

# De presentiebenadering in een notendop

## Wat is 'presentie'?

Letterlijk betekent het woord presentie: *aanwezigheid*. Present zijn is: *er zijn*.

Wie bij iemand present is, is ook echt, aandachtig aanwezig. Maar dat is nog niet genoeg om te begrijpen wat met presentie wordt bedoeld.

De presentiebenadering houdt zich bezig met de vragen: Wat is goede zorg en wat doet een goede zorgverlener? Om die vragen te beantwoorden is er onderzoek gedaan naar wat zorgontvangers zelf als goede zorg ervaren.

'Goede zorg' betekende voor kwetsbare mensen:

- Gezien worden en serieus genomen worden;
- Niet in de steek gelaten worden;
- Hulp krijgen van iemand die voelt als 'een soort zus of broer', of als 'een vriend of vriendin' (Onderwijsproject Presentie in de Praktijk, z.d.).

## Hoe is de presentiebenadering ontstaan?

Andries Baart is als theoloog en filosoof de grondlegger van de presentiebenadering. Naar aanleiding van een meerjarig wetenschappelijk onderzoek formuleerde hij de presentietheorie in 2001 in zijn boek *Een theorie van de presentie*. Voor dit onderzoek werd het werk van buurtpastores gevolgd in oude wijken van Utrecht. Hun werk week sterk af van wat in de professionele zorg gewoon was.

Anders dan andere professionals werkten zij niet vanuit een bureau waar buurtbewoners naartoe kwamen als ze een probleem hadden. Deze pastores gingen zelf de straat op, om de buurtbewoners in hun eigen leefwereld op te zoeken. Daarbij gingen ze niet in de eerste plaats op zoek naar problemen en bedenken welke hulp er moest komen, maar ze namen de tijd om een persoonlijke relatie met de buurtbewoners op te bouwen, een trouwe en betrouwbare betrekking met hen aan te gaan, vanuit aandacht en toewijding.

Pas daarna, in en dankzij deze relatie, begonnen ze te bemerken of en hoe er iets (door hen) gedaan kon worden aan de eventuele oplossing van een bepaald probleem. Maar ook als er geen oplossing voor problemen bleek te zijn, bleven zij de relatie onderhouden, omdat dat volgens hen goed was: goed voor de ander, die vaak heel weinig sociale contacten van betekenis had, en goed voor henzelf. Het doet ieder mens goed om iemand te hebben, waar hij/zij zich gehoord en geborgen voelt, juist ook als je het niet redt. Natuurlijk deden de pastores wat nodig was en gaven ze hulp waar dat kon, maar niet alle problemen kunnen opgelost worden. Alleen al het feit dat er geluisterd wordt, dat er aandacht is, maakt dat het leven voor mensen draaglijker wordt (Onderwijsproject Presentie in de Praktijk, z.d.).

De reactie van de mensen:

*'Die lui zijn onbetaalbaar, wat zij doen is echt goed.'*

*'Ze behandelen mij niet als probleemgeval, maar als mens'.*

*'Anderen komen en gaan, maar zij blijven bij me, en laten me niet in de steek.'*

*'Ze zijn als een broer of zus, als vader of moeder, als een vriend of vriendin voor mij.'*

*'Ze zijn op mij gesteld, ik ben van ze gaan houden.'* (Onderwijsproject Presentie in de Praktijk, z.d.).

## **Wat houdt de presentiebenadering in?**

Aansluiting zoeken bij wie de ander is, met zijn of haar levensverhaal, gewoonten, verlangens, manieren van doen etc., en daar je zorg op afstemmen. Wat goed is voor de één, is niet altijd automatisch goed voor de ander. Niet alleen maar bezig zijn met de nodige fysieke hulp en zorg, maar alert zijn op wat mensen nog méér nodig hebben: erkenning, waardering, gezien en gehoord worden. Trouw en aandachtig bij iemand blijven, ook als er geen problemen of oplossingen zijn. Alledaagse dingen doen, zoals samen een eindje lopen, de was vouwen, aardappels schillen, ergens heen gaan, of samen praten. Hierdoor leer je mensen kennen. Je geeft hen het gevoel: *jij hoort erbij. Ik heb wat met jou. Ongeacht hoe het met je gaat: jij mag er zijn.* Dit alles in hartelijke omgangsvormen, zoals een vriend of een broer of zus dat zou doen.

De presentiebenadering draait dus om liefdevolle aandacht voor wat mensen eigenlijk vragen, voor wat echt belangrijk is voor hen. Het gaat om erkenning van hun waardigheid als mens; om menslievende bejegening die onvoorwaardelijk is (Onderwijsproject Presentie in de Praktijk, z.d.).

De presentiebenadering is relatiegericht en niet op voorhand gericht op verandering. Door de relatie aan te gaan, ontstaat er vanzelf ruimte voor verandering of ontwikkeling (STOC & Mezzo, 2011).

## **De acht kenmerken van de presentiebenadering**

1. Vrij zijn voor                      Je bent beschikbaar. Je richt je op het leven van de betrokkene. De ander bepaalt wat er aan de orde komt.
2. Openstaan voor                    Je bent ontvankelijk; je wendt je naar de ander. De ander is de richting van je kijken. Je probeert je vooroordelen aan de kant te zetten.
3. Een aandachtige  
betrekking aangaan                Je gaat een relatie aan via gesprekken over het leven van alledag. Dit biedt de mogelijkheid om de leefwereld van de ander te leren kennen. Je bent ontvankelijk voor alle signalen die de ander uitzendt. Zo kun je ook ervaren wat de ander jou kan leren: er is wederkerigheid.

# HANDJE HELPEN

GEWOON DOEN

4. Aansluiten bij het bestaande      Je voegt je in de leefwereld van de ander. Het verhaal is zoals de ander dat beleeft; het wordt niet kleiner gemaakt, of onteigend.
5. Perspectiefwisseling      Vanuit het perspectief van de ander leer je de wereld waar te nemen. Door goed te luisteren, probeer je te begrijpen welke betekenis de werkelijkheid voor iemand heeft. Je bent solidair.
6. Zich aanbieden      Je geeft zin door het aanbieden van je eigen mogelijkheden aan de ander. Bijvoorbeeld: taalvaardigheid, assertiviteit, kennis in de wereld van welzijn en zorg, etc. Maar ook: geduld om te luisteren en 'er zijn'.
7. Geduld en tijd      Je laat je beheersen door de ander. Je werkt niet volgens een vooraf vastgesteld plan, maar sluit ongehaast aan bij wat de ander nodig heeft.
8. De trouwe toeleg      Je bent betrouwbaar en trouw. De aandacht hoeft niet verdiend te worden en kan ook niet makkelijk verspeeld worden. Trouwe betrokkenheid is ook (en juist) van waarde als dingen niet te verhelpen zijn, zoals gemis, ziekte en het ondergaan van leed (Inloopcentrum Wageningen, z.d.).

## Vijf A's van presentie

De acht kenmerken van de presentie benadering zijn gemakkelijk te onthouden aan de hand van de volgende vijf A-woorden:

1. Aanwezigheid      Er echt zijn voor de ander
2. Aandacht:      Voor de mens, niet voor de diagnose/beperking
3. Acceptatie:      Van grenzen, van de persoon, voor de cultuur, voor de normen en waarden, etc.
4. Attitude:      Houding van er willen zijn
5. Actie:      Door aan te sluiten bij de leefwereld van de ander. Leren zien wat er gedaan kan worden.  
(Most, 2006).