

Sieds de Jong, Overdracht

I Overdracht bij de pastoraat-ontvanger

Kerkbode 03-09-2004

1 De aanloop naar een pastorale relatie

De reden waarom, iemand in zijn algemeenheid om hulp vraagt, kan heel verschillend zijn. Boswijk spreekt over een situatie van 'onvrede' waarin zij meerdere emoties onderscheidt zoals:

Pijn

De oorzaken van pijn kunnen heel verschillend zijn: ruzie tussen echtgenoten, tussen ouders en kinderen, ontslag, depressie na bijv. een sterfgeval, een niet verwerkte miskraam, seksueel misbruik of/en scheiding.

Angst

Soms gaat het om concrete angst, bijv. angst voor oorlog en ziekte. Meestal is de angst abstracter en vager: er is angst voor de toekomst, voor de dood, voor verlatting, angst voor het onbekende.

Onvervuldheid

Ondanks dat alle levensbehoeften vervuld zijn, kunnen mensen zich niet gelukkig en leeg van binnen voelen. Zeker als er sprake is van tegenslagen of moeilijk te verwerken verlies duiken er altijd zingevingsvragen op in de trant van: wat is de zin van dit alles? Waar doe ik het allemaal voor? Waar heb ik dit allemaal aan verdiend? Maar ook vragen omtrent het leven na de dood, het al dan niet bestaan van God.

Vanuit zulke situaties van pijn, angst en onvervuldheid ontstaat de behoefte aan aandacht, opvang, hulp, zorg en respect, een behoefte om de pijn te delen en houvast, behoefte ook aan kennis en inzicht om eventueel de situatie te veranderen

Het is duidelijk dat er vanuit deze situatieschets een link naar het pastoraat ligt. Dr. Peter van der Kamp, docent pastoraat aan de Theologische Universiteit in Kampen, omschrijft in zijn proefschrift 'pastoraat' als: 'iemand's persoonlijke situatie in relatie brengen tot Gods Woord met het oog op haar/zijn geestelijk functioneren'.

In het verlengde van wat Boswijk schrijft kan het daarbij om zeer vele en gevarieerde situaties gaan:

- je huwelijk loopt stuk
- je hebt ruzie in het gezin of de familie
- je ervaart eenzaamheid
- je twijfelt aan je geloof
- je zucht onder schuld
- je zit in een rouwproces
- je hebt vragen over de rol van God in je leven
- je bent verslaafd
- je voelt je depressief
- je kampt met een trauma
- het geloof zegt je niks meer
- je bent chronisch ziek
- je lijdt aan het leven

Zo veelkleurig als het leven is zo veelkleurig zijn de situaties waarin een gemeentelid zich tot zijn dominee kan wenden met het oog op pastorale hulp. In het licht van wat Van der Kamp schrijft betekent het bieden van pastoraat dan: het geven van inzicht, advies, steun, troost, een luisterend oor, richting en bemoediging in het kader van de relatie van het gemeentelid met zijn God.

2 Het aangaan van een pastorale relatie

Bij het aangaan van een pastorale relatie staat 'veiligheid' voor het gemeentelid voorop. Er wordt immers van hem nogal wat gevraagd: hij moet zijn gedachten (die hem soms al heel lang kwellen maar hij altijd angstvalig verborgen heeft gehouden omdat hij zich er voor schaamt en zich er om veroordeelt) blootgeven. Hij moet emoties tonen en gevoelens laten zien, falen erkennen etc.

Ook al is een dominee nog zo bekwaam, als hij in dit beginstadium geen veiligheid biedt, ontstaat er niet een – voor het pastoraat noodzakelijke – vertrouwensrelatie en zal het gemeentelid zijn diepste gevoelens niet willen of kunnen tonen. Zolang hij iets ervaart in de trant van: 'wat zal de dominee wel niet zeggen als ik dit of dat vertel?' Of: 'dit is te dom om te vertellen of te vragen; hij zal me zeker uitlachen' is er geen 100% veiligheid en blijven er dingen achter.

Je ziet ook vaak dat een pastorale relatie via trial and error wordt aangegaan: het gemeentelid vertelt iets, biecht 'iets' op - wacht dan de reactie van de dominee af – is die reactie bevredigend dan geeft hij weer een stukje van zichzelf bloot – blijft de reactie vertrouwenwekkend, dan volgt uiteindelijk het 'hele verhaal'.

Het gemeentelid onderzoekt en tast als het ware eerst af hoe de dominee is. 'Wie heb ik hier voor me? Verstaat hij zijn vak? Is hij wel aardig? Voel ik me op mijn gemak? Gaat hij respectvol met mij om?' zijn een aantal criteria die het gemeentelid al dan niet bewust aanlegt. Vooral het antwoord op de vraag: 'Ziet de dominee me? Geeft hij blijk van het vermogen mij werkelijk te zien?' is van groot belang.

3 De voortzetting van een pastorale relatie

Als het gemeentelid veiligheid ervaart en er op vertrouwt dat er respectvol naar hem wordt gekeken, als hij voelt dat de predikant aandacht, zorg en liefde voor hem heeft en hem werkelijk ziet, betekent dat geweldig veel voor hem. Hij krijgt vanaf dat moment wat hij nu juist zo graag wilde krijgen: aandacht, zorg, liefde, respect, wijsheid etc. Met graagte neemt hij deze aandacht, zorg en liefde dan ook in zich op.

Op een mens die om wat voor reden dan ook erg behoefte heeft aan iemand met deze kwaliteiten, kunnen deze eigenschappen echter een diepgaand effect hebben. Eindelijk heeft hij iemand gevonden waar hij al zo lang naar zocht. Eindelijk is er iemand die hem de steun geeft die hij zo mist en die hem kan vertellen hoe de zaken nu echt in elkaar steken.

Op dat moment gebeurt er iets heel belangrijks. Het gemeentelid schiet 'in de overdracht!'

4 Overdracht in een pastorale relatie

De meeste mensen weten wel wat een 'projector' is. Het komt uit de wereld van de diafotografie en verwijst naar het apparaat dat, door het gebruik van licht en optische lenzen, ervoor zorgt dat het beeld op een dia wordt vergroot weergegeven op een wit scherm.

Iets soortgelijks doet zich ook in het menselijke brein voor. In ons hoofd worden bepaalde voorvallen en herinneringen geprojecteerd zodat ze – uitvergroot en in een andere context – zich aan ons voordoen.

Heel bekend is het voorbeeld van de boze chef. Je chef was onterecht boos op jou en gaf je een fikse uitbrander; jij reageert dat af op je vrouw. Je projecteert als het ware de boosheid op je chef op je vrouw.

Andere voorbeelden zijn: je kunt een hekel hebben aan je buurvrouw, omdat ze je doet denken aan je vervelende zusje; je kunt je benauwd voelen in een bepaalde kamer, omdat die lijkt op de kamer waarin je ooit eens opgesloten hebt gezeten; je kunt verliefd worden op je werkgever, omdat hij op je vader lijkt; enz.

Ook in de Bijbel kom je het tegen: Koning David en zijn mannen ondergingen een grote schok toen ze na een gevecht thuiskwamen. Toen ze hun dorp binnenkwamen, zagen ze dat het door vuur vernietigd was en ze ontdekten dat hun vrouwen en kinderen door de Amelekieten gevangen genomen waren. Het is te begrijpen dat David en zijn mannen overspoeld werden door verdriet en boosheid. Nogal onverwachts keerden de mannen echter hun haat af van de Amelekieten en richtten die op koning David. Alle woede die ze voelden ten opzichte van de Amelekieten werd door hen geprojecteerd op David en hun emoties zwollen op tot een moorddadige razernij tegen hem.

Iets soortgelijks kan zich voordoen in een pastorale relatie. Dat heet dan 'overdracht'.

'Overdracht' houdt in dat houdingen en gevoelens, die betrekking hebben op een eerdere relatie van het gemeentelid, worden overgedragen op de dominee in de realiteit van vandaag.

Het gemeentelid associeert iets van de dominee met een persoon uit zijn geschiedenis.

Dat kán gaan om een echtgenoot, een leraar; in de meeste gevallen zal het gaan om een ouder.

Anders gezegd: mééstal vormen moeilijkheden binnen de ouder-kind relatie de basis van overdracht. Maar niet álle overdracht heeft haar oorsprong in de kindertijd. Veel heeft ook te maken met de effecten van gebroken relaties en pijnlijke ervaringen die later zijn opgedaan.

Dit lijkt allemaal niet erg realistisch: wie is er nu zo stom om een beeld op iemand te projecteren en dan ook nog uit je kindertijd? Je bent toch volwassen? Je bent toch niet dom?

Inderdaad, je bent volwassen en niet dom, maar naast je verstand en een gezond vermogen tot relativeren en beoordelen, bestaat er in elk mens ook nog zoiets als 'het kind'.

Elke mens heeft een, wat je zou kunnen noemen, 'emotionele opslag' die ooit in relatie met zijn ouders is ontstaan. In die opslag kunnen gevoelens liggen in de trant van: in de steek gelaten zijn, moederziel alleen zijn (als een van de ouders bijvoorbeeld op jonge leeftijd is overleden); gevoelens van minderwaardigheid (wanneer een van de ouders heel erg uit de hoogte deed en nooit eens iets waardeerde); de overtuiging stout, slecht of schuldig te zijn (als dat maar vaak genoeg tegen je wordt gezegd, ga je het op den duur geloven); het gevoel afgewezen te zijn (als je ouders je uitlachten of iets dergelijks).

Genoemde emoties komen in bepaalde omstandigheden onbewust, zonder dat je het van jezelf in de gaten hebt, tevoorschijn, namelijk in omstandigheden die deze emoties oproepen.

5 Positieve overdracht

Bij de hiervoor omschreven 'overdracht' kan het gaan om het overdragen van positieve gevoelens.

Het gemeentelid heeft bijvoorbeeld slechte herinneringen aan de relatie met zijn moeder vroeger. Onbewust zoekt hij voortdurend een nieuwe moeder die onvoorwaardelijk van hem houdt. Dat uitgesproken positieve beeld projecteert hij in het begin van de pastorale relatie op zijn dominee.

Of het gemeentelid heeft een hele goede band met zijn vader gekend en kan eigenlijk niet zonder. Onbewust zoekt hij steeds iemand die hem dezelfde warmte en liefde kan geven. Ook dit uitgesproken positieve beeld wordt door het gemeentelid aanvankelijk op de dominee geprojecteerd.

Hierbij geldt: hoe groter de behoefte aan opvang, aandacht, liefde, inzicht en houvast, des te sterker de neiging om een ideale ouderfiguur te projecteren en des te krachtiger de uitnodiging in dit geval naar de dominee om zich volgens de verwachting van het gemeentelid te gedragen.

Belangrijk om te weten hierbij is dat overdracht volstrekt onbewust gebeurt! Het gaat als het ware vanzelf. Dat betekent dat er geen enkel besef bestaat van de mogelijkheid dat er projectie in het spel is. Wat het projecterende gemeentelid voor zich ziet, is voor hem niets dan de waarheid. Hij schept een eigen werkelijkheid en sluit zichzelf min of meer in die werkelijkheid op.

Positieve overdracht in een pastorale relatie is op zichzelf genomen niet erg. Projectie is zinnig en er is niets op tegen om haar in stand te houden. De projectie zorgt er namelijk voor dat het gemeentelid zich vertrouwd en veilig voelt, wat hij nodig heeft omdat hij zich anders niet durft te openen of uit te spreken.

Het is wel goed om je ervan bewust te zijn. Het kan namelijk leiden tot 'claimend gedrag': er wordt een buitensporig beroep op de dominee gedaan.

Positieve overdracht vormt daarnaast ook vaak de bouwstof van romantiek. Mensen interpreteren hun positieve gevoelens voor een ander vaak alsof die zouden betekenen dat ze zich (seksueel) aangetrokken voelen tot iemand of verliefd zijn op iemand.

Een vrouw kan bijvoorbeeld geloven dat ze verliefd is op haar dominee.

In extreme vorm kan dat er zelfs toe leiden dat ze haar dominee - getrouwd of niet - gaat stalken. Dat komt voor.

6 Negatieve overdracht

De hierboven omschreven positieve overdracht levert het gemeentelid uiteraard áltijd teleurstelling op. Hoezeer een dominee ook zijn best doet, hij kan de projectie die op hem wordt geplakt, met de beste wil van de wereld niet waarmaken. De verwachtingen van het gemeentelid zijn domweg veel te hoog gespannen, dat moet vroeg of laat wel op een teleurstelling uitlopen.

Wanneer dat gebeurt - de dominee maakt de hooggespannen verwachtingen niet waar - stelt dat het gemeentelid teleur, zorgt dat voor negatieve gevoelens bij het gemeentelid. Hij voelt zich in de steek gelaten, voelt zich boos en gekwetst.

Op dat moment gebeurt hetzelfde als eerder: het gemeentelid schiet opnieuw in de overdracht! Met dit verschil dat het nu negatief gericht is.

Het gemeentelid projecteert op de dominee bijvoorbeeld het beeld van zijn vader die nooit tijd voor hem had en hem in de steek heeft gelaten, of het beeld van zijn moeder die altijd zo koel en afstandelijk was dat hij eronder leed.

De dominee wordt als gevolg van deze negatieve overdracht door het gemeentelid gezien als een hooghartige, afstandelijke persoon die niet te vertrouwen is.

De intensiteit waarmee ze wordt waargenomen is niet realistisch, maar door zijn projectie vindt het gemeentelid het logisch en zelfs terecht dat hij zich door zijn dominee afgewezen en veroordeeld voelt.

Omdat de dominee ook een menselijk wezen met fouten is, hebben de aanklachten in de meeste gevallen een grond van waarheid, maar de intensiteit waarmee ze wordt waargenomen is ver verwijderd van de realiteit. Wij zeggen dan: van een mug wordt een olifant gemaakt.

Als het goed is wordt de negatieve overdracht op den duur geleidelijk aan minder en gaat het vanzelf over.

Het ouderbeeld in het gemeentelid (zijn overdracht) ontwikkelt zich namelijk op dezelfde manier als bij een gewoon kind. Gewoonlijk kun je 4 fasen onderscheiden (die overigens in elkaar overgaan en soms door elkaar heen lopen):

- 1 Positieve overdracht: de ideale ouder wordt geprojecteerd
- 2 Negatieve overdracht: de slechte ouder worden geprojecteerd
- 3 De overdracht breekt: het gemeentelid maakt zich los van de dominee
- 4 De overdracht verdwijnt: het gemeentelid en de dominee gaan als twee volwassen mensen met elkaar om

Niet altijd verloopt het zo soepel.

Het kan gebeuren dat een gemeentelid in de negatieve overdracht blijft steken. Voor het pastoraat houdt dat enorme risico's in.

Vaak verliest men zich in eindeloze conflicten en discussies, terwijl het probleem de overdracht zelf is. Eén geval van serieuze overdracht kan zoveel energie opslokken dat men in de gemeente voor de rest allesbehalve in staat is om zijn verantwoordelijkheden te vervullen.

Mediation helpt in dergelijke gevallen niet: gedragsverandering ontstaat pas door het verwerken van de emoties die de overdracht veroorzaken.

Een dominee zou in zo'n situatie zijn eigen gedrag eens goed moeten bezien. Met de constatering dat zijn gemeentelid in een negatieve overdracht zit, kan hij heel goed gelijk hebben, dat is het punt niet. De vraag is wel hoe hij met zijn gelijk omgaat. Een machtsstrijd bestaat namelijk altijd bij de gratie van aanval en verdediging; hij stopt ogenblikkelijk wanneer een van beide partijen niet meer aanvalt, maar ook niet meer verdedigt, en in plaats daarvan zich even distantieert om werkelijk naar de ander te luisteren. Wanneer hij zijn eigen belang even naast zich neer legt en het belang van de ander dient.

Mocht dat niet helpen, dan rest feitelijk niets anders meer dan dat mensen die er mee te maken hebben en om heen staan grenzen aan het gedrag van het betrokken gemeentelid gaan stellen. Ze moeten proberen het object van de overdracht te beschermen en te verhinderen dat de ongezonde dynamiek zich verspreidt in de gemeente. Vervolgens maken ze de beperkingen bekend aan degene met overdrachtsgevoelens en aan anderen die rechtstreeks getroffen zijn door het verwondende gedrag. Wanneer dit gebeurt, kan het ambtswerk van de dominee gespaard blijven en voortgang blijven vinden, zelfs wanneer degene die in de overdracht zit weigert mee te werken.

7 Voorbeelden

De volgende voorbeelden heb ik (iets gewijzigd) aan Boswijk en Mc.Intyre ontleend.

Veel van wat hiervoor beschreven is vind je er in terug: positieve overdracht, claimend gedrag, teleurstelling, negatieve overdracht, conflicten en een verbroken relatie.

7.1 Voorbeeld-1

Een jonge man kwam uit een familie die niet naar de kerk ging. Zijn vader, een militair, was zowel afstandelijk als kritisch naar zijn zoons. Hij was vaak en lang afwezig en zijn vrouw deed haar best om dat te compenseren. Maar ze vond het buitengewoon moeilijk om met deze situatie om te gaan en was vaak openlijk boos en gefrustreerd. Toen de jonge man in zijn nieuwe woonplaats naar een kerk zocht, koos hij er een waar de dominee warm en vaderlijk was en die als doel had zijn gemeenteleden te helpen een plaats te vinden om te dienen. Het nieuwe lid keek vol verwachting uit naar elke ontmoeting met zijn dominee en bracht vrijuit zijn bewondering en dankbaarheid tot uiting. Hij voelde een bijzondere band met de dominee, maar zijn waarneming kwam voort uit het gemis in zijn kinderjaren. Hierdoor had hij een geïdealiseerd beeld van wat hij verlangde in een vaderfiguur. Toen de jongeman in een bepaalde stresssituatie kwam te zitten, richtte hij zich nog sterker op zijn dominee. Die, denkend dat het tijdelijk zou zijn, bezocht hem vaker. Maar zelfs toen hij weer wat in rustiger vaarwater kwam, bleven de eisen van de jongeman ten opzichte van zijn dominee toenemen. Toen deze dat ter sprake bracht stuitte hij op onbegrip en boosheid. Toen de dominee grenzen begon te stellen interpreteerde hij dat als een persoonlijke afwijzing en begon hij al zijn bitterheid ten opzichte van zijn vader te projecteren op zijn dominee. Door zijn overdrachtgevoelens kon hij de normale, menselijke emoties van zijn dominee niet accepteren, want zijn geïdealiseerde beeld liet daar geen ruimte voor.

7.2 Voorbeeld-2

Een vrouw uitte kritiek op haar dominee dat hij geen goede leiding gaf. Alles wat maar als bewijs kon dienen werd door haar bij elkaar geschraapt en voorgelegd aan wie maar wilde luisteren. Met haar overkritische houding infecteerde ze de hele gemeente. De vrouw had een hele sterke behoefte om de ontoereikendheden van de dominee aan zoveel mogelijk mensen duidelijk te maken. Er werd van alles bij gehaald. Uiteindelijk werden er hele kerkenraadsvergaderingen aan gewijd en werd de hele kerk in beslag genomen door de zaak. Men raakte onderling sterk verdeeld. Gedurende meer dan een jaar besteedde de dominee het grootste deel van zijn tijd aan de verdediging tegen aanvallen op zijn karakter en zijn bekwaamheden tot het ambt. Hij voelde zich in gekmakende mate tot op elk detail bekeken, om nog niet eens te spreken van zijn echte fouten en tekortkomingen.

Deze intense dialogen en debatten waren op een vreemde manier bevredigend voor het bewuste gemeentelid, die een grote behoefte had aan verbondenheid met andere mensen. Feitelijk ontstond haar nood door de scheiding van haar ouders toen zij een tiener was en in de daaropvolgende jaren moest ze almaar luisteren naar haar moeder die klaagde over haar vader. Ze werd niet alleen gedreven door haar woede ten opzichte van haar vader, maar ze gedroeg zich zoals haar moeder haar had voorgeleefd.

II Overdracht bij de dominee

Kerkbode 10-09-2004

1 Tegenoverdracht in de pastorale relatie

'Tegenoverdracht' is de overdracht aan de kant van de dominee. Zij ontstaat op dezelfde manier als de overdracht aan de kant van het gemeentelid. Dat is ook wel logisch: een dominee lijdt of kan lijden aan precies dezelfde 'gebreken' als zijn gemeentelid. Ieder mens kan te maken hebben gehad met lastig te verdragen emoties zoals pijn, onzekerheid, eenzaamheid en angst. Zowel dominee als gemeentelid kan streng en/of liefdeloos zijn opgevoed, zich vernederd of gekwetst hebben gevoeld, het idee hebben dat zijn ouders hem indertijd niet zagen of in de steek lieten, of op andere manieren 'getekend' zijn.

Wanneer hij zijn pijn niet (goed) heeft verwerkt, zal in de dominee op precies dezelfde manier als in het gemeentelid een 'innerlijk kind' bestaan dat nog steeds pijn, onzekerheid, eenzaamheid en/of angst voelt en dat behoefte heeft aan liefde, zorg, aandacht, waardering en erkenning.

Zo bekeken verschillen dominee en gemeentelid dus niet van elkaar: beiden hebben ze behoefte aan waardering, erkenning, zorg en liefde.

Boswijk biedt als het gaat om het herkennen hiervan een handige 'vuistregel': Iedere 'emotionele comotie' binnen de dominee (in de zin van: irritatie of ergernis die de dominee ervaart als het gemeentelid zich niet gedraagt zoals hij dat wil, verwacht of hoopt, of wanneer er dingen gebeuren die de dominee zelf niet aankan en liever uit de weg gaat) verwijst naar persoonlijke, onverwerkte problemen en/of vooringenomen standpunten.

2 Positieve tegenoverdracht

Net zoals bij het gemeentelid kan de overdracht aan de kant van de dominee positief zijn.

Uiteindelijk bestaat het probleem er dan uit dat de dominee zichzelf in diepste wezen niet waardeert, niet liefheeft en niet de moeite waard vindt. Dus heeft hij iemand buiten zich nodig om hem ervan te overtuigen dat hij wel de moeite waard is, enz.

Het zijn dan vooral aandacht, waardering en erkenning (in extreme situaties: applaus, bewondering en zelfs verering), zorg en liefde waar de dominee behoefte aan heeft.

Binnen een pastorale relatie kan een dominee zijn hart wat dat betreft uiteraard vaak meer dan op-halen. In zijn nabijheid voelt het gemeentelid zich veilig en op zijn gemak.

Vervolgens gaat ook de dominee projecteren. Hij ziet eindelijk iemand die hem op waarde schat: iemand die hem waardeert, die erkent dat hij goed is, die vindt dat hij goed werk levert, kortom die ziet dat hij een prima dominee is.

De dominee ziet als het ware het ideale gemeentelid voor zich. Hij ziet dat het gemeentelid in hoge mate respect heeft voor zijn ambt, hem erg waardeert en hem een warm hart toe draagt.

Dit is tegenoverdracht! Tegenoverdracht die zich overigens in heel verschillende vormen kan laten zien:

2.1 De afstandelijke dominee

De dominee is dankzij zijn kennis onbereikbaar en de gemeentelid heeft maar te geloven wat hij zegt. Dat zal ook zeer opzichtig worden getoond. Alle gevoelsmatige contact, alle intimiteit die er eventueel nog binnen de relatie ontstaat, zal altijd in het teken van deze 'startpositie' staan: de dominee onbereikbaar boven en het gemeentelid vol bewondering beneden.

Op deze manier ontstaat een gebrekkig contact. In feit maakt de dominee zichzelf onbereikbaar. Kennelijk is hij vooral uit op waardering en bewondering.

2.2 De overijverige dominee

Staat de afstandelijke dominee op een voetstuk en is hij zeer moeilijk bereikbaar, de ijverige dominee is juist zeer bereikbaar. Hij is heel begaan met het wel en wee van het gemeentelid. Hij balanceert voortdurend op het randje van afwijzing en waardering. Hij weet zich gewaardeerd door zijn gemeentelid, maar is doodsbang dat die waardering zal omslaan. Hij werkt zich daarom vaak voor een gemeentelid uit de naad om toch vooral maar 'goede dominee' te kunnen worden genoemd. Vooral beginnende dominees die zichzelf nog 'waar' moeten waken in hun ambt, gaan vaak gebukt onder deze vorm van tegenoverdracht.

Een dominee die in de positieve tegenoverdracht zit, gaat dus perfect samen met een gemeentelid die een positieve overdracht heeft. Het gemeentelid waardeert, aanbidt of bewondert de dominee en de dominee geniet daarvan. Beiden zijn uitermate tevreden.

Een signaal om positieve overdracht te onderkennen kan zijn wanneer je gemeenteleden hun dominee alleen maar horen ophemelen. Wanneer er kennelijk een enorme afstand tussen hen is en wanneer er aan de dominee helemaal niets op- of aan te merken is. Dat kan namelijk niet waar zijn. Alleen een projectie kan zo ideaal zijn.

Het bewijst als het ware de tegenoverdracht. De dominee poetst zijn imago zo zorgvuldig op en beschermt het zo angstvallig. Hij houdt zijn tekortkomingen, zijn eigenaardigheden en/of beperkingen, kortom zijn 'gewone menselijke kant', graag verborgen. Hij is immers afhankelijk van de erkenning en de waardering van zijn gemeentelid, dus ligt het voor de hand dat hij zich zo gedraagt dat zijn imago geen deuk kan oplopen!

3 Omgaan met positieve tegenoverdracht

Ook een dominee heeft gewone menselijke behoeften en het is een normale menselijke behoefte dat hij voor zichzelf en zijn werk waardering en erkenning wil voelen en dat hij van tijd tot tijd zelfs trots op zijn werk is. Daar is dus niks mis mee.

Wat je wel van een dominee zou mogen vragen is dat hij weet – of in ieder geval zou moeten weten – dat er zoiets als positieve tegenoverdracht kan gebeuren. Hij zou horen te weten hoe de relatie in elkaar zit en hoe de positie van zijn gemeentelid is. Hij zou er van op de hoogte moeten zijn dat er bij het gemeentelid in de eerste fase positieve overdracht in het spel is. Het gemeentelid ziet hem niet realistisch, hij is aan het idealiseren. Het is voor de dominee zaak om alle waardering en bewondering van het gemeentelid altijd te blijven relativiseren. En daarnaar zou hij moeten handelen.

Uiteindelijk komt het er op neer dat een dominee emotioneel zelfstandig moet zijn. Hij mag van zijn gemeentelid in principe niets anders dan zijn traktement ontvangen. Alles wat hij daarbovenop krijgt aan waardering, respect en dankbaarheid is mooi meegenomen, maar zit niet in het oorspronkelijke pakket. Hij is de dominee en het gemeentelid is pastoraat-ontvanger. En hij is aangesteld om pastorale hulp te geven en niets meer.

Als een dominee zich van dit soort processen op de hoogte is (of stelt), is dat al heel wat.

En het kan veel voorkomen. Soms breidt de dominee bijvoorbeeld zijn relatie met het gemeentelid uit tot een meer persoonlijke. Hij komt met ontboezemingen van persoonlijke aard. Naarmate hij meer problemen heeft, rondloopt met innerlijke pijn, onzekerheid, eenzaamheid, verdriet en/of angsten zal hij dat sneller gaan doen.

Daar lijkt niet veel mis mee, maar toch is dat niet goed. Wat hij ook voor argumenten voor zijn gedrag mag hebben, als hij zijn hart bij het gemeentelid gaat uitstorten, draait hij de rollen om. Het gemeentelid voelt zich weliswaar gevlend: de dominee ziet hem zitten, anders zou hij toch niet zo openhartig zijn? Maar diens gevoelens zijn als het ware vermommingen, terwijl er behoefte, de emotionele nood van het innerlijke kind van de dominee, in het spel is

Net als bij overdracht vormen ook bij positieve tegenoverdracht verliefdheidssperikelen een risico voor het pastoraat. Een dominee kan zich aangetrokken voelen door zijn gemeentelid dat in de positieve overdracht zit. Dat is dan dus niet in de eerste plaats omdat hij zo geweldig aantrekkelijk is, maar vooral omdat hij zich door zijn gemeentelid aangetrokken voelt!

Als een dominee zijn onverwerkte emoties overdraagt op het bewuste gemeentelid kan de pastorale relatie eindigen in een seksuele affaire.

Op zo'n moment maakt de dominee op min of meer grove wijze misbruik van de zo gul geschonken liefde en vertrouwelijkheid. De veiligheid die in dergelijke gevallen wordt ervaren, berust nergens anders op dan op de behoefte om veiligheid te ervaren.

Als dominee is het als het hierom gaat, goed jezelf de woorden van de apostel Paulus voor te houden: 'Wie dus denkt rechtverreind te staan, moet oppassen dat hij niet komt te vallen' (1 Kor.10,12 GNB).

Een laatste valkuil voor de dominee in deze fase is de ontvankelijkheid van het gemeentelid. Als het gemeentelid in de positieve overdracht zit is het buitengewoon ontvankelijk. Veel gemeenteleden vragen ook naar gedragsaanwijzingen en proberen de dominee allerlei antwoorden te ontfoetselen op vragen waar ze zelf geen antwoord op hebben. Ze proberen de dominee bijvoorbeeld in conflicten aan hun kant te krijgen, zodat ze eventuele beslissingen durven te nemen! ('Moet ik mijn invalide moeder in huis nemen of niet? Moet ik mijn man in de steek laten of moet ik bij hem blijven?') Het is voor de dominee heel verleidelijk om de rol van de wijze raadgever op zich te nemen, omdat het zijn gevoel van eigenwaarde uiteraard in grote mate streelt. Het enige dat hij hiermee bereikt is dat hij het gemeentelid nog afhankelijker maakt dan hij al is. Bovendien gaat het er niet om dat het gemeentelid doet wat hij van hem verwacht, het gaat erom dat het gemeentelid doet wat hijzelf wil, wat hij belangrijk, zinnig, enz. vindt.

4 Negatieve tegenoverdracht

Net als bij de overdracht kan ook de tegenoverdracht negatieve vormen aannemen.

De illusie die in de eerste fase van de pastorale relatie ontstaat wordt in een tweede fase doorgeprikt. Ze maakt plaats voor een meer realistische kijk. De dominee ontpopt zich in deze tweede fase als een gewone, dat wil zeggen imperfecte en soms zelfs vervelende man. Hij valt van zijn voetstuk, in sommige gevallen zelfs door de mand.

Wanneer de dominee niet meer automatisch krijgt wat hij nodig heeft, als de waardering van het gemeentelid hem wordt onthouden en plaats gaat maken voor afstand en kritiek, kunnen er problemen ontstaan.

De dominee voelt zich afgewezen en wordt onzeker. Op dergelijke momenten slaat de positieve tegenoverdracht om in negatieve. De onzekerheid en de pijnlijke gevoelens van afwijzing en eenzaamheid die ooit in de relatie met bijvoorbeeld koele, afstandelijke ouders zijn ontstaan, worden weer voelbaar. De dominee schiet in de negatieve tegenoverdracht.

In tegenstelling tot positieve- levert negatieve tegenoverdracht bijna altijd problemen op.

Een dominee die vanuit dergelijke tegenoverdracht werkt, is namelijk hypergevoelig op alles wat maar enigszins lijkt op afkeuring, desinteresse, irritatie en dergelijke. De angst voor afwijzing maakt dat de hij koste wat het kost gelijk wil hebben en krijgen; hij moet erkenning krijgen!

Op wat voor manier dan ook, maar gemeenteleden zijn daarvan in de regel de dupe.

Iets soortgelijks kan zich voordoen wanneer het gemeentelid maar niet 'beter' wordt, wanneer het gemeentelid depressief, verward of ongelukkig blijft, ondanks al het werk dat de dominee voor hem of haar doet. In plaats van met een herstellende, verbeterende, gelukkige en dus dankbaar gemeentelid heeft de dominee te maken met een onverbeterlijke! Hoe aardig en welwillend misschien ook, het gemeentelid doet niet wat hij wil: gelukkig worden!

Ook dit gaat ten koste van het gemeentelid.

Voorbeeld

Een dominee verleent pastorale hulp aan een zwaar getraumatiseerde jonge vrouw. Dit gemeentelid van hem is seksueel misbruikt door zowel een dader als de hulpverlener. Hoe hij echter ook zijn best doet om uit te leggen waarom hij iets op de manier zei als hij het gezegd heeft: zijn preken vindt ze te veeleisend; naar de kerk gaan valt haar loodzwaar. Eigenlijk wil ze alleen maar horen dat ze 'er mag zijn'. En daar kan deze man niks mee ('er staat nog meer in de Bijbel': 'gemeenschap-van-heiligen' enz.). Hij kan haar voor zijn gevoel niks bieden. Haar gedrag past niet in zijn afgebakende gereformeerde denkkaders. Hij voelt zich als dominee tekort schieten. Met als gevolg dat hij met een boog om haar heen gaat.

Het is echter niet haar probleem waar hij tegenaan loopt maar zijn eigen: hoe gaat hij om met iemand die hij niet kan helpen? Hoe staat hij tegenover iemand als de dichter van psalm 88, waar je niks van terugkrijgt en niks ten positieve verandert?

Kortom, hoe gaat hij om met negatieve overdracht?

5 Omgaan met negatieve tegenoverdracht

Op een goede manier omgaan met negatieve overdracht is erg moeilijk.

Om te beginnen is er meestal domweg geen tijd voor gesprekken waarin je erachter probeert te komen hoe de gevoelens van pijn en frustratie bij jezelf ontstaan, maar de relatie is ook te afstandelijk, te functioneel voor dergelijke intieme en persoonlijke ontboezemingen. De relatie is er helemaal niet naar om gezamenlijk na te gaan waar de verwarring door ontstond, wat er zo pijnlijk was, wat waar is en wat niet, hoe een eventuele overdracht de zaken verwart, verduistert, enz.

Aan Boswijk en Mc.Intyre ontleen ik de volgende nuttige tips hoe om te gaan met negatieve tegenoverdracht:

1.

Een dominee moet bereid zijn om zijn gedrag door collega's, vrienden, een intervisiegroep, zijn vrouw eerlijk te laten spiegelen.

Dat is al moeilijk genoeg. Nogal eens heeft iemand op zo'n positie met dergelijke problematiek zich omringd met mensen die hem 'geloven', eventueel zelfs navolgen en er is niemand die hem confronteert met zijn gedrag, of die zijn leerstellingen in twijfel trekt of ter discussie stelt. De kans dat de macht hem naar het hoofd stijgt is levensgroot omdat hij op een plaats zit die hem in de gelegenheid stelt misbruik van zijn macht te maken.

Maar juist dan is het heel belangrijk om een of meer christenvrienden te hebben, die elkaar goed genoeg kennen en vertrouwen om de beschuldigingen en aangelegenheden openlijk te bespreken. Zij zullen snel inzien wanneer een bewering belachelijk is en afgewezen kan worden. Zo zullen ze ook onderkennen wanneer een beschuldiging gebaseerd is op een werkelijke zwakte van de persoon die versterkt moet worden. Ook zullen ze bekend genoeg zijn met elkaars persoonlijke geschiedenissen om subjectieve of zondige reactiepatronen te herkennen. Ten slotte zullen ze elkaar genoeg vertrouwen om persoonlijk gebed te ontvangen en elkaar wijze raad te geven.

Wanneer de dominee niet bereid is om zichzelf op de korrel te (laten) nemen is er een probleem.

Een kerkenraad heeft een probleem wanneer zijn dominee zichzelf niet wil onderzoeken op eventuele onzuiverheden, als hij alles wat er eventueel voorvalt en misloopt in de pastorale relatie, domweg toeschrijft aan (de overdracht van) het gemeentelid. Er is een probleem in de gemeente wanneer de dominee zich niet persoonlijk laat aanspreken door een gemeentelid en zich verschuilt achter zijn ambt.

Van hieruit bezien zou inter- of supervisie voor een dominee verplicht moeten zijn.

2.

Hoe kun je nou bij jezelf nagaan of er al dan niet sprake is van overdracht? Als het gaat om het ontdekken van 'overdracht' bij jezelf biedt Mc.Intyre een handige checklist met vragen:

- Zijn mijn gedachten in beslag genomen door een specifieke persoon of situatie? Slaap ik minder door het denken aan hem of haar? Voel ik me uitgeput, zonder energie voor andere belangrijke zaken omdat ik zo in beslag genomen ben?
- Houd ik veelvuldig denkbeeldige gesprekken in mijn gedachten met de persoon die het object van mijn overdracht zou kunnen zijn?
- Merk ik dat ik anderen vaak vertel over mijn relatie met deze persoon, of het nu gaat om hem of haar idealistisch te prijzen of door kritiek te uiten?
- Wanneer ik aan deze persoon denk, worstel ik dan vaak met afgunst of jaloezie?
- Vraag ik me vaak af wat deze persoon over me denkt of voor me voelt? Heb ik later ontdekt dat deze ideeën ver van de waarheid waren?
- Wordt mijn concentratie in gebed veelvuldig onderbroken door gedachten over deze persoon?
- Bid ik bijna exclusief voor hem of haar?
- Beoordeel ik hem of haar wanneer ik de Bijbel lees en pas ik de verzen op hem of haar toe?
- Heb ik kinderlijke verwachtingen van hem of haar of uitbarstingen van boosheid die grenzen aan drift? Verval ik in kinderlijkheid ook op andere gebieden in mijn leven?
- Heb ik een gevoel van een toenemende mate van geestelijke onderdrukking?
- Is mijn waarneming van deze persoon nog wel gebaseerd op de realiteit?
- Heb ik me regelmatig beziggehouden met het verspreiden van roddel over deze persoon?
- Reageer ik vaak te sterk op kleine overtredingen van deze persoon? Of heb ik me fouten voorgesteld die er niet waren of die niet zo bedoeld waren?
- Vindt deze persoon mijn behoefte om met hem te praten of tijd door te brengen overweldigend? Slurpt mijn relatie met hem of haar zoveel van mijn tijd op dat ik me niet bezig kan houden met andere belangrijke verantwoordelijkheden of relaties?

3.

Omdat Mediation of een andere vorm van bemiddeling nogal eens wordt ingezet, is het voor betrokkenen belangrijk om zich te realiseren dat, wanneer er sprake is van overdracht, deze feitelijk niet helpen! Niet het gedrag van de dominee moet worden 'aangepakt', maar de emotie op grond waarvan hij als zodanig waarneemt.

Gedragsverandering ontstaat namelijk door het verwerken van de emoties die de overdracht veroorzaakten. Alleen wanneer de onderliggende emoties verdwijnen, zal er iets aan een overdrachtspatroon veranderen. Daardoor wordt de dominee stukje bij beetje onafhankelijker: hij laat zich niet meer zo snel verblinden door een positieve of negatieve projectie, domweg omdat hij dergelijke projecties niet meer maakt.

Anders gezegd: hij heeft niet meer zo'n overweldigende behoefte om aardig te worden gevonden dat hij bij Jan en Alleman waardering probeert te halen, en hij is niet meer zo bang om afgewezen te worden dat hij zich bij het minste of geringste op zijn tenen getrapt voelt.
Een nuttige oplossing voor de dominee zou kunnen zijn om in therapie te gaan zodat hij meer inzicht in zichzelf krijgt en kan werken aan verandering.

6 Uitleiding

Daarmee ben ik aan het eind van mijn artikelen over riskant pastoraat.

Het zou me niet verbazen als u als lezer – gemeentelid of dominee - voor de eerste keer hoort van datgene wat beschreven is.

Ik kijk er ook niet raar van op als de eerste reactie van dominees en gemeenteleden is: 'wat is dat nou voor psychologisch gedoe, daar kan ik niks mee'.

Toen ik er voor het eerst van hoorde was mijn eigen reactie in eerste instantie ongeveer net zo. En ik ben zeker ook nog niet over alles uitgedacht.

Maar ik denk dat, hoe meer je erover gaat nadenken en bereid bent eerlijk naar jezelf te kijken, je er geleidelijk aan toch het nodige in zult gaan herkennen. Overdracht komt uiteindelijk in alle menselijke relaties voor.

Het kan je helpen om jezelf of anderen op een christelijk-opbouwende manier te ontwikkelen.

Het zal het pastoraat alleen maar ten goede komen!

Verwijzingen

Riekje Boswijk-Hummel, Liefde in wonderland. Overdracht en tegenoverdracht in de hulprelatie. Haarlem 1997; vierde druk 2002.

Valerie J. McIntyre, Schapen in wolfskleren. Hoe 'overdracht' van onverwerkte emoties relaties kan beschadigen. Driebergen 2003.