volgende generatie. In de contextuele benadering wordt in dat verband het begrip autonomie gebruikt. Niet alsof je niemand nodig zou hebben. Autonomie in de contextuele betekenis houdt in dat je in staat bent om in vrijheid en op passende wijze zorg te dragen voor jezelf en voor de mensen die van jou afhankelijk zijn. Dat jouw belasting en pijn niet aan de volgende generatie worden doorgegeven.’

Jaap van der Meiden schreef het boek Als

banden knellen; over relatieproblemen tussen volwassen kinderen en hun ouders. Het boek wil ouders en volwassen kinderen helpen om op een goede manier met elkaar om te (leren) gaan. Uitgeverij Groen. ◀



De vier dimensies van de contextuele therapie:

- de feiten (ben je gezond, ziek, hoe zijn de woonomstandigheden?)
- de psychologie (is er sprake van depressies, rouw, psychopathologie?)
- de transactie (wat speelt zich tussen mensen af op systemisch niveau?)
- de relationele ethiek (hoe kunnen mensen betrouwbaar zijn naar elkaar en elkaar recht doen?) ◀

Christelijke Hogeschool Ede en het Instituut Contextuele Benadering (ICB)

In 2009 heeft de CHE het Instituut Contextuele Benadering opgericht om bij te dragen aan de opleiding, onderzoek en ontwikkeling van het contextuele denken. Voor de CHE sluit de contextuele benadering goed aan bij de eigen christelijke identiteit en is ze vooral van grote waarde voor de hulpverlening en de scholing van hulpverleners en andere agogisch werkers.

Opleidingen en cursussen Contextuele hulpverlening

Het ICB kent een groot aantal opleidingsmogelijkheden voor verschillende werkvelden. Het aanbod varieert van de post-hbo opleiding Contextuele Hulpverlening, één- tot meerdaagse cursussen, tot en met de (geaccrediteerde) Master Contextuele Hulpverlening. Het ICB is een van de twee opleidingen die een vierjarige opleiding Contextuele Hulpverlening biedt. Kijk voor het volledig overzicht van het aanbod en het antwoord op vragen over de opleidingen op www.icbneland.nl. ◀