

## **Column: Het liefst had ze meteen een ander kind gewild...**

2005

Rudy Vandamme

Ik herinner me de eerste keer alsof het gisteren was. Ik gaf het vak communicatie aan verpleegkundigen en stond op het punt mijn NLP opleiding aan te vatten. En studente kwam na de les naar me toe en vroeg of ik ook individueel werkte. Het was juist het moment dat ik als zelfstandige therapeut – in het jaar 1991 werd in Vlaanderen het woord coach of counselor nog niet gebruikt – wou beginnen. Ik maakte een afspraak bij mij thuis en zei haar mijn prijs.

Ik mag niet zeggen dat het een ramp werd, want dat mag je als NLP'er niet zeggen. Het ging zo: deze verpleegkundige werkte op de afdeling verloskunde, ze hield veel van kinderen. Daarom had ze zo verlangd naar haar eerste kind, maar een spontane abortus had zich voorgedaan. Ze was daarna terug beginnen werken, maar het boterde niet meer. Ze sprak er met niemand over en de collega's voelden dat ze te emotioneel betrokken was bij de verzorging.

En daar zaten we dan. Het enige wat ik kon zeggen was: 'wat erg, op een afdeling verloskunde werken, naar een kind verlangen en dan een spontane abortus meemaken.' Vanuit mijn aard en vanuit mijn opleiding in de psychologie was ik getraind om empathisch te zijn. Ze voelde zich begrepen. Het luchtte op. De eerste sessie was al gelukt.

Maar toen kwam de volgende sessie en ik wist niet goed meer hoe ik het moest aanpakken. Ik voel nog hoe ik daar gespannen zat na te denken 'wat kan ik hier in godsnaam mee doen? Wat is mijn leidraad in mijn aanpak?' Ik zou hebben kunnen zeggen: 'je kunt misschien beter van afdeling veranderen.' Of ik kon zeggen: 'ik hoop dat je met je man snel nog eens kunt proberen.' Maar ik zweeg want ik vond adviseren niet terzake. Ze zat volop in haar verdriet. Wat doe je met het lijden dat eigen is aan het leven? Een aantal sessies luisteren naar verdriet?...

Gelukkig maar dat toen de NLP cursus begon. En dat bracht inspiratie. De derde sessie nam ik de leiding en ik zei: 'kijk, dat is gebeurd in je leven. Wat wil je daarmee doen? Hoe wil je hier mee omgaan? Wat heb je nodig?'

Dat ik daar niet eerder aan had gedacht: naar een doel vragen!

Dat is een stevige NLP vraag, maar in dit geval niet zo evident. Het liefst zou ze natuurlijk meteen een kind gewild hebben. Maar het leek er medisch op te wijzen dat er kans was dat ze geen kinderen zou kunnen krijgen. Het lijden is niet iets dat je wegtovert. We stelden ook vast dat het te vroeg was om al te denken aan adoptie of pleegouderschap.

We zijn dan overeen gekomen dat we zouden zoeken naar wegen hoe ze zich sterk kan houden, draagkracht ontwikkelen om de weg te gaan die zich aandient. En vanaf dan hadden we het over haar draagkracht, hoe ze in het leven stond, hoe ze omging met verdriet, hoe ze haar eigen leven vorm gaf en hoe ze tot dan toe altijd hoopte dat het geluk van buitenaf zou komen, door een kind bijvoorbeeld.

Mijn eerste klant bracht me onmiddellijk bij een wezenlijke vraag over de bijdrage van NLP in hulpverlening. Enerzijds was ik maar wat blij dat NLP me opties gaf om deze zaak te hanteren. Het formuleren van een doelstelling is nu iets evident voor mij, maar toen was het als afgestudeerde psycholoog mij totaal onbekend. Therapie ging precies niet over het stellen van een doel en daar expliciet en gezamenlijk mee bezig zijn. Dank zij NLP zijn mijn opties eindeloos, ik kom nooit meer vast te zitten. Zelfs de meest complexe aanmeldingen zijn een feest van ontmoeting geworden.

Anderzijds is het niet zo eenvoudig om een doel te formuleren in termen van 'we gaan dat oplossen'. Het lijden is een wezenlijk onderdeel in dit verhaal. Je mag nog honderd doelen stellen en duizend technieken ter beschikking hebben, maar daarmee kun je het lijden, dat besloten ligt in de feiten van het leven, niet wegnemen. Als je geen kind kunt krijgen, dan is dat zo. NLP helpt wel om de doelformulering aan te passen aan de feiten: wat doe je met wat je niet kunt veranderen? Of anders gesteld: gegeven de feiten van het leven, wat kun je verlangen?

Het lijden is in persoonlijke ontwikkeling en hulpverlening een onontkoombaar gegeven. Het vraagt moed om te zien welke feiten er allemaal zijn. Geen kind kunnen krijgen is zo een feit. Maar er zijn nog veel andere zaken die we misschien beter ook als 'feit van het leven' kunnen begrijpen: bijvoorbeeld de eigenheid van de ouders die je hebt, de eigenheid van je partner, de eigenheid van je werksituatie, de eigenheid van jezelf, van je lichamelijk vermogen, enz.

De wijze waarop NLP met doelen werkt, krijgt meer realisme. We verlangen vaak dingen die de feiten negeren. Een goed doel is daarom

gebouwd op zowel verlangens als op feiten. Wat zijn hier de feiten die we te aanvaarden hebben? Wat kan er? Wat mag er? Wat vraagt je levensweg te doen?

Ik ben mijn eerste klant erg dankbaar. Ze staat me nog levendig voor de geest. Misschien herinner ik me haar veel levendiger dan zij mij. Zo gaat dat. Ze zette me op het spoor om te zien hoe nodig het is om een arsenaal methoden ter beschikking te hebben en tegelijk te beseffen dat er ook altijd dingen zijn waar je niets kunt aan veranderen.