

Herstel van (gezins)relaties door middel van gezagstherapie

Eliane Wiebenga: ‘Eerst connectie, dan correctie’

Klinisch psycholoog Eliane Wiebenga werkt in haar praktijk in het Haarlemse Lorentzhuis met gezinnen die ontwricht zijn door intern huiselijk geweld, waar bestaande therapieën niet of onvoldoende hielpen. Ze maakt hierbij gebruik van zogeheten gezagstherapie, die zich richt op herstel van het (ouderlijk) gezag op een niet-autoritaire, niet-demoniserende manier. De inspiratie hiervoor komt van de Israëliische hoogleraar Haim Omer. Wiebenga typeert het als ‘bemiddelen via de meest willige partij’.

interview

Door **Lisa van Dord** en
Janny Dierx
Foto's **Barry van**
Ravenhorst

Op twee momenten in haar professionele leven werd ze écht mentaal omvergeblazen door een nieuw inzicht, vertelt Eliane Wiebenga. De eerste keer was toen ze in aanraking kwam met systeemdenken: gezinnen als systeem zien en het lineaire denken over personen vervangen door de circulaire visie op relaties en interacties binnen dat systeem. De tweede keer kwam door de filosofie van gewelddoos verzet en de inzichten die de psychologie van demonisering van Haim Omer haar gaven. Wiebenga: ‘Omer voegt namelijk echt iets toe aan het arsenaal dat wij als therapeuten gebruiken. Er zijn uiteindelijk maar een paar kernparadigma's in de therapiewereld, zoals de psychoanalytische theorie, systeemtheorie en sociale leertheorie. Gewelddoos verzet is daarop een unieke en zeer welkome



aanvulling. Het is Omers grote verdienste dat hij de principes van geweldloos verzet heeft vertaald van het sociaal-politieke speelveld naar de intimiteit van gezinsrelaties en later naar andere terreinen als onderwijs en residentiële hulpverlening.’

Wiebenga past de methode van Omer toe bij gezinnen waarin ouders al van alles hebben geprobeerd, het bijtje er eigenlijk bij neer willen gooien en het gedrag van hun eigen kind ervaren als een vorm van terreur.

De kern van het gedachtegoed van Omer: het besef dat je de medewerking van een ander niet nodig hebt om in actie te komen

Om tot oplossing van conflicten te komen beseft Haim Omer dat het noodzakelijk is om te kijken naar escalatiepatronen tussen mensen of groepen. Omer werkt met de meest menselijke en primaire reactie op destructie en conflict: de andere partij demoniseren. Hij draagt uit dat het zinloos is om energie te steken in het bestrijden van de ander. Effectiever is het om te kijken wat je zelf anders kan doen. Geweldloos verzet is gestoeld op de overtuiging dat we het gedrag van anderen niet kunnen beheersen of controleren. Het accent ligt op het eigen gedrag: waar heb je wel invloed op? Omers interventies helpen om innerlijk weerstand te bieden aan de menselijke neiging om anderen de schuld te geven van een conflict. Wat daarbij helpt is onderscheid te maken tussen persoon en gedrag. Door van het – zoals Omer het noemt – demonisch denken af te stappen ontstaat er ruimte voor constructievere gedachten over de tegenpartij en voor de zin van eenzijdige, geweldloze interventies. Voor Wiebenga is dat de kern van het gedachtegoed van Omer: het besef dat je de medewerking van een ander niet nodig hebt om in actie te komen. Dat je in actie kunt komen, terwijl je de ander niet kan overtuigen. Wiebenga: ‘Geweldloos verzet is echt éénzijdig verzet. Investeren in een positiever contact is ook verzet.’

Geweldloos verzet steunt op vijf pijlers, die allemaal aandacht behoeven en alleen in samenhang effect hebben: aanwezigheid, de-escalatie en zelfcontrole, herstel van relaties, support en verzet (Omer en Wiebenga 2015). Omdat geweldloos verzet vrij sterk verschilt van de meer gebruikelijke manier van opvoeden en het oplossen van conflicten, is het noodzakelijk om cliënten mee te nemen in dit proces door middel van psycho-educatie en oefeningen. De eerste stap is dat ouders weer op een positie-

ve manier aanwezig raken in het leven van hun kind. Dat betekent dat ze belangstelling tonen en aandacht geven, ook – of juist – als er veel problemen en conflicten zijn. Wiebenga: ‘Ouders vragen dan bijvoorbeeld wat het kind voor spelletjes speelt op de telefoon. In plaats dat ze alleen maar zeggen “je zit te veel op je telefoon. Leg dat ding weg en doe eens gezellig.”’ De ouders krijgen van Wiebenga de tip om mee te kijken met hun kind en belangstelling te tonen voor hun digitale leven, zelf ook eens mee te spelen.

De tweede stap is de-escalatie. Dat betekent kort samengevat, vertelt Wiebenga, niet meer schreeuwen, rustig blijven, maar ook niet toegeven. Wiebenga: ‘Dat oefenen we met de ouders in de spreekkamer. We leren hen letterlijk om veel voorkomende situaties in kaart te brengen en eventuele provocaties van hun kind te weerstaan.’

Deze eerste twee stappen leiden vrijwel automatisch tot stap drie, herstel van relaties. Wiebenga: ‘Wij maken de ouders attent op de kleinste verbeteringen die dan optreden. Vaak zien ze die niet eens meer.’ Het is een logisch proces, volgens Wiebenga. Een kind kan niet boos worden of blijven op een ouder die rustig, vriendelijk en beheerst blijft. Herstel van de relatie wordt bevorderd door het toepassen van eenzijdige ‘relatiegebaren’. Die zijn in tegenstelling tot beloningen níét gekoppeld aan het gedrag van het kind, maar zijn onvoorwaardelijke

Haim Omer aan het woord

Het werk van de Israëlische psycholoog-psychotherapeut en hoogleraar Haim Omer over Non-violent Resistance Psychology (NVR) wordt over de hele wereld gepubliceerd en vertaald. Omer definieert het doel van geweldloos verzet als het vergroten van aanwezigheid, voorkomen van escalatie en verzet tegen destructie. Hij geeft aan dat therapeuten hierbij heel duidelijk adviseren hóé iemand te werk moet gaan. Omer: ‘Het is onze taak om de machteloze te overtuigen dat veranderingen in gedrag positief en haalbaar zijn; als zij hier niet in geloven ligt dat niet aan hen; dan hebben wij ons werk als therapeut niet goed gedaan.’

Het verschil tussen mediation en geweldloos verzet ligt volgens Omer in de opstelling van de professional. Bij toepassing van geweldloos verzet werkt de professional vanuit een heldere en concrete ‘verandertheorie’, die richting geeft aan het denken en handelen van de therapeut/coach én in het verlengde daarvan aan de cliënten. Omer: ‘Wij propageren handelingen vanuit onze eigen attitude en overtuiging, in plaats dat we werken vanuit de ideeën van deelnemers, zoals bij mediation.’

Wat was uw inspiratie om geweldloos verzet te ontwikkelen?

‘Ik was als klein jongetje altijd al angstig’, vertelt Omer. ‘Dit is deels

investeringen van de ouder in het contact. Wiebenga: 'Eerst connectie, dan correctie. Verder maken we gebruik van 'herstelgebaren'. Ben je als ouder toch weer een keer ontploft, dan kom je daar op terug en bied je je excuus aan. Dat is helend in de relatie en mooi voorbeeldgedrag. Later begeleiden deze ouders ook hun kinderen in het maken van herstelgebaren.'

Stap vier is: support organiseren. Dat betekent dat vrienden, familieleden en andere belangrijke personen in het leven van het gezin en de jongere op de hoogte worden gesteld door de ouders van wat eraan de hand is en dat hen om hulp wordt gevraagd. Wiebenga: 'Daardoor verandert de situatie ook altijd vrijwel meteen.' Ouders zien daar vaak tegenop, merkt ze. 'Ze schamen zich en verwachten veel weerstand bij hun kind. Vaak vragen ze ons of de therapie ook zonder deze stap kan. Wij leggen dan uit dat we hun schaamte of hun aarzeling begrijpen, maar dat deze methode veel beter werkt als ze deze stap ook zetten. Wat zou Gandhi in zijn eentje bereikt hebben?' De supporters worden vaak ook bemiddelaars. Zij kunnen dingen tegen het kind en tegen de ouders zeggen, die deze gezinsleden zelf niet meer kunnen uiten zonder ruzie.

Als laatste en vijfde stap volgt het 'actieve verzet'. Deze stap begint met de zogeheten aankondiging. Wiebenga: 'Dat moet je letterlijk nemen. Ouders lezen hun schriftelijke verklaring voor aan het kind, bij voorkeur in aanwezigheid van enkele supporters.'

Het is een hoogstpersoonlijke verklaring van de ouders waarin ze precies aankondigen welk gedrag van hun kind ze niet meer gaan accepteren en waartegen ze zich vastberaden gaan verzetten. Volgens Wiebenga is dat geen waslijst van ongewenst gedrag. Het moet gaan om de meest essentiële zaken, hooguit drie. 'Bijvoorbeeld: vanaf nu accepteren we niet meer dat je niet naar school gaat. Of: dat je geweld gebruikt naar andere gezinsleden.' In de aankondiging noemen ze ook wat ze zélf zullen veranderen (niet meer schreeuwen, dreigen, straffen, toegeven) en aan wie ze steun hebben gevraagd. De 'brief' begint met positieve aspecten van hun kind en eindigt met het vertrouwen dat ze er met elkaar uit zullen komen.

De aankondiging geeft richting en hoop, maar is pas het begin, zo benadrukt Wiebenga, 'de echte verzetsacties komen ook pas daarna, wanneer het ongewenste gedrag zich nog – of weer – voordoet.'

Een duidelijk voorbeeld is de *sit-in*. Ouders gaan letterlijk bij hun kind op de kamer zitten. Soms een half uur of langer, in stilte. Ze zeggen bij binnenkomst: 'Je hebt gister weer je zusje geslagen. Dat accepteren wij niet in ons gezin. Wij vragen je erover na te denken hoe je anders kan reageren als je kwaad bent.' Wiebenga: 'Wij noemen dat 'present zijn'. Ouders laten zo letterlijk zien dat ze de machtsstrijd met het kind opgeven, maar het kind zelf niet.'

Geweldloos verzet steunt op het besef dat controle over het gedrag van de ander een illusie is, volgens Wiebenga: 'Je gaat dus niet meer dwingend voor-

een persoonlijk trekje, maar kwam ook voort uit mijn familiesituatie.' Allebei zijn ouders hebben de Holocaust meegemaakt. Omer: 'Thuis wisten wij maar al te goed wat het betekent om onderworpen te zijn aan iemands wil, om onderdrukt te worden, om machteloos te zijn.' Deze achtergrond wekte in Omer een sterke drijfveer om zwakkeren te willen helpen. Geweldloos verzet is hier een direct uitvloeisel van. Omer: 'Mijn theorie is specifiek bedacht om de machtelozen meer kracht te geven. Mijn meest cruciale inzicht was het besef dat ouders en leraren, net zoals andere autoriteitsfiguren, zich ook machteloos kunnen voelen in hun relatie tot anderen. En dat ook zij een situatie kunnen veranderen door het eigen gedrag te veranderen.'

Wat is voor u de kern van geweldloos verzet?

Omer geeft aan dat hij er zelf naar streeft demonisch denken in conflicten te reduceren. Demonisch denken komt veel vaker voor dan je op het eerste gezicht zou denken. 'Bijvoorbeeld: een klassieke therapeut zou kunnen beargumenteren dat een kind een diepliggende drang heeft om te vernielen. Een niet-demoniserende formulering zou zijn dat het kind zich mogelijk bedreigd voelt en fysiek geweld gebruikt omdat hij geen andere uitweg ziet.' De focus van geweldloos verzet ligt volgens Omer vervolgens op het identificeren van de mogelijkheid om met veranderingen in de omgang met het kind het gedrag in positieve zin te beïnvloeden.

Past u geweldloos verzet ook toe buiten gezinssituaties?

Omer stelt dat hij zich tot nu toe meestal onthoudt van interventies in de politieke arena in Israël. Toch is zijn gedachtegoed van geweldloos verzet ook daar een keer gebruikt, bij het terughalen van de orthodoxe kolonisten uit de Gazastrook in 2005. Omer: 'Alle Israëlische nederzettingen in Gaza zouden worden ontmanteld. De politie verwachtte destijds veel agressie en geweld van de Israëlische kolonisten. Het model van geweldloos verzet is toen toegepast door het leger en de politie, in overleg met een aantal invloedrijke orthodoxe rabbijnen. Het doel was om extreem geweld op het moment van terugtrekking te voorkomen. En blijkbaar met goed resultaat! Ondanks de sombere voorspellingen zijn er geen doden gevallen bij deze spannende en beladen operatie.' De ontruiming duurde ook maar vijf dagen, in plaats van de verwachte weken of maanden.

U hebt geweldloos verzet pas één keer bij een groot maatschappelijk probleem toegepast. Zou u niet willen dat het model van geweldloos verzet mainstream wordt?

Omer: 'Nog afgezien van het feit dat mijn progressieve gehoorbeperking dat voor mij onmogelijk maakt, is het voor mij genoeg als meer mensen en families, instituties en scholen geweldloos verzet toepassen. Mainstream worden?' Omer lacht: 'Liever niet hoor – dan heb ik geen klanten meer!'

schrijven wat die ander wel of niet moet doen. Je geeft alleen aan dat jij bepaald gedrag nooit zal accepteren. Daarnaast geef je de ander veel ruimte en inspraak in het bedenken van oplossingen om de situatie te verbeteren.’

Wat was er voor u zo nieuw aan het gedachtegoed van Haim Omer?

Wiebenga aarzelt geen moment: voor haar is dat het feit dat je tegelijkertijd liefde kunt tonen en toch grenzen kunt stellen. Volgens Wiebenga hebben de jaren zestig en zeventig geleid tot een overmatig geloof in ‘antiautoritair’ opvoeden, ‘en als het dan misgaat, vallen ouders terug op “klassiek autoritair” gedrag: straffen, dwang en drang.’ Wiebenga vertelt dat het door het werk van Haim Omer tot haar doordrong dat de pijlers van het geweldloos verzet universeel toepasbaar zijn. Dus ook in haar praktijk voor psychotherapie. Wiebenga: ‘Omer heeft deze interventies ontwikkeld om toe te passen in de gezinssituatie en een oplossing te formuleren voor situaties die je het beste kunt omschrijven als een volkomen vastgelopen impasse.’

Om te illustreren hoe zij de situatie doorbreekt, gebruikt Wiebenga de metafoor van ‘de stemmen in het parlement van de geest’. Volgens haar wil uitein-

delijk ieder kind begrepen worden en lief gevonden worden, zeker door de leden van zijn of haar gezin. Wiebenga: ‘Door het kind te straffen, vernederen en demoniseren voed je de opstandige of agressieve stemmen en escaleert de situatie alleen maar. De kunst is om juist bewust de uit beeld geraakte positieve stemmen weer te voeden. Door het onrecht op de agenda te zetten, liefde te tonen en zich actief te verzetten, ondermijnen ouders zelf de geïnternaliseerde demonische gedachten over hun kind.’

“gezinsbemiddeling”. Maar hoe te bemiddelen als niet alle partijen aan tafel zitten? Door te werken met de partij die wél wil en deze te helpen de cirkel eenzijdig te doorbreken, door focus te leggen op het eigen gedrag. De ouders steken uiteindelijk energie in zichzelf, waardoor het kind zich ook anders kan gaan opstellen.’ Dit was precies waar Wiebenga behoefte aan had in haar therapeutische werk. Toen ze over Haim Omers aanpak hoorde kwamen er meteen casussen in haar op waarin het demoniserend denken over de jongere domineerde. Dat maakte het achteraf wel begrijpelijk dat de jongere er geen vertrouwen meer in had om met zijn ouders samen in therapie te gaan. Als voorbeelden noemt ze: ‘Een meisje dat alleen nog maar blowde, haar ouders afsnauwde en veel buitenshuis vertoefde, een jongen die een echte vechtjas was, zowel thuis als op straat, en waarmee geen fatsoenlijk gesprek meer gevoerd kon worden, en dergelijke situaties.’ Als kinderen écht niet mee wilden komen naar therapie, dan was het voor Wiebenga in het pre-Omertijdperk heel moeilijk. Wiebenga herinnert zich dat ze ouders de combinatie van liefde en grenzen wel aanraade, maar zonder duidelijke stappen of idee hoe dat dan in de praktijk zou moeten had dit weinig resultaat. Wiebenga: ‘Grenzen stellen doen de meeste ouders dan ineens (en intuïtief) volstrekt autoritair. Zo van: je krijgt geen zakgeld meer, uitgaansverbod, computertijd wordt beperkt, enzovoorts.’ Juist het autoritaire gedrag van ouders zorgt er volgens Wiebenga voor dat de situatie meestal nog meer escaleert.

Omer liep in zijn eigen praktijk voor psychotherapie tegen dezelfde problemen aan als zichzelf. Ook Omer signaleerde hoe moeilijk het was om te gaan met het fenomeen van oudermishandeling. Vervolgens kreeg Omer er in zijn eigen gezin mee te maken. Als vader én psycholoog kon hij geen antwoord vinden in bestaande therapieën. In zijn eigen thuissituatie liep hij op eieren, omdat een van zijn kinderen enorm tekeer kon gaan. Op een gegeven moment realiseerde hij zich dat hij zich geterroriseerd voelde door zijn eigen kind. Hieruit kwam uiteindelijk zijn eureka-moment voort. Want wat doe je tegen terreur? Wiebenga: ‘Je verzet je, je accepteert het

Je hebt twee partijen nodig om een vicieuze cirkel in stand te houden, maar slechts één partij om deze te doorbreken

delijk ieder kind begrepen worden en lief gevonden worden, zeker door de leden van zijn of haar gezin. Wiebenga: ‘Door het kind te straffen, vernederen en demoniseren voed je de opstandige of agressieve stemmen en escaleert de situatie alleen maar. De kunst is om juist bewust de uit beeld geraakte positieve stemmen weer te voeden. Door het onrecht op de agenda te zetten, liefde te tonen en zich actief te verzetten, ondermijnen ouders zelf de geïnternaliseerde demonische gedachten over hun kind.’

Waarom werkt deze therapie ook als slechts één partij meedoet?

‘Dat vind ik zo mooi aan geweldloos verzet’, verklaart ze, ‘je hebt twee partijen nodig om een vicieuze cirkel in stand te houden, maar slechts één partij om deze te doorbreken.’

‘Soms komt een kind mee, maar bij heftige en langdurige conflictsituaties weigert het kind vaak alle medewerking en komen alleen de ouders. Voorheen voelde ik me dan als hulpverlener ook machteloos. Ik was opgeleid tot gezintherapeut: een prachtige therapievorm, die je zou kunnen zien als

niet, maar dat doe je op een geweldloze manier. De enige manier om je tegen terreur te verzetten is: je niet langer laten terroriseren.'

Het verhaal over ervaren machteloosheid van Omer en zijn nieuwe aanpak resoneerde dus sterk, aldus Wiebenga. Het bood ook soelaas voor de vastgelopen conflicten waarmee zij als psychotherapeut te maken had.

Haim Omer past zijn theorie van geweldloos verzet ook buiten gezinssituaties toe. Hoe kijkt u daartegenaan?

Wiebenga kijkt ter inspiratie regelmatig de film over Gandhi uit 1982 terug en vertelt: 'Gandhi toonde met zijn beroemde "zoutmars" het perfecte voorbeeld van geweldloos verzet. Gandhi ondernam zijn zoutmars in een tijd waarin in India het zout alleen mocht worden gewonnen door de Britten. De koloniale overheerser verdiende hier goudgeld aan en sloot de Indiërs uit van de handel in zout. Gandhi vond dit zo onrechtvaardig dat hij actie ondernam. Hij kondigde aan dat hij in 23 dagen, samen met zijn volgelingen, naar de kustplaats Dandi zou trekken. Toen de Britse autoriteiten hier lucht van kregen, deden ze de actie wat lacherig af', vertelt Wiebenga. 'Ze zeiden: *it's just a pinch of salt!*' Maar Gandhi's zoutmars was zeer strategisch bedacht en stond vol van symboliek. Door de openbare aankondiging en de massale steun van de bevolking groeide de mars uit tot een van de belangrijkste verzetsdaden in de Indische strijd voor onafhankelijkheid. Doordat Gandhi's actie geweldloos én redelijk was, konden de Britten moeilijk tegen hem optreden. Gandhi verzette zich, maar hij veroordeelde zijn onderdrukkers niet. Wiebenga: 'Dit is voor mij in essentie wat geweldloos verzet is. Het is kalm, doordacht, met open vizier. Het gaat niet over kleinigheden, maar over weloverwogen essentiële kwesties. Door de ander niet in een kwaad daglicht te zetten en zelf de wapens neer te leggen ontnem je de andere partij het argument om terug te vechten: je kan er simpelweg niet kwaad om worden. En door de kalme vastberadenheid kan de ander er ook niet omheen!'

Wat betekent geweldloos verzet nu in uw praktijk?

Geweldloos verzet als methodiek komt eigenlijk alleen om de hoek kijken als niets anders meer werkt, vertelt Wiebenga. 'Het liefst ga ik gewoon met iedereen om de tafel zitten om problemen op te lossen.' Maar als een kind weigert mee te doen, kon ze voorheen weinig meer uitrichten. Nu kan ze wél

wat beginnen. Als ze nu een dergelijke casus tegenkomt, legt ze drie belangrijke vragen aan de ouders voor:

1. *Hoe ernstig is de situatie?*
2. *Wil je deze aanpak?*
3. *Zie je het jezelf doen? Is het voor jullie haalbaar?*

Vooral de tweede en derde vraag stuiten soms op verbaasde blikken of protest, vertelt Wiebenga. Ouders kiezen soms toch liever andere, klassieker, methodes zoals gedragstherapie. Wiebenga probeert ze wel te stimuleren, maar dringt geweldloos verzet niet op. 'Toen ik geweldloos verzet net had ontdekt en met succes had toegepast op mijn eerste casus, werd ik een soort Jehova's getuige die te pas en te onpas aankwam met geweldloos verzet.' Wiebenga lacht daar nu om: 'Dat werkte natuurlijk júst niet.' Als ouders eenmaal hebben besloten dat ze de methode een kans willen geven, komen er ook altijd wel twijfels. Een deel van de interventies is redelijk onconventioneel en op het eerste gezicht contra-intuïtief, dat vindt Wiebenga zelf ook. Hoezo niet straffen bij grof taalgebruik, fysiek geweld of aanhoudend schoolverzuim? En ook het zoeken van support vinden ouders dus vaak moeilijk. Wiebenga sluit eerst aan bij het besef dat alles wat geprobeerd

Als ouders eenmaal hebben besloten dat ze de methode een kans willen geven, komen er ook altijd wel twijfels

is (ook boos worden en straffen) niet heeft gewerkt en dat er (gelukkig) een alternatief bestaat. Vervolgens begint ze met kleine stappen: eerst de minder ingrijpende acties die de ouders meer aanspreken. De ervaring leert dat de verdergaande interventies vanzelf nodig blijken te zijn. Maar dan kunnen ze op een natuurlijke manier bij de aanpak worden betrokken op het moment dat de ouders ook voelen dat het past.

Vaak zijn de componenten 'liefde geven en grenzen stellen' beide vertegenwoordigd in een ouderpaar, vertelt Wiebenga. 'De twee stemmen zijn al in huis, maar de stem van de één moet nog in het hoofd van de ander terechtkomen. En vice versa.' Wiebenga oefent met de ouders om de andere rol aan te nemen en samen een plan te maken, waarin liefde en grenzen effectiever worden gecombineerd.

'De attitude van geweldloos verzet (vriendelijk én vastberaden) moet echt aanwezig zijn tijdens de acties, anders gaat deze aanpak niet werken.' De toegeeflijke ouder moet het kind weer durven tegen spreken en de autoritaire ouder moet weer investeren in positieve momenten met zijn kind. Ouders

Uiteindelijk heeft verbindend gezag iets eenvoudigs, en daar wil ik iedereen mee besmetten

moeten dus echt achter het idee van verbinding met hun kind gaan staan – wat soms nog moeilijk kan zijn in gezinnen met zulke hevige conflicten. Daarom kiest Wiebenga ervoor de ouders liefdevol te laten starten en leren kalm te blijven en pas daarna de grens te stellen. Volgens Wiebenga is het cruciaal dat tijdens het actieve verzet de opgebouwde liefdevolle attitude consequent in het oog wordt gehouden. ‘Het verbindende wordt namelijk vaak weer snel vergeten wanneer het verzet begint’, zegt Wiebenga. Hoe meer de ouders dus op een liefdevolle manier investeren in de relatie, hoe meer kans het verzet heeft om uiteindelijk te slagen. ‘Het traject leidt ertoe dat ouders weer een ankerpersoon worden voor hun kind. Tijdens dit hele proces is de therapeut hún anker.’

Wiebenga benadrukt dat geweldloos verzet geen *quick fix* is; een traject duurt meestal drie tot vijf maanden, en ook daarna moeten de ouders volhouden. Wiebenga doet dat met behulp van een zogenaamd ‘*boost*-gesprek’ op zijn tijd. Tijdens de actieve fase krijgen de ouders psycho-educatie – in gewoon Nederlands: ze krijgen les. Wiebenga speelt rollenspellen met ze en de ouders leren de geweldloos-verzetzinnetjes letterlijk uit het hoofd. ‘Zo onwennig is het nu eenmaal voor de meeste mensen’, legt

Wiebenga uit. Met hun nieuwe instrumenten veranderen ouders hun houding en acties en kunnen zij zich uiteindelijk geweldloos verzetten tegen hun kind. Maar het succes van geweldloos verzet ligt niet in het direct bereikte resultaat, volgens Wiebenga. ‘De maat van succes ligt in het veranderen van het eigen gedrag; dat ouders weer in hun kracht kunnen staan.’ En juist dat blijkt een heilzaam effect te hebben op (het gedrag) van de kinderen.

Heeft u zelf geweldloos verzet weleens toegepast?

Wiebenga vertelt dat zij zich inderdaad een keer geweldloos heeft verzet, niet in een gezinssituatie. Op een bepaald moment werden psychotherapeuten (bij de GGZ) verplicht om de persoonsgegevens van kinderen en ouders in therapie naar het Centraal Bureau voor Statistiek (CBS) te versturen, op straffe van een hoge boete. ‘Echt een hoge boete,’ verklaart ze, ‘dat kon oplopen tot € 16.000.’ Wiebenga zag deze verplichting als een enorme schending van de privacy van haar klanten. ‘Op deze manier nam het verstrekken van informatie de vorm aan van een schending van mijn beroepsgeheim! Als het anoniem had gekund, had ik er geen moeite mee gehad. Maar dit zou herleidbaar op naam en toenaam moeten! Daarom heb ik besloten mij actief te gaan verzetten.’ Wiebenga vroeg eerst de steun van haar directe collega’s. Al snel kwam er een grote groep beroepsgenoten op de been die met haar meedeed. Wiebenga benadrukt dat ze ook thuis met haar partner heeft overlegd of hij achter haar stond. ‘Indirecte steun is essentieel in succesvol verzet.’ Vervolgens ging Wiebenga over tot de publieke aankondiging: ze stelde het CBS ervan op de hoogte

Klassieke autoriteit: **macht**

Voortkomend uit christelijke moraal

- gezag top-down
- dominantie
- gebaseerd op afstand, angst
- noodzaak tot controleren van de ander
- plicht tot optreden/ingrijpen
- eisen van gehoorzaamheid
- geheimhouding en privacy
- direct reageren
- ‘lik op stuk’
- vergelden/straffen
- ‘oog om oog, tand om tand’
- weten wat goed is voor de ander, dit voorschrijven
- willen winnen
- strijd
- primair gericht op gedrag

Verbindend gezag: **kracht**

Geïnspireerd door geweldloos verzet

- gezag van het netwerk
- samenwerking
- aanwezig, dichtbij en betrokken
- illusie van controle over de ander
- grenzen geven zonder geweld
- erkennen van eigen aandeel
- transparantie en sociale steun
- uitstellen van primaire reactie
- ‘het ijzer smeden als het koud is’
- verzoening/contact
- ‘een goede relatie is de weg’
- geraakt worden, vragen stellen
- vastberaden volhouden
- verzet
- primair gericht op de relatie

Bron: Bom en Wiebenga 2017, tabel 2

dat ze niet zou gaan meewerken aan het verstrekken van privacygevoelige gegevens van patiënten. Wiebenga: 'Ik heb een mail gestuurd en uitgelegd dat ik hier niet aan kon meewerken. Ik voelde me meteen rustiger na deze aankondiging, want hierdoor pakte ik zelf de regie terug.' Vervolgens deden in het hele land vele collega's mee en is de maatregel uiteindelijk ingetrokken. Wiebenga: 'Dit voorval is een klassiek voorbeeld van de non-coöperatiestrategie en toonde mij de kracht van geweldloos verzet. Het werkte omdat ik mijzelf in staat stelde te handelen en omdat wij met z'n allen kozen om ons te verzetten – anders had ik absoluut een boete op de mat gekregen.' Wiebenga wijst erop dat dit voorval ook verduidelijkt dat protesteren verschilt van verzet. Bij verzet voeg je de daad bij het woord. 'Verzet is zeggen: "Ik stap uit het systeem" en dan ga je ook echt niet meer meewerken. De kracht hiervan is dat je verzet praktisch kan maken.'

Hoe kijkt u naar mediation en bemiddeling? Wat kan geweldloos verzet daaraan toevoegen? Of andersom?

Volgens Wiebenga zijn er veel overeenkomsten tussen geweldloos verzet en mediation. Beide zijn gericht op conflicthantering waarbij de mediator of therapeut meervoudig partijdig is. In beide benaderingen wil je graag dat twee partijen zich kunnen verzoenen en kies je volgens Wiebenga geen partij. Soms kan bemiddeling of therapie met alle partijen tegelijk, maar helaas niet altijd. Wiebenga denkt dat hier de toevoeging ligt van geweldloos verzet. 'Ik bemiddel tussen de betrokken partijen, zonder dat ik ertussenin ga zitten. Ik streef naar verzoening zonder partij te kiezen en pas dit toe door te werken met maar een van de partijen'. Bemiddeling is volgens Wiebenga in de situatie waarin zij als therapeut werkt niet altijd mogelijk. Wiebenga: 'Geweldloos verzet kan ook dan soms toch nog een alternatief zijn voor een rechtsgang. Voor mediation heb je de medewerking van de andere persoon altijd nodig – maar voor geweldloos verzet niet.' Voor Wiebenga is het cruciale verschil tussen therapie of mediation enerzijds en de rechtspraak anderzijds: 'De rechter is neutraal, maar wij zijn meervoudig partijdig.' Aan het andere eind van het spectrum staat de advocatuur: die staan expliciet aan de kant van hun cliënt, wat demonisering kan doen toenemen.

(zie kader links)

Hoe ziet u de toekomst van geweldloos verzet voor u?

Wiebenga ziet ook buiten gezinssituaties potentie voor alternatieve toepassingen van geweldloos verzet en de achterliggende filosofie. Ze heeft samen met collega Hans Bom het principe van geweldloos verzet doorontwikkeld naar het concept 'verbindend gezag' (Bom en Wiebenga 2017). Dit is een andere

manier van gezag uitoefenen, die gestoeld is op de pijlers van geweldloos verzet. Ze is onlangs begonnen met twee projecten in een hele andere hoek: het ene bij de regisseurs van de Amsterdamse top 1000-lijst (voorheen de top 600-lijst) van veelplegende criminelen in Amsterdam en het andere bij de afdeling Werk, Participatie en Inkomen (WPI) die begeleiding van uitkeringsgerechtigden en re-integratietrajecten na detentie in dezelfde gemeente verzorgt.

Wiebenga ziet parallellen met de manier waarop ouders vastlopen in het uitoefenen van klassiek gezag. Wiebenga: 'Het is voor mij een uitdaging om verbindend gezag ook naar deze situatie te vertalen. De pijlers blijven hetzelfde, maar in elke context moet goed nagedacht worden over de concrete interventies.' Wiebenga vertelt dat ze samen met de Amsterdamse top 600-regisseurs naar de documentaire *5 days* heeft gekeken, over het toepassen van geweldloos verzet bij een ontruiming in de Gazastrook in Israël (zie kader). Haim Omer en Nahi Alon hebben leger en politie getraind in geweldloos verzet teneinde die ontruiming niet te laten ontaarden in een gewelddadig treffen met de kolonisten. 'Dat maakte niet alleen op mij, maar ook op hen grote indruk', vertelt Wiebenga.

Door deze nieuwe projecten op zich te nemen, dwingt Wiebenga zichzelf om de universaliteit in verbindend gezag te ontdekken. Wiebenga: 'Ik ben op zoek gegaan naar de grootste gemene deler en tegelijkertijd naar de verschillen. Vervolgens maak ik samen met de betrokkenen een plan van aanpak aan de hand van de principes van geweldloos verzet en verbindend gezag.' Wiebenga zegt dat ze geen illusies heeft dat verbindend gezag een wereld zonder oorlog kan bewerkstelligen, maar dat ze wel de illusie heeft dat conflicten aan de hand van dit gedachtegoed op een andere manier kunnen worden gehanteerd. Wiebenga: 'Uiteindelijk heeft verbindend gezag iets eenvoudigs, en daar wil ik iedereen mee besmetten.' ●

Literatuur

- Alon, N. & H. Omer, *The psychology of demonization. Promoting acceptance and reducing conflict*, London: Lawrence Erlbaum Associates 2006.
- Bom, H. & E. Wiebenga, 'Verbindend gezag. Naar een nieuwe vorm van autoriteit gebaseerd op principes van geweldloos verzet', *Tijdschrift voor Psychotherapie* 2017, nr. 4.
- Omer, H., *Nieuwe autoriteit. Samenwerken aan een krachtige opvoedingsstijl thuis, op school en in de samenleving*, Amsterdam, Hogrefe Uitgevers 2011.
- Omer, H. & E. Wiebenga, *Geweldloos verzet in gezinnen. Een nieuwe benadering van gewelddadig en zelfdestructief gedrag van kinderen en adolescenten* (2e herziene druk), Houten: Bohn Stafleu van Loghum 2015.
- Omer, H., *Wakzame zorg. Hoe je als ouders je kind houvast kan geven als dat nodig is*, Amsterdam: Hogrefe Uitgevers 2015.
- www.lorentzhuis.nl.



Lisa van Dord studeert rechtsgeleerdheid aan de Universiteit van Amsterdam en heeft haar bachelor politiek en internationaal recht afgerond op het Amsterdam University College.

Janny Dierx is bestuurder van De Mediation Coöperatie, opleider bij Caleidoscoop, lid van het Schadefonds Geweldsmisdrijven en redactielid van dit tijdschrift.