

## EEN THERAPEUTISCH ETHISCHE TOETSING VAN SENSITIVITY TRAINING, DE TOTALE BEVRIJDING VAN ALLE MOEITE, ZORG EN PIJN

SENSITIVITY TRAINING (= gevoeligheids oefening) is duidelik in opmars. Dit fantastiese middel teen kommunikasie-stoornisse bevrijdt ons van:

*Moeite:* Moeite in die omgang (nervositeit, stugheid). Moeite met mense die jy nie ligg (rivaliteit, jaloesheid). Moeite met die aanvaarden van jy kruis (opstandigheid, uitgeblust-zijn, onverskilligheid of pessimisme).

*Zorg:* Zorg over jy eenzaamheid. Zorg over jy kwaal. Zorg over jy nuttelose en uitzichtlose leuen. Zorg over die toekomst.

*Pijn:* Pijn door jy echtgenoot (verwijten). Pijn door vader en/of moeder (verwijten). Pijn door alles wat jy self in die leuen verprut hebt (schuld).

Nietwaar, die mense moesten eens weten . . . Die mense moesten eens weten, hoe wij vol vragen zitten. Vragen waar wij niet mee te koop lopen, die wij soms niet eens meer uitspreken, ja zelfs uit onze gedachtenwereld gebannen hebben. Uitgebannen, omdat we geen oplossing zien. Het helpt toch niets! Omdat niemand ons begrijpt.

Ja, we hebben zelfs aangeleerd om al ons leed te verbergen en te camoufleren. Voor anderen, voor onze eigen man, en vaak ook nog voor ons self. Het is onze tweede natuur geworden (en die mense vinden ons ook nog so flink en so gelovig en so fleurig). Oh, die mense moesten eens weten . . .

### Maar soms wordt er een tipje van de sluier opgelicht

Dat is wanneer we helemaal alleen komen te staan. Dan komt onze ware aard naar boven. B.v. in een nacht, wanneer die slaap alsmar niet wil komen. Of dan, wanneer plotseling heel iets liefs (jy echte no(o)t(e), jy kind) door die dood bij jy weggerukt wordt. Of wanneer jy zelf voor die dood komt te staan. Of als jy lichamelijk volkomen uitgeput bent (b.v. vlak na een operatie, of bij moeilijke bevaling, of bij barstende hoofdpijn, etc.). Maar — gelukkig (?) — dat komt nie so vaak voor. Gelukkig (??) hebben we in deze haastige moderne tyd nauwelijks kans om alleen te zijn. Dus gelukkig (???) komen die diepste roerselen van onze ziel (met hun moeite, zorg en pijn) eiginlijk nooit aan die licht.

Gelukkig.

Want, oh, die mense moesten eens weten . . .

Gevolg is evenwel, dat wij veel moeite, zorg en pijn voor elkaar verbergen, waardoor bij velen ontstaat: nervositeit, stugheid, rivaliteit, etc. (zie die begin van die artikel). Waardoor we elkaar nie meer begripen. Waardoor misverstanden. Oftewel — overgezet

zijnde in modern Nederlands — *Kommunikatiestoornissen*.

Sensitivity Training (afk.: ST) nu, wil mensen van al die nare dingen bevrijden. Zodat kommunikasiestoornissen worden opgeheven.

Om te voorkomen dat dit een zinloos geheel wordt — zoals vele diskussie, omdat men de fout begaat niet meteen aan het begin helder en duidelijk het uitgangspunt te bepalen — lijkt het me juist eerst de definitie te vermelden. De *definitie van ST* van de „National Trainings Laboratories” (V.S.):

„Groepsbijeekomsten, klein of groot, waar intieme en persoonlijke zaken, meningen, morele maatstaven en waarden, benevens het geloof, openlijk ter diskussie worden gesteld. Gevoelens en emoties, die bij de deelnemers worden opgewerkt, worden onomwonden uitgesproken. Hierbij wordt gebruik gemaakt van de techniek van zelfbeschuldiging en wederzijdse kritiek op elkaar.” (Grootte der groepen: ± 8, 12, 14.)

Toelichting: Het blijkt nl. dat vele mensen geen eigen, doordachte en overtuigende mening hebben, maar een aangeprete mening: de mening van vader, van hun echtgenoot, van hun leraar. Zo ook met het geloof: het blijkt dat er mensen zijn die niet werkelijk, doordacht en uit overtuiging geloven, maar domweg uit „bijgelovigheid of uit gewoonte” (doopformulier) de Here God beleven. Het is logisch, dat wanneer deze dingen bij dergelijke mensen ontmaskerd worden dat dit gevoelens en emoties (zie definitie) opwekt: men gaat huilen, men wordt kwaad, aggressief. Dat laat je allemaal de vrije loop gaan.

Daardoor is het mogelijk dat je nl. eindelijk *bevrijd* wordt van de werkelijke achtergronden van je aangepreat geloof, je aangeprete mening. En die werkelijke achtergrond blijkt dan vaak te zijn een enorm stuk angst voor je vader, je man, een enorm stuk moeite, zorg en pijn.

En verder een enkele zin van de achterflap van het boek van de trainer (= leider van deze groepsbijeekomsten) Hans Korteweg „Spel en tegenspel”:

„Sensitivity Training is hard op weg een nieuwe religie te worden. In de Verenigde Staten is het al zover. Iedereen kent wel van die mensen. Mensen die vertellen hoe ze een wildvreemde hebben betast, beroken, hoe ze hebben gedanst, gevochten, gevreeën en gehuild. Mensen die jubelen over de oase die ze hebben ontdekt waar ze slechts een dorre woestijn vermoedden.”

(en voor de mensen die nieuwsgierig daarnaar zijn of dat allemaal niet willen geloven is dan dat boek geschreven).

*Wonderlijk eigenlijk dat ST voor velen nog zo onbekend is. Want het wordt sinds 1962 op grote schaal in Nederland toegepast. Men name vanaf de jaren zeventig. Voor veel bedrijven en instellingen is het zelfs verplicht (ANWB, NOS, NS, studenten, (wijk-)verpleegsters, maatschappelijk werkers, etc.).*

• Of misschien ook niet zo wonderlijk, want het wordt meestal gebracht onder een *andere* naam. Men gaat niet naar een ST. Welnee, men gaat naar een nascholing, vormingsweek, een weekend, een relatietraining, etc.

Durft men er niet recht mee voor de draad te komen? Er zijn zelfs mensen door deze trainingen helemaal overstuur geraakt en in een psych. inrichting beland. Kortom *tallose vraagtekens*.

Op 29 mei 1973 zijn over deze geheimzinnige ST dan ook vragen gesteld in de Tweede Kamer, ook over de slachtoffers. In oktober 1973 is daar antwoord op gegeven. Naar aanleiding daarvan, en op grond van twee jaar lang eigen onderzoek en studie ben ik gekomen tot deze therapeutische en ethische toetsing. En daarnaast vanuit het christelijk geloof. Want wat me steeds weer opvalt is dat de *parallel met de bijbel frappant is*. (Hans Korteweg: „... Nieuwe religie...”) zie het citaat).

Totnogtoe had ik één zwak punt in m'n betoog: Ik had het zelf nooit beleefd. Inmiddels heb ik in maart 1974 twee *verschillende* trainingen meegemaakt. Na deze enorme lange inleiding hoop ik in het volgende hoofdstuk mijn zienswijze uiteen te zetten. En ook wat ikzelf aan mijn eigen geest en mijn eigen lichaam ervaren heb.

Want, oh, de mensen moesten eens weten...

### Hoe ik gevoelig werd (hoe ik sensitief werd)

#### Geestelijke en lichamelijke ervaringen van een bewogen deelnemer

Wat mij zo intrigeerde in gesprekken met getrainden was steeds weer het stereotype antwoord: „Ja, het is geweldig ingrijpend”. Wat dan zo ingrijpend was, daar kwam ik niet achter. „Dat kan ik eigenlijk niet zeggen: dat moet je eerst zelf eens beleefd hebben, dan praat je wel anders”, was dan de motivatie. Ik vond dat wat geheimzinnig. Maar misschien was het ook wel begrijpelijk. Zo in de orde van: Een niet-christen kan niet begrijpen wat het voor een christen betekent om Christus' eigendom te zijn. Of: een onge-trouwde kan niet begrijpen hoe het voor een getrouwde is om het wonder van het huwelijk te beleven.

#### Motivatie:

Mijn motivatie was tweërlei:

- 1) Enerzijds wilde ik ST therapeutisch-ethisch toetsen vanuit een zuiver menselijke, praktische instelling. Gewoon eens kijken hoe het er toegaat.
- 2) Ik wilde gewoon meedoen, als dat zo liep, als het me aansprak.

#### Bona fide trainingen:

Ik had me goed laten voorlichten: het waren beide uitstekend bekend staande instituten, met kapabele trainers. Dit wil ik graag duidelijk stellen, omdat er nl. zeer veel beunhazerij op dit gebied is. Ik verzamel alle artikelen sinds 1970 over ST:.. Onlangs stond het als pagina-groot verhaal in „De Telegraaf” met als titel „Ondeskundige ST kan grote gevaren meebrengen”.

*Vorbereiding:*

Ook uiterlijk had ik mij voorbereid. Ter volledige aanpassing had ik al een jaar m'n haar laten groeien tot de mode-lengte, en uiteindelijk begaf ik me zonder hemd en gestoken in spijkerpak naar de training.

Ik besefte dat ik waarschijnlijk de meest vreemde eend in de bijt zou zijn. Ik werk altijd alleen, nooit groepswork, nooit teamwork. Bovendien woon en werk ik in een orthodox, oorspronkelijk autochtoon dorp in de zuidpunt van de gemeente Tietjerksteradeel, volkomen versholten aan de rand van de Friese Wouden. Vredig bezijden de Friese meren. Een schier ongerept uitgesproken agrarisch dorp. En ik kwam terecht in een uitgekiende en goed geplande situatie in het overvolle Westen waar ik in alles, van a tot z het tegen-gestelde zou ontmoeten.

*De eerste training:*

15 t/m 17 maart 1974. Grote stad in het westen. 'sNachts logeerde ik bij m'n zuster in Amsterdam. Nagelnieuw gebouw. Ik ben de laatste. Iedereen zit al op matrassen in een rechthoek. 7 mannen en 7 vrouwen. Ik weet niet wie de trainer is. Ik stel me voor. Veertien keer noem ik mijn voor- en achternaam. Naast de laatste ga ik zitten. Geen spoor van herkenning. Dit heeft zich achteraf be- wezen. Ik ben dus volkomen anoniem.

Stilte. Niemand zegt iets. Daar zaten we dan. In kleermakers-, Boeddha- of yoga-zit, op de knieën of de armen om de opgetrokken knieën geslagen. Verschillenden hebben de schoenen uit, één is op blote voeten. We kijken de vloer, de matrassen of elkaar aan... Na enkele nadrukkelijke sekonden neemt de trainer het woord. Ah, dat is dus de trainer. Leuke sportieve man, zo 'n 34 jaar. Psycho- loog. Deed het goed.

Ieder moet op drie verschillende manieren z'n naam noemen. Midden in de kring staand. Wij moeten het nazeggen, ook alles nadoen als men het goed of knullig doet. Het gaat wat onwennig. Tot Sjaak aan de beurt is. Hij stapt naar voren. Opeens brult hij keihard zijn naam. Het duurt een fraktie langer voor ieder „Sjaak!” meebè-è-èrt. Daarna nog eens met gebalde vuisten: „Sjaak!”, ge- volgd door een knetterende vloek. De groep gebaart en brult en vloekt in koor. En dan nog eens.

Voelbaar gaat de groep vanaf Sjaak door een zekere schroom heen. Er gaat wat gebeuren. De remmen komen wat los. Maar het lukt niet helemaal. En de kennismaking suddert weer uit zoals het begonnen is.

*Wie heeft ervaring:*

Trainer vraagt wie ervaring heeft. Het blijken slechts enkelen te zijn.

*Voorlopige balans:*

Leeftijd:  $\pm$  20—36 jaar. Ik bevind mij volkomen anoniem in een

groep waarvan de meesten geen of nauwelijks ervaring hebben, Sjaak is behoorlijk getraind.

*Elkaars gezicht betasten:*

Peter, de trainer, nodigt ons vervolgens uit te gaan staan, de ogen dicht te doen en doorelkaar te gaan lopen, niets zeggen. 't Is even wennen. Wanneer een geschoeide hak een ongeschoeide teen treft hoor je een onderdrukt „Sorry”, of minder nette uitdrukking. Daarna moeten we op de tast iemand opzoeken en elkaars gezicht betasten. Dit beeld moet je je inprenten. Als je klaar bent een ander opzoeken.

*Elkaars lichaam betasten.*

Vervolgens vraagt Peter ons ook de rest van het lichaam van onze partner te betasten. Nog steeds met de ogen dicht. Ik vind het best. Wanneer je maar twee dagen tijd hebt zou je natuurlijk ook kunnen gaan hossen, samen zingen, moppen tappen, samen kankeren, samen genieten. Maar dit is natuurlijk een veel snellere manier om in korte tijd een groeps-eenheid te krijgen. Ik kan me levendig voorstellen dat je door betasten vlot door allerlei remmingen t.o.v. elkaar heen bent.

Ik vind het dus best. Ik ga gewoon door met m'n dagelijkse werk. Inwendig drijft ik de spot met mezelf: „Het lijkt wel of je staande spreekuur staat te houden”. Ik sta druk schouders en ruggen af te tasten. M'n partners doen hetzelfde bij mij. Het verveelt me na een poosje. Ik blijft in vorm, maar gluur tussen m'n oogharen door. En ik zie dat sommigen veel verder gaan met betasten, ook van voren, etc. De taboes gaan verdwijnen. Nou ja, verdwijnen, 't is natuurlijk anoniem. Ik concentreer me maar weer op m'n partner. Een vrouw. Maar plotseling voel ik een schouderbandje. En een warm erotisch gevoel stroomt door me heen. Ik ben gevoelig (sensitief) geworden. Door een schouderbandje... Ik laat haar los en zoek een knul op. We stoppen.

*Motivatie:*

De mannen moeten een vrouw uitkiezen. In groepjes van twee in de grote zaal verspreiden en 10 minuten lang de ander vertellen waarom je aan deze groep meedoet. Daarna andersom. Vervolgens nog eens iemand anders uitkiezen. Hetzelfde. Dat duur dus  $2 \times 2 \times 10 = 40$  minuten. Ik merk dat 10 minuten praten een hele tijd is. Ik prijs me gelukkig dat ik dankzij mijn brede theoretische voorbereiding uit een enorme algemene voorraad gesprekstof kan putten.

Vervolgens moeten we achter onze naam op een schoolbord die motivatie nog eens in een paar zinnen opschrijven. Het blijkt dan dat driekwart vol problematiek zit. Kontaktstoornissen, zenuwachtig, nerveus, onzeker, chaotisch, stil, depressief, angstig, e.d. Boven onze naam staat: „Werklijst”. Hier gaan we dit weekend aan werken.

*Aan het werk:*

Wie wil beginnen? Adelheid begint. Ze doet zich heel vlot voor, maar innerlijk is ze heel erg bedeesd. Waardoor ze gaat twifelen. De trainer werpt 3 kussens in het midden van de kring. Kussen 1 = de vlotte Adelheid, kussen 2 = de wifelende A, kussen 3 = de bedeesde A. Zo moet ze de drie inwendige stemmen spelen. Maar het lukt niet zo erg, die eerste avond. Om 11 uur stoppen we. Bij het weggaan vraagt Annie mij: „Zeg, weet jij hier de weg? Wil jij voor me uitrijden?” Ik betrap me erop dat ik tegen haar opeens op een heel andere toon ga spreken. En zo is het. We zijn dood-serieus bezig geweest. Temidden van mensen vol problemen. Ik dacht dat ik al veel beleefd had. Maar och. Dit was nog maar kinderspel. De volgende dag zou het proces pas goed beginnen!

*De volgende dag:*

„Hoe hebben jullie geslapen?” vraagt Peter als we om 10 uur starten. Goed, slecht, redelijk. Annie zegt: „Ik heb nog tot drie uur met mijn man nagepraat. Ja, ik heb een man uit duizend”. Het blijkt echter dat ze helemaal niet zo'n geweldige man heeft. Hij doet alles voor haar. „Ik ben toch geen kind? Ik wil m'n eigen leven leiden”. Een ontzettende huwelijksproblematiek volgt. 11 jaar getrouwd. 3 kinderen.

Ieder is vol interesse. Ondertussen is Adelheid zachtjes gaan huilen. Diverse mensen gaan daarna voor Annie een oplossing zoeken. Diverse? Jawel! De trainer is niets meer dan de deelnemer. Ieder doet mee. Als de 23-jarige ongetrouwde Sjaak met luide stem, zelfverzekerd zijn visie wil poneren, gaat Adelheid erbarmelijk snikken. Ze herkent in Annie haar eigen huwelijk. Enfin Adelheid op het kussen midden in de kring. Daarna volgt Marjolein, Helen en Dirk. Allemaal huwelijken met ernstige problemen. Non-stop tot 12 uur. Onvoorstelbaar!

De koffie is al vanaf 10.30 uur klaar, maar blijft oningeschonken. Koffie is niet belangrijk, het proces moet doorgaan. Nou ben ik niet meteen ondersteboven van wat ik hoor. Beroepshalve heb ik geleerd dat niets de mens vreemd is. We gaan ophouden voor de koffie. Maar als medicus ben ik eigenlijk stomverbaasd dat er geen oplossing, geen therapie gegeven wordt. Dus ik neem het woord. „Hoe is het nou in het huwelijk”, zeg ik. „Aan die ene kant heb je ‚liefde’. Maar wat heb je nu aan de andere kant. Is dat ‚gezonde kritiek’ of is dat ‚haat?’” Ieder kijkt op. Die Jannes toch! Weer nieuw gezichtspunt. Peter maakte al een uitnodigend gebaar naar het kussen in het midden. Royaal zeg ik dat ik dat best wil, maar (onderwijl denkend: 't is 12 uur, we zouden ophouden), maak een opmerking over de koffie (denkend: er is vast wel iemand die daar zin aan heeft, *maar dat zeg ik natuurlijk niet*), maak er nog een grapje over, ik krijg de lachers op m'n hand en inderdaad, de spanning wordt gebroken, ik krijg adhaesie, en we stoppen. 's Middags zou ik op 't kussen, maar het ging anders.

*Na de lunch:*

Na de lunch gaan we ontzettend afmattende, uitputtende oefeningen doen. Zodat het hele lichaam gaat trillen en schudden. Verschillende mensen gaan doorslaan en gaan dingen zeggen die je normaal nooit zou zeggen. Ik moet sterk denken aan wat mensen dan wel eens zeggen als ze doodziek zijn, of vlak na een operatie, bij hevige pijn, vlak voor de dood, of bij een in nood verkerende vrouw bij een zware bevalling. De diepste geheimen van de ziel komen aan het licht.

*Vader, moeder roepen:*

Dan moeten we met gesloten ogen op de rug in een kring gaan liggen, hoofden naar het midden. We worden gevraagd „Vader”, „Pappa”, „Paps”, „Heit”, of hoe we dat van thuis gewend zijn te roepen. Ik vind het best. Het is natuurlijk logisch dat als je nu een vader hebt waar je een hekel aan hebt om welke reden dan ook, dat er iets met je gaat gebeuren als je alsmaar die naam waar je zo'n afschuw van hebt moet roepen. Dat hoor ik dan ook. Behalve „Schat”, „lieverd”, komt er ook bij sommigen een enorme schuttingtaal los; één brult er luid: „Ik haat je!” Daarna moeder roepen. Hetzelfde patroon. Sommigen gaan vreselijk huilen. Ze worden door de trainer getroost.

Na afloop blijft Johan vreselijk snikken. Wat er met z'n vader of moeder was is nooit duidelijk geworden. Hij kwam maar niet weer tot de realiteit. Ik denk: ‚Hij wordt gek’. Met allerlei technieken proberen diversen hem weer te kalmeren. Het lukt maar niet. Eindelijk, na een uur, keert de rust in hem terug. Ik vind het vreselijk zielig. Hij zit er het hele weekend verder bij als een geslagen hond, die eigenlijk niet meer in staat is mee te doen. Zo werd de verdere middag en avond een onvoorstelbare scala leed en ellende door de deelnemers aan de groep toevertrouwd. Dingen die misschien nog nooit geuit waren.

*Laatste dag:*

De laatste dag 10 uur. Peter gaat de werkljst nog eens na. Wie is nog niet geweest. Wout (ik had toevallig ontdekt dat hij arts was) had nog geen beurt gehad. Hij had ingevuld op de werkljst: „uiten van heftige intieme emoties”. Dat had hij gedaan bij het „Vader” en „Moeder” roepen. Tja, dat was onkontroleerbaar, want dat ging met een hels kabaal, iedereen doorelkaar. Bep, 4e jaar psychologisch studente, VU: Wilde nieuwe technieken leren. Trainde zelf ook groepen. Tevreden. Toen kwam ikzelf aan de beurt: Jannes. Ik zeg dat ik ook tevreden ben. Dan Frits. „Ja”, zegt Frits, „ik vond het wel interessant”. Au! Dat was niet te best. Heel de groep keert zich tegen hem. Zit iedereen daar dood-serieus mee te doen, en zit me daar iemand tussen de zaak te bekijken!

Frits wordt aangevallen. Het blijkt dat hij homofiel is. Een homofiel! Wie had dat gedacht! Hij gaat voor de bijl. En hij gaat af als een gieter. Liefdeloos. Eveneerder had ikzelf nog een op-

merking gemaaktdoer ik in moeilikheden raakte. Ik weet me er deels uit te praten, maar de aandacht richt zich gauw weer op Frits, dat is veel interessanter.

*Evaluatie:*

Bij de nabespeouwing zeg ik o.a. dat de oplossing van de probleme n o.m. is als we weer hartelike liefde voor elkaar krijgen in het huwelike e.d. Honende reaktie van Peter. Dat zie ik veel te simpel. Dat is een pasklare oplossing.

Ik heb het bewijs wat ik nodig heb.

*De tweede training:*

Een week later. 22 t/m 25 maart 1974. Vormingsentrum in de provinsie, geïsoleerd, midden in de bossen. Volkomen andere groep. Weer geheel anoniem. We slapen er ook. Drie dagen en drie nachten achter elkaar. Nou ja, achter elkaar, we houden op als alles afgelopen is in de processen. 1.00 uur, 1.30 uur en de laatste nacht pas 's morgens om 5.30 uur naar bed. Leiding: een trainer en een trainster, zo 'n 34 jaar oud meen ik. Ik heb het enorme voordeel dat ik het lichamelike prima uithouden kan. De trainster (psychologe) en ik kunnen uitstekend met elkaar overweg. Gelukkig, want daardoor heb ik met haar heel wat processen samen kunnen doorspreken. De groep bestaat uit 7 mannen en 4 vrouwen. Van het totaal zijn een getrouwde man, een getrouwde vrouw en ik nieuw, de rest is getraind. Het beeld is in grote lijnen hetzelfde.

*Gevoelig geworden:*

Een vijf keer ben ik zo gevoelig geworden, dat ik voelde dat ik mijn geest en mijn lichaam niet meer in de hand had, ik voelde dat ik zou doorslaan. Dan ging ik bidden, of b.v. Psalm 23 opzeggen. Het was wonderlike, maar dan ging de verzoeking weer weg. Door een bepaalde aanraking ben ik zelfs op een der deelnemsters verliefd geworden. Dat was nog 's wat anders dan het schouderbandje bij de vorige training. Terwile ik haar wat wilde opbeuren, had het op haar een heel ander effect dan ik bedoelde, wat weer z'n terugslag had op mij. Gelukkig heb ik met haarzelf, met de Here God, en thuisgekomen met mijn vrouw dit alles heel eerlike kunnen uitspreken. Nu is alles weer in 't reine.

Hier zag ik ook nog vechtpartijen: als mannen het niet met elkaar kunnen vinden, dan maar op de vuist. En toch... En toch... Nu alles afgelopen is, nu ik alles beleefd heb: *Het is een volkomen normaal proces. Heel menselike. We werden tot niets gedwongen.* Maar je weet nooit welke kant het proces uitgaat.

Je moet erg goed opletten. Voor je 't weet wordt je een kant uitgetrokken die je niet wilt. Als mij dit 10 jaar geleden overkomen was, onvoorbereid, en toen ik me echt nog niet zo'n kind van God wist, had ik waarschijnlijk mijn God verloochend.

## Mijn eigen beschouwing

Het was eigenlijk levensgevaarlijk wat ik gedaan heb. Naar aanleiding van de vragen over ST in de Tweede Kamer had ik na kontakt hierover met de Inspecteur van de Geestelijke Volksgezondheid in Friesland, Groningen en Drenthe, een lijst van enkele honderden *slachtoffers* op schrift gesteld.

Men had bij de trainingen eens moeten weten wie ik was. Ik heb nl. ernstige bezwaren tegen ST. Deze zijn overduidelijk bevestigd op beide weekenden in maart j.l. Aan de hand van al deze slachtoffers zijn mijn bezwaren tegen ST dan ook dit: Als inwoner van een vrij land heeft men

*geen eerlijke kans om te kiezen.*

Dit uit zich in:

1. Verplicht stellen (voor veel bedrijven is het verplicht).
2. Geen voldoende voorlichting, verkeerde benaming.
3. Op kosten van de gemeenschap — subsidie — kerkegeld.
4. Geen goede begeleiding.
5. Het beroep „trainer” is volkomen onbeschermd.
6. Gezonde mensen worden ziek gemaakt. Het is dan ook:
7. *In strijd met alle medische ethiek.*  
l.t.t. b.v. de psycho-analyse is hier volkomen geen selectie. De geestelijke draagkracht wordt niet nagegaan.
8. Geen nazorg.

Dit spreekt mij als huisarts natuurlijk het meeste aan. En dan hebben we nog niet eens aangesneden de veel grotere groep van mensen die ogenschijnlijk gezond lijkt. De groep die niet bij de specialist belandt, maar misschien bij de huisarts: De groep wier geestelijke voedingsbodem door de *ST-roofbouw* juist verarmd tot ongevoelig geworden is.

*Ongevoelig: m.a.w. juist een tegengesteld resultaat als het woord 'sensitivity' (= gevoelig) placht aan te geven.*

## *De Ideale Sensitivity Training*

Laten we nu de zaak omdraaien. Dus we gaan ervan uit dat mijn — zuiver objectieve bezwaren 1 t/m 8 niet opgaan. Dus we nemen aan: 1. Het is *niet* verplicht. 2. Er is *wèl* een goede voorlichting, *wèl* juiste benaming. Etc. Dan kunnen we de vraag stellen: Zijn er dan nog bezwaren tegen ST?

Ik meen van wel.

En daarmee zijn we gekomen aan het kardinale zwakke punt van ST. En dat is dit. ST zou het middel zijn tegen kommunikatiestoornissen. Welnu, als wij erkennen dat er kommunikatiestoornissen zijn, dan geven we toe dat er *gebrek aan liefde* is.

Nu zijn we in het hart van de zaak: ST gaan niet uit van het liefde-gebod. Welnee, ieder die aan ST meedoet — verplicht of vrijwillig — doet dit natuurlijk uit *eigen belang*. (Dit mogen we niet meer luidop zeggen, want om dit te begrijpen is nl. een klein beetje *mensenkennis* nodig).

*Toetsing van de beschreven ervaringen:*

Er zijn verschillende vormen van ST. Mijn eerste training b.v. was er een van, te weten de „Open Encounter” (to encounter = ontmoeten). Dus het was gewoon elkaar ontmoeten. Maar niet. De zeer summier beschreven ervaringen komen de lezer misschien wat overdreven voor. En het is misschien voor een buitenstaander onvoorstelbaar en onbegrijpelijk. Maar ik wil nogmaals herhalen: ik heb het ervaren als een *volkomen normaal proces*.

Er zijn vormen waar het heel anders toegaat. Veel kalmer. Zonder lichamelijke aanraking of lichamelijke inspanning. En verder speelt de *tijdsfaktor* een rol: Wij hadden slechts een weekend de tijd. Maar als je nu drie dagen (mijn 2e training) of — zoals meestal — een week of veertien dagen, of soms drie maanden bijeen bent: Ja, dan hoeft het niet zo snel, en gebeurt alles veel grondiger en geleidelijker zodat alle problematiek aan het licht kan komen. Maar welke vorm en welk tijdsbestek men ook kiest, de grondgedachte blijft gelijk: Het gaat niet uit van het liefde-gebod.

Het is duidelijk dat je je aan een mens overgeeft. Dat vind ik best. Maar wat is dat voor mens? Bijvoorbeeld — in mijn geval — een mens die vlot (mee)vloekt, om maar een aspect te noemen. Miljoenen Nederlanders zullen daar geen enkel bezwaar tegen hebben — *dat is de doodgewone nuchtere praktijk van onze maatschappij* — maar ik geef me niet aan zo'n mens over.

Een ander punt: Je kunt natuurlijk ook *lêren* iemand lief te hebben als je hem beter leert kennen in zijn diepste intimiteiten. En logisch, wanneer je drie maanden met elkaar optrekt, is de kans veel groter dat er een liefdesband ontstaat in de groep, dan wanneer je veertien dagen, een week, 3 dagen of slechts een weekend elkaar meemaakt. Maar om echte liefde te toetsen heb je jaren ervaring nodig. *Ook dat is de doodgewone nuchtere praktijk*. Bijvoorbeeld de grote liefdes-band: het huwelijk. Je trouwde, maar op dit moment — in mijn geval 11 jaar later — zie je, terugkijkend, hoe die liefde in al die tijd een geweldige diepgang en stabiliteit heeft gekregen. En die stijgende lijn in de liefde kwam vaak juist — hoe bestaat het! — door tegenslag heen.

Ik wil dan ook heel eerlijk bekennen: Als mij dit 10 jaar geleden overkomen was, en zonder redelijke voorbereiding en voorlichting, dat ik hier volkomen kapot aan gegaan was, en mijn vrouw vaarwel had gezegd. Tien jaar geleden, toen ik nog maar pas getrouwd en student was. Vandaar ook het levensgevaarlijke om deze geestelijke roofoverval — want dat is ST — op een nog niet volgroeide persoonlijkheid toe te passen.

En nog een royale bekentenis: Ik ben bewaard gebleven. De vele goede trainingen waarvan ik er twee, weliswaar korte, meemaakte, wil ik beslist niet afkraken. Deze trainers en de groep zijn uitstekend gemotiveerd. Ze hebben bewust het allerbeste met de mens en de mensheid voor. Dat is me steeds weer overgevallen. De tweede training gebeurde in een uitstekende en harmonische sfeer. Alle lof! Maar onbewust kan ernstige schade ontstaan. En een laatste bekentenis: Ik ben begonnen met te zeggen dat ST een fantastisch

middel is. En dat is het in theorie ook. Jazeker. Als beoefenaar van een praktisch beroep konkludeer ik evenwel dat het in de praktijk helemaal *niet* zo fantastisch funktioneert.

Maar bij christenen dan? Inderdaad, christenen hebben een neel eigen benadering van ST. Logisch dat vele christenen ST als een stuk weldadige bevrijding ervaren. Vooral de driemaandelijkse training. En daarmee zijn we gekomen aan het laatste en allerbelangrijkste punt van dit artikel:

### *Sensitivity Training bij Christenen*

De aandachtige lezer zal opmerken: „Maar heeft de Bijbel niet dezelfde grondgedachten als ST?” Immers, de Bijbel leert ons eveneens dat wij niet zulke aardige jongens, niet zulke lieve meisjes zijn, leert ons eveneens dat al onze franje er maar eens af moet, zodat we uiteindelijk moeten konkluderen: Wij zijn niet tot enig goed in staat, maar geneigd tot alle kwaad. En — nietwaar — in Jac. 5:16 staat: „Belijdt daarom elkander uw zonden...’ En — bovendien — de Bijbel gaat *wèl* uit van het liefde-gebod. Ja, zelfs van het Liefde-gebod. „Dus dan is ST voor een Christen het middel bij uitstek!!!” zal genoemde aandachtige lezer besluiten.

Het tegendeel blijft echter waar. Hoe ideaal ST ook te maken is, zelfs in Christelijke kring naar het schijnt, de gedachtengang om ST alsmaar goed te praten is principieel fout. Verbeterd de ST de tussenmenselijke relatie? Dat is de grote vraag. Het verbetert in elk geval *niet* de relatie met God.

Sensitivity Training is nl. *totaal overbodig*. Omdat de nieuwe Moraal waarmee de Bijbel ons vanuit ons geestelijk dieptepunt weer opbouwt is: de *Nieuwe Mens* in de gekruisigde en opgestane Heer.

Zou de Here God een andere moraal en een andere benaderingswijze naast zich verdragen dan de glasheldere benaderingswijze zoals die in de Bijbel tot ons komt?

*Slot:*

Sensitivity Training is natuurlijk wel een duidelijk verschijnsel van deze tijd, wat kennelijk voorziet in de enorme nood van vandaag. Noem b.v. alleen maar de eenzaamheid. Ja eigenlijk is ST duidelijk een teken dat de Christenen gefaald hebben. Er wordt momenteel dan ook hard gewerkt om voor de gemeente van Christus een positief alternatief te zoeken.

Garijp, augustus 1974.

J. E. de Vries, huisarts.

### VOETNOOT

1 Met dit artikel zijn slechts enkele aspecten van ST genoemd. Alleen maar enkele praktische opmerkingen. De beschreven ervaringen zijn slechts een onderdeel van alles wat op een training letterlijk en onomwonden gezegd, gevoeld en doorleefd wordt.

Dit staat uitgebreid te lezen in een boek over ST dat in het winterhalfjaar '74—'75 verschijnt. Een socioloog, psycholoog, paedagoog en agoog doen

## 24 *In die Skriflig*

daarnaast de wetenschappelijke en maatschappelijke achtergronden uit de doeken. Daar doelde het „slot” op. Kompleet met situatietekening in Nederland. Opdat christenen zich verantwoord kunnen voorlichten als zij met ST te maken krijgen.

- 2 Die artikel is gepubliseer met toestemming van dr. J. E. de Vries. Dit het ook in brosjure-vorm verskyn met illustrasies en is verkrygbaar by:  
Sekretariaat Friese Chr. Plattelandsvrouwen Bond, Hesseweg, 8, Kollum.