

Uitgezonden, teruggekeerd, en dan...?

Wonen en werken in een ander land, een andere cultuur, doet iets met je.

Kun je na terugkeer in Nederland je weer helemaal geven aan het leven hier? Of blijf je tussen twee werelden leven?

Het zich losmaken uit de ene cultuur en zich vestigen in een andere cultuur wordt in de missionaire psychologie 'het transitieproces' genoemd. Het transitieproces bestaat uit vijf fasen: betrokkenheid, losmaking, overgang, opnieuw beginnen, betrokkenheid. Bij een ongecompliceerd verloop van de transitie ga je netjes door deze vijf fasen heen. Het is dan, inclusief alle verwarring en chaos, een **normaal** proces. Als er echter in een van deze fasen iets misgaat, heeft dat invloed op alle volgende fasen. Het is dan moeilijker om het punt van betrokkenheid (laatste fase) te bereiken en je weer helemaal te geven aan het leven hier.

Betrokkenheid

Je woont een aantal jaar in het gastland. Je hoort erbij. Je bent toegewijd aan de mensen, je werk, je gezin, de kerk. Je ervaart een bepaalde mate van intimiteit, nabijheid, veiligheid, bevestiging. Je weet je geroepen door God.

Dit is het 'ideale plaatje'. Maar er kan ook, in deze fase al, het een en ander misgaan, dat zijn schaduw vooruitwerpt op volgende fasen. Je ervaart bijvoorbeeld helemaal geen betrokkenheid. Als dit zo is, kan het losmaken, en uiteindelijk het weer volop in Nederland bij alles betrokken raken, meer moeite kosten.

Losmaken

In de losmakingsfase zijn er afscheidsfeestjes, met veel aandacht en erkenning. Tegelijk ben je volop bezig met het overdragen of afronden van je werk. Je voelt je verdrietig over wat en wie je moet achterlaten.

Misnoegd over dat wat je graag had willen doen en niet gelukt is. Schuldig dat je mensen met zoveel nood achterlaat. Je twijfelt over wat God verder met je wil, of je roeping nu afgelopen is.

Dit is allemaal normaal en het beste kun je deze gevoelens erkennen en doorleven. Dat is extra moeilijk als er bijvoorbeeld onopgelost conflicten zijn, als je niks bereikt lijkt te hebben, of bij een evacuatie.

En als je probeert het afscheid nemen en losmaken over te slaan, kunnen de niet doorleefde pijn en het verdriet je later danig in de weg gaan zitten.

Overgang

Na een korte euforie betekent het in Nederland terug zijn voor velen aanvankelijk: geen status, geen werk, geen vaste woonplek, en heel druk met van alles dat geregeld moet worden. Gevoelens van chaos, verwarring, verlatenheid en vervreemding steken de kop op. Mensen om je heen vinden dat je nu maar weer 'gewoon' in Nederland verder moet leven. En dat zou je zelf ook wel willen. Maar hoe doe je dat?? De heftigheid waarmee verschilt, maar niemand ontkomt aan deze fase.

Opnieuw beginnen

Opnieuw beginnen komt meestal aan de orde als je weer werk hebt, een permanente woonplek, een kerkelijke gemeente, en de kinderen naar school gaan. Je kunt je dan nog wel heel kwetsbaar voelen. Ook kun je nog lange tijd het gevoel houden een observator te zijn van wat zich voor je ogen afspeelt, zonder er echt deel van te zijn.

In deze fase is het goed om vooruit te kijken, maar ook om af en toe nog eens achteruit te kijken. Achteruit kijkend kun je je dan afvragen of er nog dingen zijn waar je iets mee moet: weggestopt verdriet, een onopgelost conflict, wrevel, onuitgesproken verwijten, schuldgevoelens, geloofstwijfels. Naarmate je deze dingen kunt verwerken, komt er ook meer ruimte om te kijken naar wat je mee wilt nemen van je uitzendperiode op de weg vooruit: begrip voor de vreemdeling, gastvrijheid, tijd en aandacht voor relaties, tijd voor ontspanning en rust, respect voor ouderen, oog voor de natuur en het milieu, een veranderde relatie met God, mooie herinneringen, bevrijding van een aantal illusies, een meer reële kijk op jezelf, oog voor je eigen onvolmaaktheid en schaduwkanten. Deze dingen meenemen gaat niet vanzelf. Je moet er vaak mee tegen de stroom oproeien. Het is dus zaak er bewust voor te kiezen.

Betrokkenheid

Ik begon met de vraag of je na een uitzending weer volop betrokken kunt zijn bij het leven hier.

Ik denk dat het kan, als je het transitieproces goed doorloopt, en niet belemmerd wordt door onopgeloste kwesties uit eerdere fasen. En als je er voor kiest om weer betrokken te raken.

Wat niet kan is de draad oppakken bij waar je gebleven was voor je uitzending. Tijdens je afwezigheid is in Nederland veel veranderd. Maar nog veel meer ben jij veranderd. Wat ook lang niet altijd kan is Nederland aanpassen aan jou.

Wat wel kan is, dat wat je leven verrijkt heeft meenemen, en dat integreren in het leven hier en nu. Dan hoor je er wellicht niet meer bij op dezelfde manier als voorheen, maar hoor je wel bij al die onvolmaakte mensen, ook in Nederland, die door God geliefd worden. Dan kies je misschien meer voor toewijding aan mensen dan aan taken en zaken. Dan kan het zijn dat je intimiteit niet meer ervaart met dezelfde mensen als voorheen, maar wel met anderen aan wie je je geeft. Dan kun je opnieuw bevestigd worden in het vertrouwen dat je er mag zijn zoals God je heeft gemaakt en gevormd, ook door de jaren in het gastland, en dat Hij je roept mens te zijn op de plek waar je nu bent.

Dit artikel geeft de hoofdlijnen weer van een inleiding voor de reünie van oud uitgezonden medewerkers van Kerkinactie en de Gereformeerde Zendingsbond zaterdag 7 oktober 2006 in Utrecht door Corry Nap-van Dalen. Zij woonde met haar gezin twaalf jaar in Nepal, keerde in 1993 naar Nederland terug en werkt nu als psycholoog bij het Instituut voor Transculturele en Missionaire Psychologie (www.itmp.nl)

[ITMP heet tegenwoordig InTransit, zie www.intransit.nl]