

Visie op psychosociale hulpverlening

In onze huidige maatschappij, sterk gedomineerd door pragmatisme, rationaliteit en een meer materieel georiënteerd mensbeeld, is ook de geestelijke gezondheidszorg/hulpverlening sterk gericht op maakbaarheid. Voor alles moet een oplossing zijn, liefst van buitenaf en via kortdurende interventies. Stilstaan (zelf)reflectie, doorgronding van problemen en hun oorzaken krijgen in onze hogesnelheids-samenleving vaak te weinig ruimte. In dit opzicht is de overheersende cognitieve benadering van psychische problemen een expressie van het huidige tijdsgewricht. In sommige gevallen zal deze benadering wellicht voldoen. Maar wanneer het gaat om bestaansvragen en existentiële problemen zal zij niet toereikend zijn.

Existentiële aspecten bij psycho-emotionele problematiek

Het is mijn overtuiging dat veel psycho-emotionele problemen in essentie existentieel van aard zijn, of op z'n minst raakvlakken daarmee hebben. Therapeutische interventies op dit gebied moeten er op gericht te zijn om cliënten te helpen weer (enigszins) in evenwicht te komen bij de problemen die zij ondervinden. Innerlijk heel- worden is daarbij het belangrijkste doel en omvat méér dan cognitieve en pragmatisch gerichte aanpassingen. Het risico bestaat dat mensen daarmee niet veel verder komen dan tijdelijke oplossingen en/of verschuivingen in de problemen.

Het overheersende maakbaarheidsadagium gaat voorbij aan het belang van stilstaan, (zelf)reflectie en doorgronding van oorzaken van problemen. Juist hierin ligt de ruimte scheppende voorwaarde om tot inzicht, oplossing en antwoorden te komen, voor zover deze zich niet op een natuurlijke wijze hebben aangediend als resultaat van het proces van reflectie en verinnerlijking. Verbinding vanuit de mens/cliënt zelf is een noodzakelijke voorwaarde voor daadwerkelijke verandering.

De problematiek waar de psychosociale hulpverlening mee te maken krijgt is divers van aard: ziekte, burn-out, relatie- en werkproblemen, verlieservaringen, dood, rouw. Ze betreffen zonder uitzondering bestaansvragen, omdat zij gaan over gevoel van eigenwaarde, zelfbepaling, autonomie, (levens)perspectieven en persoonlijke waarden en normen. Daarmee zijn deze bestaansvragen tevens verbonden met betekenisgeving en zinbeleving. Gezamenlijk zijn zij de belangrijkste ijkpunten waar de existentiële benadering zich op richt. Het (her)vinden van een zeker evenwicht hierin vormt de basis voor het psychisch en lichamelijk welbevinden van mensen.

Taak

Aandacht en het scheppen van meer ruimte hiervoor binnen de psychosociale hulpverlening zie ik als een belangrijke taak voor mijzelf als individueel werker en voor de geestelijke gezondheidszorg in het algemeen. Het bewerkstelligen van bewustwording bij zorgverzekeraars, huisartsen en andere verwijzers van de existentiële aspecten bij psychosociale problematiek is -ook vanuit preventief oogpunt- een belangrijk onderdeel van deze taak.

Marleen Onclin,
psychosociaal therapeut