

presentie

PRESENTIE IN HET KORT

Inleiding

Als je aan mensen vraagt wat zij een goede hulpverlener vinden, dan zeggen ze dingen als: dat is iemand die jou kent, voor wie je geen nummer bent; die je geregeld ziet of tegenkomt; die je aan de mouw kunt trekken; die je kunt bellen en die dan ook opneemt. Voor zo'n hulpverlener is het belangrijk hoe het met je gaat, en hij of zij snapt dat het soms helemaal niet gaat. Daarmee zeggen ze eigenlijk: iemand die concreet tijd en aandacht voor je heeft, zich op je betreft en zich jouw lot aantrekt, die iets begrijpt van je leven en je sores en die het goede voor jou wil.

Wat doet een goede hulpverlener eigenlijk? Met die vraag startte Andries Baart in de jaren '90 met een onderzoek naar het werk van buurtpastores in enkele stadswijken. Hij volgde deze buurtpastores gedurende meerdere jaren, en beschrijft in zijn onderzoek nauwkeurig wat zij deden: *Aandachtig en toegewijd bij kwetsbare mensen blijven en met steun, hulp en zorg bijdragen aan een goed leven waarin zij gezien, gehoord en in tel zijn.*

Presentiebeoefening houdt in dat je als hulpverlener of zorggever:

- Relationeel werkt, dat wil zeggen: je leert wat je moet doen of wie je kunt zijn voor de ander, in de eerste plaats in en vanuit de relatie met die ander.
- Zo open en onbevangen mogelijk de ander tegemoet treedt, zonder vooraf gegeven aannames of interpretaties en zonder eigen agenda.
- Aansluit bij en afstemt op dat wat er voor de ander op het spel staat, je tempo aanpast aan dat van de ander.
- Niet uitsluitend op je routines werkt.
- De ander niet verlaat, ook al is er niets om op te lossen en ook al zal hij of zij misschien nooit veranderen.

Presentie als afgestemde, passende en weldadige hulp en zorg is de kern van alle hulp- en zorgverlening. Daarom wordt het in de praktijk snel herkend: het komt dichtbij jezelf en bij je motivatie en drijfveren om voor de zorg- en hulpverlening te kiezen.

Presentie wordt beoefend in een breed terrein, van verpleeghuiszorg tot social work, van forensische psychiatrie tot vrijwilligerswerk en mantelzorg. Maar ook in ontwikkelingsgericht werken, in het activeren en versterken van netwerken, in verbindend werk. Het is de kern van alle goede zorg, maar blijkt in het bijzonder nodig om het goede te kunnen doen voor mensen die moeilijk te bereiken zijn, meervoudige problemen hebben of lastig te begrijpen zijn.

Waar komt presentie vandaan?

Presentie is door Andries Baart, grondlegger van de theorie (2001) niet bedacht, maar in de praktijk gevonden. En in vervolg daarop was presentie voortdurend in de praktijk te herkennen en terug te vinden. Deze manier van werken noemde hij 'presentie' of 'de presentiebenadering'. Deze is opgehaald uit de praktijk, maar leunt ook op de zorgethiek, de filosofie en verpleegkundige theorieën. Presentie maakt deel uit van een bredere beweging. Zo hebben bijvoorbeeld kwartiermaken in sociaal werk, belevingsgerichte zorg in de verpleegkunde en rehabilitatie en herstel in de psychiatrie een gelijke zoekrichting, al leggen ze andere accenten. Degenen die met deze stromingen vertrouwd zijn, zullen veel herkennen in presentie (Praktijkboek Presentie p. 24).

Geen methode maar een benadering

Presentie is uitdrukkelijk geen methode van na elkaar te zetten stappen waarmee een van tevoren bepaald doel wordt bereikt. Het geeft je geen concrete aanwijzingen of vaste manieren van doen die je in de praktijk altijd kunt toepassen. Presentie is een *benadering*. Daarmee bedoelen we: een bepaalde manier van denken over het werk, geformuleerd in een aantal werkprincipes, zoals: relationeel te werk gaan, aansluiten en afstemmen, de ander niet verlaten (zie de inleiding). Ook gaat presentie uit van een aantal morele principes: als presentiebeoefenaar wil je er zijn voor de meest kwetsbaren en verlaat je de ander niet, ook al kan er niets worden opgelost.

Overigens is presentie voor professionals geen vervanging van hun vak: je blijft voluit professional, maar als je volgens presentie werkt, oefen je dat vak op een bepaalde manier uit. Hulp en zorg verlenen is vaak een complex en moerasig gebeuren. En in dat moeras weten we het vaak niet zo goed. De kunst is om dat niet weg te poetsen door voor snelle oplossingen te gaan, maar het uit te houden in de vorm van 'verstandig doormodderen'. Presentie betekent: stapje voor stapje verdergaan en aldoor zelf nadenken over en leren van de praktijk. Presentie in de praktijk gaat over be-oefening: een voortdurend oefenen en telkens weer opnieuw uitzoeken en uitvinden wat vanuit de aandachtige en toegewijde betrekking het goede is om te doen. En de ene keer lukt dat beter dan de andere keer – en dat mag.

Definitie

Een korte definitie van presentie is de volgende:

'Een praktijk waarbij de zorggever zich aandachtig en toegewijd op de ander betreft, zo leert zien wat bij die ander op het spel staat – van verlangens tot angst – en die in aansluiting dáárbij gaat begrijpen wat er in de desbetreffende situatie gedaan zou kunnen worden en wie hij of zij daarbij voor de ander kan zijn. Wat gedaan kan worden, wordt dan ook gedaan. Een manier van doen die slechts verwezenlijkt kan worden met gevoel voor subtiliteit, vakmanschap, met praktische wijsheid en liefdevolle trouw.' (Praktijkboek presentie, p. 21)

Deze definitie laat zien dat presentie meer is dan aanwezig zijn of goed luisteren. Het laat zien dat het verder gaat dan de ander volgen in diens gedachtegangen, wensen en strevingen. Dat zijn wel essentiële ingrediënten, maar presentie is veel meer.

Presentie begint met het aandachtig en toegewijd zich betrekken op de ander. Je begint niet vanuit je eigen interesses of vanuit de doelen van het vak, of vanuit de doelstellingen van de organisatie of van de politiek. Als je aan presentie doet, wil je uitgaan van wat voor de ander op het spel staat. Wat dat is kan alleen duidelijk worden als je bereid bent om je op de ander te betrekken en de relatie aan te gaan. In het betrokken zijn op de ander, in de relatie met de ander, leer je waar iemands leven over gaat. Je gaat zien wat en wie voor hem of haar van betekenis is, wat pijn doet, waar hij of zij naar verlangt, op hoopt of naar streeft. Daarbij gaat het om iemands héle leven, niet alleen om iemands probleem of iemands hulpvraag.

Nabijheid

Als je volgens presentie wilt werken, moet je dichtbij de ander komen. Pas dan kun je weten hoe het in iemands leven er aan toe gaat en waar het voor mensen echt om gaat. En door nabij te zijn en te blijven ontwikkel je de relatie met de ander. Dat is lang niet altijd een harmonieus gebeuren: soms betekent een relatie ontwikkelen dat het botst en schuurt tussen hulpgever en hulpontvanger. Denk alleen al aan het feit dat jij als professional of als persoon, een bepaalde logica hebt, maar de ander net zo goed. Om een voorbeeld te noemen: de dag van een professional bestaat misschien uit 8 uur, de dag van de ander heeft er 24. Als je dat van elkaar niet begrijpt, kunnen er over en weer irritaties en verwijten ontstaan. En als de ander te 'lastig' wordt, kun je als zorg- of hulpgever de neiging krijgen om afstand te nemen van die persoon. Presentie vraagt van jou om de ander, hoe lastig en ingewikkeld ook, niet te verlaten en schuring niet uit de weg te gaan. Maar dan is er wel werk aan de winkel: het vraagt om samen uitzoeken wat er voor de ander op het spel staat en waar jouw eventuele ruimte zit om daarin mee te kunnen bewegen. Dat kan betekenen dat je een tijdlang aan het ploeteren bent met elkaar. Als je dat op een vruchtbare manier weet te doen, ga je elkaar vaak beter begrijpen en verdiept de relatie zich.

Casus: De redelijkheid van Joke en Michelle

Michelle ruikt onfris, zeggen ze op school. Omdat haar moeder Joke verstandelijk beperkt is, heeft het eenoudergezin een begeleider. Die gaat, op aandringen van de school, met moeder en dochter in gesprek over de zweetgeur van Michelle. Na veel nadenken en zoeken vraagt de begeleider of moeder Joke eens wil voordoen hoe ze wast. Nou, zoals ze dat van háár moeder heeft geleerd: alle kleding door elkaar in de wasmachine, op 80 graden wassen en vervolgens alles in de wasdroger. Op die manier, zegt Michelle, komen mijn kleren er gekrompen en vaal uit. Ze doet daarom haar favoriete shirts die ze graag naar school draagt, nooit in de was, met een onfrisse geur als gevolg. Maar voor haar als 15-jarige is het belangrijk om er leuk uit te zien, dus trekt ze de ongewassen shirts toch steeds weer aan.

Als je dit weet over Michelles leven, dan snap je veel meer van haar. Dan kun je volgen waarom ze vaak vuile shirtjes draagt en dus niet fris ruikt. Je kunt dan begrijpen waarom het voor haar 'redelijk' is om ongewassen shirtjes te dragen. Het betekent ook dat je bij het nadenken over een oplossing in deze kwestie de logica van moeder mee moet nemen. Zij heeft immers zo leren wassen van haar moeder en zo moet het dus.

Deze logica uitzoeken is soms een grote opgave: kun je de redelijkheid begrijpen van dat (in jouw ogen) moeilijke, lastige, gekke gedrag van hulpvragers? En kun je snappen waarom het vanuit zijn of haar leefwereld logisch is om het zo te doen?

Het is in het geval van Joke en Michelle van groot belang dat die poging wordt ondernomen. Pas dan kan er hulp gegeven worden die ook echt helpt. Wie de logica of de redelijkheid van de ander wil begrijpen, moet op zoek gaan: wat probeert iemand te vermijden of juist te behouden? Waar verlangt iemand naar? In de casus van Joke en Michelle is dat knap ingewikkeld. Daar zou je kunnen zeggen dat het voor Joke om haar eer gaat: 'Ik ben een goede moeder die mijn dochter fris aflevert aan de buitenwereld'. Voor Michelle staat er op het spel: 'Ik wil er leuk uitzien'. Maar het gaat in deze ook om oma, die niet eens lijfelijk aanwezig is. Het wassen is immers zo geleerd van oma. Als dat hier afgekeurd wordt, dan hebben we kritiek op oma.

Aansluiten en afstemmen, de kern van presentie

Voor de beoefening van presentie zijn 'aansluiten en afstemmen' essentieel. Aansluiten betekent dat je opmerkt hoe de wereld er voor de ander uit ziet en wat de leefwereld van de ander is. Het betekent dat je oog hebt voor iemands taal en tijdsbeleving, of voor de voorbeelden waaraan iemand zich spiegelt of zich juist tegen keert. Aansluiten betekent dat je opmerkt hoe de levensloop van de ander is, inclusief zogenaamde 'keerpunten'. Dat zijn momenten waarop iemands leven een andere wending nam, had kunnen nemen of alsnog kan nemen – ten goede en ten kwade (Praktijkboek Presentie, p. 71-98). Aansluiten vraagt dus, zoals we al zeiden, om nabijheid: van veraf zie je niet hoe de wereld voor een ander is.

Aansluiten betekent ook: opmerken welke opgaven de ander heeft. 'Opgave' heeft in de presentie een speciale betekenis. Opgaven zijn zaken waarmee de ander op dat moment worstelt, waarbij er voor die ander iets onontkoombaar op het spel staat en dat zij of hij zelf moet aanpakken. Dat kan heel iets anders zijn dan waarmee iemand zich tot een zorgverlener wendt. Iemand komt met een gebroken arm naar de dokter maar de echte opgave is: hoe moet dat nu met mijn werk? Iemand komt met een verslaving bij de verslavingszorg maar waarmee diegene worstelt is: hoe zorg ik dat niemand het merkt? In de aansluiting bij die opgaven wordt duidelijk hoe dat wat op het spel staat, zó gethematiseerd kan worden dat er ook wat aan gedaan kan worden. Dat betekent in de praktijk natuurlijk niet om iemand te helpen ontsnappen uit de gevangenis. Maar misschien wel om iemand te helpen om – vanuit de gevangenis – toch een goede vader voor zijn kinderen te kunnen zijn (Praktijkboek Presentie, pp. 88-92).

Als professional stem je daarbij af op wat er voor de ander op het spel staat, maar ook op jezelf en wat jij aankunt. Ook stem je af op het gezin, de familie en het informele netwerk en op andere zorgverleners die met deze cliënt te maken hebben. Én je stemt af op je vak (wat kan hier professioneel optreden zijn?), op de uiteindelijke bedoeling van je werk (waar is het ons *eigenlijk* om te doen?) en op de inhoudelijke en organisatorische kaders van het werk. Aansluiten en afstemmen wil dus zeggen dat je continu aan het afwegen bent tussen jouw (professionele) kaders en de leefwereld van de hulpontvanger.

Waar is presentie aan te herkennen?

Of zorg- en hulpgevers presentie beoefenen, is op het eerste gezicht niet gemakkelijk te ontdekken. Je kunt het niet zien aan losse handelingen en gedragingen. Je kunt bijvoorbeeld niet zeggen: presentie betekent dat je altijd aardig en vriendelijk bent. Of goed communiceert. Of iedereen je telefoonnummer geeft. Het ligt er maar aan wie het is, wat de omstandigheden zijn, wat de aard van jullie relatie is en wat er voor de ander op dat moment speelt. Of om een ander voorbeeld te geven: soms past het binnen presentiebeoefening om met de ander te ruziën of te zeggen: 'En nou even je mond houden?'. Of dat inderdaad passend is, kun je alleen weten als je begrijpt wat het grotere geheel is waarin dat ruziën staat.

Presentie herken je door naar de volle breedte van iemands praktijk te kijken en je af te vragen waar hij of zij zich door laat leiden. Door de vraag of de zorg en hulp door de ontvanger wordt ervaren als iets wat hem of haar baat? Door binnen de relatie met de cliënt en met zijn netwerk af te stemmen op zijn of haar leven zoals h/zij dat leeft? Door de ruimte te benutten die organisatie en politiek bieden, om goede, afgestemde zorg te bieden? Dat zijn de dingen waar je naar moet kijken om te bepalen of iemand presentie beoefent. (Praktijkboek Presentie p. 24-25).

Tot slot

De kern van goed hulp en zorg verlenen is dat je dat 'relationeel' doet. Je kunt er niet voor een ander zijn, als je niet met die ander bent. Wie aan presentie wil doen, moet bereid zijn om naar de ander toe te bewegen en letterlijk dichtbij te komen. Alleen zo kun je zien en leren wie die persoon is, wat er voor hem of haar toe doet en wat jij dan voor die ander kunt betekenen.

In dit lemma hebben we in kort bestek uitgelegd wat relationeel werken volgens de presentiebenadering inhoudt. Kern daarvan is dat je aansluit bij en afstemt op de hulpontvanger, en vanuit de relatie met hem of haar leert wat je kunt doen en wie je kunt zijn voor die ander. Dat is geen gemakkelijke opgave. Het vraagt geduld om niet naar een zelfbedachte oplossing toe te hollen. Om eerst uit te zoeken wie de ander is, hoe dat leven eruit ziet en wat daarin van betekenis is. Om te investeren in de ander, aandachtig en toegewijd te zijn. Om de modderigheid van de praktijk vol te houden en kwetsbare mensen niet te verlaten. Dat is wat een goede hulp- of zorgverlener doet.

Bronnen

- Andries Baart (2001 - 3e vermeerderde druk). *Een theorie van de presentie*. Utrecht: Lemma
- Elly Beurskens, Marije van der Linde, Andries Baart (2019). *Praktijkboek Presentie*. Bussum: Uitgeverij Coutinho
- Marije van der Linde, Petra Schaftenaar, Judith Leest (2021). *Relationeel begrenzen*. Kennisdossier: presentie. Utrecht: Stichting Presentie

Leeswijzer

Elly Beurskens, Marije van der Linde, Andries Baart (2019). *Praktijkboek Presentie*. Bussum: Uitgeverij Coutinho

Judith Leest, Marije van der Linde, Eveline Bolt (2018). *Verstandig duikelen. De complexe praktijk van sociale professionals*. Utrecht: Stichting Presentie.

Andries Baart & Anne Oude Egberink (2017). Relatieve werken. Serie van 7 artikelen. *Tijdschrift Zorg + Welzijn*. (<https://www.presentie.nl/kennisbank/relatieve-werken/>)

Andries Baart & Anne Oude Egberink (2016). De praktisch wijze professional. Serie van 7 artikelen. *Tijdschrift Zorg + Welzijn*. (<https://www.presentie.nl/kennisbank/de-praktisch-wijze-professional-in-een-reeks-van-zeven-artikelen/>)

Beeld- en geluidsmateriaal:

Marije van der Linde (2021). *Presentie toegelicht* (podcast)
(<https://www.presentie.nl/video/presentie-toegelicht-interview-met-marije-van-der-linde-podcast/>)

Andries Baart (2019). *De hachelijkheid van het bestaan*. Lezing voor Astore (video)
(<https://www.presentie.nl/video/de-hachelijkheid-van-het-bestaan-lezing-voor-astare/>)

Andries Baart (2010). *Presentie in 10 minuten*. (<https://www.presentie.nl/video/presentie-in-10-minuten/>)

Voor meer informatie en materiaal over presentie: zie www.presentie.nl

Elly Beurskens, Stichting Presentie
Gepubliceerd in het Lexicon Nabij Sociaal Werken 2022

© Stichting Presentie