



Verbondenheid en autonomie - strijdende krachten in de gemeente

Bij ieder mens zijn twee basiskrachten aan het werk: de behoefte aan verbondenheid en de behoefte aan autonomie. Op grotere schaal zijn deze krachten ook aan het werk in onze kerken.

Laatst hoorde ik van een gemeente waar spanning was rondom de voorganger. Een deel van de gemeente wilde hem weg hebben, een ander deel wilde hem houden. In een dergelijke situatie ligt de werkelijke problematiek meestal binnen de gemeente zelf. Maar de behoefte om een probleem snel op te lossen is vaak zo groot, dat we niet serieus kijken naar onderliggende zaken.

Wanneer de voorganger uit het voorbeeld zou vertrekken, leidt dat naast pijn en verdriet bij de betrokkenen, ook tot een gevoel van opluchting omdat er eindelijk duidelijkheid is. Maar echt opgelost is er waarschijnlijk weinig en helaas komen de problemen later vaak in een andere vorm terug.

Systeemgedachte

In dit artikel wil ik de systeembril opzetten. Geen lineaire analyse van wat er aan de hand is, maar een kijk op de situatie waarbij vooral de onderlinge relaties in het vizier komen. Problemen niet isoleren, maar ze in de context van het geheel beschouwen. De systeemgedachte gaat ervan uit dat er bij ieder mens twee basiskrachten aan het werk zijn. De kracht om een individu te zijn, zelfstandig en autonoom en de kracht om verbonden te zijn met anderen, om ergens bij te horen; de behoefte aan verbondenheid en de behoefte aan autonomie. Jammer genoeg moeten we vaststellen, dat deze twee behoeften hier op aarde niet voor honderd procent bevredigd kunnen worden; we ervaren ze zelfs vaak als tegengesteld.

Spanning

Omdat we in een gebroken wereld leven, vinden we het heel lastig om de twee krachten in een goede balans te houden. Zodra die twee krachten door een bepaalde situatie met elkaar in conflict komen, ontstaat er bij onszelf spanning en soms zelfs angst die we willen wegwerken. Vooral in omstandigheden waarin we 'tot elkaar veroordeeld' zijn, zoals in ons gezin of in de kerk kan die spanning erg oplopen. Afhankelijk van wie we zijn, zoeken we een vorm van verlichting. Sommigen richten zich op de verbinding met anderen om het gevoel van een dreigende storing van de onderlinge verbondenheid op te lossen. Anderen zijn juist bang dat ze als persoon helemaal opgaan in het geheel en creëren afstand.

Angst voor verlies van verbondenheid kan leiden tot gedrag dat zich uit in relationele dwang, emotionele

chantage, verleiding of manipulatie. Ook onderdanigheid en het zich schikken naar de ander is een manier om die spanning op te lossen. Anderzijds, kan angst voor verlies van autonomie zich uiten in rebellie en opstandigheid, of in het nemen van afstand, hetzij emotioneel, hetzij fysiek. In beide gevallen lossen de problemen in de relatie zich niet daadwerkelijk op. Er is alleen voor gezorgd dat de spanning een weg vindt, zodat we er op de korte termijn geen last meer van hebben. Je kunt het vergelijken met een infectie die onderdrukt wordt met antibiotica, die niet aanslaat of het plakken van een pleister over een open wond.

Zelfdifferentiatie

Volgens de systeemtheorie kunnen we omgaan met deze spanningen door onszelf te definiëren en tegelijkertijd open te blijven voor relaties met anderen. In systeemtheoretische termen wordt dit zelfdifferentiatie genoemd. Murray Bowen, de grondlegger van de systeemtheorie, formuleerde hiervoor een schaal van differentiatie.

Aan de onderkant van de schaal is het heel lastig om te onderscheiden waar de ene persoon begint en de andere eindigt. Het is moeilijk om een eigen mening te hebben als niet bekend is wat belangrijke anderen vinden. Ook is het lastig om te reflecteren op jezelf. Je wordt overspoeld door je emoties en hebt als het ware geen toegang meer tot je verstand. Naarmate

je hoger in de schaal komt, ben je meer in staat om te definiëren wat je zelf van situaties vindt, onafhankelijk van wat anderen daar van vinden.

Weerstand

In kerken, waar we ons vaak sterk bij anderen betrokken voelen, is het niet eenvoudig om de twee krachten in balans te brengen. Als het spannend wordt, dan hebben we de neiging om ons terug te trekken of te schikken. Zelfdifferentiatie is lastig omdat, zodra je gaat formuleren wat je van situaties vindt, je op weerstand kunt rekenen. Als je een ander gedragspatroon laat zien dan mensen van je gewend zijn, dan krijg je tegenwind. Als je gevoelig bent voor verbondenheid, dan zullen mensen je erop aanspreken: 'Je was vroeger altijd zo aardig; waarom doe je nu zo moeilijk?' Of als je gevoelig bent voor autonomie, dan kunnen ze je ook lastig gaan vinden: 'Waarom bemoei je je daarmee; sinds wanneer maak jij je daar druk over?'

Hoe groeien we in zelfdifferentiatie? De eerste stap is natuurlijk om je bewust te zijn van je natuurlijke neiging bij spanning: behoefte aan verbondenheid of juist autonomie. Wat daarbij kan helpen is om na te gaan hoe in je eigen familie met spanning werd omgegaan. Daarna, als duidelijk is wat je natuurlijke neiging is, kun je je in tegenovergestelde richting bewegen. In dit verband laat ik me inspireren door de verzen uit Zacharia 2: "Vlug, zeg tegen die

EA-symposium

Op 4 september organiseert de Evangelische Alliantie een symposium over het onderwerp: **Omgaan met conflicten in kerk en gemeente.**

Lastige situaties in kerken zijn aan de orde van de dag. Van incidentele conflicten tot regelrechte rampen als afsplitsingen en het weglopen van een aanzienlijke groep gemeenteleden. Het grote gevaar is dat we dreigende conflicten de kop indrukken in plaats van ze onder ogen te zien; moeilijkheden omzeilen in plaats van ze aan te pakken. Het symposium heeft als doel leidinggevenden in gemeenten inzicht te geven in krachten die aan het werk zijn in onze kerken en hen te voorzien van ideeën om daar op een constructieve manier mee om te gaan.

Informatie via www.ea.nl

jongeman dat Jeruzalem een open stad zal blijven, niet ommuurd, vanwege het grote aantal mensen en dieren dat er zal wonen. Ik zal zelf rondom de stad een muur van vuur zijn – spreekt de HEER – en haar met mijn luister vullen" (vs. 8-9). Verbonden met de liefde en bescherming van God kunnen we groeien om steeds meer te worden wie we bedoeld zijn om zo onze plaats in de kerk en de wereld in te nemen.

Eddy de Pender

Zelfstandige op het terrein van coaching & mediation, voorzitter van Netwerk Vredestichters dat kerken wil ondersteunen in het omgaan met (menings)verschillen.

www.vredestichters.nl

Reacties op dit artikel worden op prijs gesteld. (eddy@depender.org)

Hoge mate van differentiatie

- Open voor verschillende ideeën
- Geground in heldere overtuigingen
- Vrijheid om te handelen op basis van eigen principes
- Minder eisen naar anderen
- Neemt eigen verantwoordelijkheid

Laag niveau van differentiatie

- Gespannen gericht op wat anderen vinden
- Moeite om eigen mening te formuleren
- Reageert instinctief
- Hoge mate van reactiviteit op emotionele spanning
- Neemt belangrijke beslissingen op wat goed voelt

