

## FORUM

OVER HET VOORKOMEN EN VOORKOMEN ERVAN

# GRENSOVERSCHRIJDEND GEDRAG DOOR OPLEIDERS EN TRAINERS

Het begint steeds meer door te dringen in het collectieve bewustzijn dat (seksueel) grensoverschrijdend gedrag in iedere organisatie kan voorkomen en lastig is te voorkomen. Ook in opleidingen en trainingen voor volwassenen, van (bij)scholingen voor therapeuten tot bedrijfstrainingen, raken mensen beschadigd door grensoverschrijdend gedrag. Nadat Karen Walthuis zelf een ontluisterende ervaring had tijdens een bijscholing, plaatste zij hierover een post op LinkedIn. Daar kwamen zoveel reacties op, dat zij besloot nader onderzoek te doen. De daaruit verkregen inzichten heeft ze verwerkt in haar nieuwe boek.<sup>1</sup> Daarin en in deze forumbijdrage pleit zij voor meer professionele empathie, zelfreflectie en kennis van relationele dynamieken bij opleiders en trainers.



1 Walthuis, K.A. (2022). *Relationele verleidingen: empathisch begeleiden van groepen*. Uitgeverij Kloosterhof.

**D**at grensoverschrijdend gedrag ook, of misschien wel juist, in trainingen en opleidingen voorkomt, is wellicht niet verwonderlijk. Mensen begeleiden bij hun ontwikkeling is immers mensenwerk en het persoonlijke contact is een belangrijk instrument. De cursisten of deelnemers dienen zich kwetsbaar op te stellen en zich te openen voor de invloed van de opleider of trainer om tot de gewenste ontwikkeling te komen. Dat geeft de trainer macht. De kunst van het trainersvak is dan ook om hier zorgvuldig en integer mee om te gaan. Hoe kunnen we dat doen? Door onze rolmacht te (h)erkennen en in dienst te stellen van de ontwikkeling van mensen in de groep. Door ons als mens gelijkwaardig tot elkaar te verhouden, met inachtneming van de asymmetrie van de functionele relatie. Door oog te hebben voor de (veer)kracht én de kwetsbaarheid van de mensen in de groep. Door ieders autonomie te respecteren en te voorkomen dat deze ondermijnd wordt. En door onze verantwoordelijkheid in de rol van trainer of opleider serieus te nemen, en tegelijkertijd onszelf wat minder.

De mensen die destijds reageerden op mijn verhaal (zie kader) bleken allemaal zelf ook professionele begeleiders te zijn: voornamelijk coaches, trainers en therapeuten, van wie enkelen ook met een academische opleiding tot psycholoog. Dat is op zich niet verwonderlijk, gezien de samen-

stelling van mijn netwerk. De reacties vond ik zorgwekkend en ze wakkerden mijn nieuwsgierigheid aan. Ik ga er vanuit dat trainers en opleiders niet de intentie hebben mensen te beschadigen, maar toch bleek dit meer dan eens het effect van hun handelen te zijn geweest. Ik wilde doorgronden hoe dit kan gebeuren. Om hier achter te komen, heb ik vijftien van de mensen die op mijn bericht hadden gereageerd,

geïnterviewd over hun pijnlijke ervaringen. Later kwamen er nog vijf interviews bij, van mensen die ik over dit project vertelde en die ook dit soort ervaringen bleken te hebben. Er waren enkele verhalen over grensoverschrijdend gedrag van deelnemers richting de trainer en over trainers onderling, maar het grootste deel van de verhalen ging over grensoverschrijdend gedrag van opleiders en trainers jegens een cursist of deelnemer.

#### MEEDOEN OF VERTREKKEN

Aan het begin van de bijscholing voor therapeuten, coaches en trainers kregen we een A4tje met tien regels, waaronder 'Zorg goed voor jezelf en de ander', 'Voelen mag, denken moet' en 'Jij bent verantwoordelijk voor je leerproces'. Het onderwerp van de tweedaagse training was 'relaties'. Ik kreeg door de trainer een man toegewezen die voor deze twee dagen 'mijn partner' zou zijn.

Al bij de eerste oefening voelde het niet helemaal prettig. Toen de trainer aankondigde dat we met onze 'partners' een oefening gingen doen met aanraking op de volledig blote huid, kwam mijn lichaam in opstand. Ik kreeg een barstende hoofdpijn. Ik meldde dit bij de trainer, waarna hij mij voor de keuze stelde: meedoen of vertrekken. Aanvankelijk dacht ik dat dit misschien een bijzondere therapeutische aanpak was. Ik had hier immers te maken met een zeer ervaren opleider van therapeuten, oprichter van een bekend opleidingsinstituut en schrijver van een behoorlijk aantal vakboeken. Ik vroeg mij af of het leerzamer was te blijven of juist te gaan. De gedachte dat het ging om een behoorlijk prijzige training, kwam ook nog even voorbij.

Met veel pijn en moeite heb ik toen geprobeerd om toch mee te doen. Dat was niet heel succesvol, mijn lichaam ging steeds meer stresssignalen afgeven, waarna de cotrainer mij toestond dat ik even tot mijzelf mocht komen op mijn kamer. Later verweet de trainer mij ten overstaan van de hele groep (dertig mensen) dat ik hem het werken onmogelijk had gemaakt door mij niet aan zijn regels te houden. Ik moest beloven dat ik dat vanaf nu wel zou doen. Ik zei dat ik dacht dat ik mij aan zijn regels had gehouden, omdat ik immers verantwoordelijkheid had genomen voor mijn eigen leerproces en had geprobeerd voor mijzelf te zorgen. De trainer ontstak in woede en zei dat ik hem, de cotrainer en de hele groep geweld had aangedaan en stuurde mij alsnog weg.

Even dacht ik dat ik in een programma met de verborgen camera verzeild was geraakt. Er sprong echter geen Ralph Inbar of Jan Smit de kring in. Er was slechts een oorverdovende stilte van dertig mensen die hun adem inhielden, toen ik in totale verwarring opstond om te vertrekken.

### PIJNLIJKE ERVARINGEN

De ervaringen werden getypeerd als pijnlijk, beschadigend en soms (her)traumatiserend. Het beschreven grensoverschrijdende gedrag kende verschillende vormen. Enkele vrouwen vertelden over ongewenste avances en onverwachte intieme aanrakingen door mannelijke opleiders. Er was een vrouw, in diepe rouw vanwege het overlijden van haar kind, die van haar leraar mindfulness aanvaardbaar 'vaderlijke troost' met schijnbaar liefdevolle aandacht en een aai over haar bol kreeg. Het warme contact werd seksueel. Zij moest hem bevredigen en als ze heel goed haar best deed, zou hij haar misschien ook wel laten genieten. Daarnaast kreeg ik verschillende schokkende verhalen over publiekelijke vernederingen te horen.

Een therapeut in opleiding vertelde over een docent die tijdens een demonstratie met een student tegen de groep zei: 'Kom allemaal eens hier om te ruiken, ze stinkt naar zweet, angstzweet.' Een trainer liet een vrouw voor de groep plaatsnemen tijdens een oefening om 'feedback' te leren ontvangen, en gaf zelf het 'goede voorbeeld': 'Wat zullen we eens over jou zeggen... Je bent een soort

heks met die paarse laarzen, zwarte kleding, dat rare haar en arrogante hoofd.'

Een coach in opleiding vertelde over een tirade die de opleider tegen hem afstak, nadat hij voor de groep een oefening had gedaan: 'Wat doe je nu? Dit lijkt nergens op. Je stemt je totaal niet af op je coachee. Je stelt geen open vragen. Je moet veel meer stiltes laten vallen. Je zegt te veel tegelijk.' (De opleider zei dit met een doordringende blik en op strenge toon, waardoor we de optie dat hij het bedoelde als illustratieve imitatie uitsluiten.)

Een trainer reageerde op een casusinbrenger tijdens een incompanytraining met: 'Wie denk je wel dat je bent? Hoezo moet je noemen dat je eerder bij organisatie X hebt gewerkt? Wat is dat voor een ego? Je vindt jezelf zeker heel wat?'

Een vrouw vertelde over haar ervaring in een training persoonlijke ontwikkeling: 'Het was een oefening waarbij je lange tijd in stilte in je eentje op een stoel voor de groep moest zitten. Alleen de trainer mocht wat zeggen. Ik voelde me onzeker, ik zat te schuiven op de stoel en lachte maar wat. De trainer begon

'vragen' op me af te vuren: 'Vind je het grappig? Waarom doe je altijd zo stoer? Je hebt een schild om je heen. Je hebt boosheid in je, waarom laat je die er niet uit?' Hij ging maar door en door en ik voelde me steeds kleiner worden. Ik bevroor en trok uit mijn lijf.'

Wellicht is uw reactie bij het lezen van deze voorbeelden: waarom vertrek je dan niet gewoon, als een opleider of trainer zo vervelend doet? Toen ik anderen over mijn eigen ervaringen vertelde, kreeg ik meer dan eens die 'vraag'. De geïnterviewden hebben geen van allen, ook ik niet, meteen een grens getrokken en hun biezen gepakt. Allen reageerden we in eerste instantie met het automatische 'bevroren' op het moment dat de opleider of trainer over onze grens ging. Dat is op zich niet verwonderlijk. Maar wat maakte dat we ook daarna nog zijn gebleven?

### GELD EN STATUS

Er zat een pittig prijskaartje aan de tweedaagse bijscholing waaraan ik deelnam. Ik vond het zonde dat geld 'weg te gooien' door op de eerste dag te vertrekken. Gelijksortige redenen hoorde ik van de mensen die ik geïnterviewd heb. Naast de hoge kosten van de training, werden ook de door de werkgever verplichte aanwezigheid genoemd als reden om te blijven of de door een branchevereniging vereiste Permanente Educatie (PE)-punten, die zij moesten behalen om hun registratie of accreditatie te verkrijgen of behouden.

Daarnaast speelde de status van de opleider een rol. De geïnterviewden spraken, net als ik, over

#### ADVERTENTIE



Kennis en inspiratie opdoen?

- Slaap en de behandeling van slaapstoornissen bij kinderen en jongeren
- Probleemgedrag in oontext: de rol van de gedragskundige
- Masterclass Dyadic Developmental Psychotherapy (DDP) - Level 1 met Dan Hughes

Bekijk ons hele NIP-geaccrediteerde aanbod op [www.rinogroep.nl/NIPaanbod](http://www.rinogroep.nl/NIPaanbod)

**RINO GROEP**



*Al bij de eerste oefening  
voelde het niet  
helemaal prettig*

ongeloof en twijfel over het gedrag van de trainer, zeker daar waar het opleidingen van gerenommeerde instituten betrof. 'Wie ben ik om te denken dat een trainer van zo'n bekend instituut hier de fout in gaat? Bovendien zei niemand in de groep er iets over. Dus ik dacht dat het dan wel aan mij zou liggen', zei een van de geïnterviewden.

### INTERNE ATTRIBUTIE EN OVERDRACHT

In dat laatste citaat komt naar voren dat de geïnterviewde het bij zichzelf ging zoeken. Ben ik overgevoelig? Waarom grijpt niemand in, ligt het dus aan mij? Wat doe ik waardoor de opleider zich zo naar mij opstelt?

Alle geïnterviewden toonden in hun verhaal een sterke neiging tot intern attribueren: ze zochten de oorzaak van de ontstane situatie en het vervelende gevoel vooral bij zichzelf. Ze reflecteerden lang en

diep op hun eigen gedrag en gevoel. Verschillende geïnterviewden onderzochten in de pijnlijke situatie nadrukkelijk de aard van hun eigen gevoelens, of er soms een oude (in de kindertijd ontstane) pijn geactiveerd was in het contact met de trainer of opleider. Allen kenden het fenomeen 'overdracht', wanneer iemand onbewuste gevoelens voor of verlangens jegens een bepaalde belangrijke persoon in zijn of haar leven bewust ervaart als gevoelens voor een andere persoon.

De jonge vrouw die alleen in stilte voor de groep zat, vertelde dat ze zich weer het gepeste kindje van vroeger voelde, dat door niemand gesteund werd. De coach in opleiding voelde zich als een stout kind dat van de strenge meester een veeg uit de pan kreeg. Ze schreven een deel van de oorzaak van hun nare gevoelens in het contact met de opleider toe aan

de herinnering aan hun eigen pijnlijke jeugdervaringen. Het besef dat je altijd je eigen bagage en mogelijke overdracht meeneemt in het contact, maakte dat de geïnterviewden en ik ons eigen aandeel in de grensoverschrijdende ontmoeting diepgaand onderzocht hebben.

De opleiders/trainers toonden in vrijwel alle gevallen het gedrag dat juist neigde naar het tegenovergestelde, wanneer iemand hen aansprak op het vervelende gevoel na hun 'interventie'. Vaak was er sprake van het zogenoemde therapeutisch terugleggen: 'Wat zegt dat over jou, dat je dit zo voelt?' Een van de opleiders die zijn cursiste voor de groep had afgebrand zei, toen zij hem erop aansprak: 'Zo leer je, want je kunt pas echt iets leren als je het voelt.'

De rode draad in de verhalen is dat de opleiders nauwelijks of geen luisterend oor boden of empathie

## GASLIGHTING

In de film *Gaslight* uit 1944 gaat Paula twijfelen aan zichzelf en haar perceptie van de werkelijkheid als er allerlei zaken gebeuren die haar man ontkent of aan haar toeschrijft. Hij laat dingen verdwijnen, om Paula vervolgens te verwijten dat zij die heeft kwijtgemaakt. Hij laat de lampen (*gaslights*) knipperen en als Paula daar iets over zegt, doet hij het voorkomen alsof dat niet gebeurd is, maar een fantasie van haar is.

Zo is het begrip *gaslighting* ontstaan: een manipulatietechniek waarbij je de ander doet twijfelen aan diens perceptie van de werkelijkheid.

toonden en de verantwoordelijkheid voor het slechte gevoel volledig bij de deelnemer legden. Ik kreeg zelfs het verwijt van de opleider dat ik hém geweld had aangedaan.

### REFLECTIE EN GASLIGHTING

Natuurlijk, het kan bijzonder functioneel zijn om mensen stil te laten staan bij zichzelf, bij hun gedrag, gedachten en gevoelens. Sterker, dat is een belangrijk onderdeel van ieder ontwikkelingsproces. Er is echter een aanzienlijk verschil tussen het beschreven therapeutisch terugleggen en werkelijk iemand begeleiden bij diens reflectie en proces.

‘Therapeutisch terugleggen’ als reactie van een trainer of opleider, nadat die is aangesproken op het effect van zijn of haar eigen gedrag, heeft eerder het karakter van wat wel *gaslighting* (zie kader) wordt genoemd. Er vindt immers een verwarrende omdraaiing van de realiteit plaats. Daarbij is degene die grensoverschrijdend gedrag ervaart, plotseling degene die over zijn of haar eigen gedrag moet nadenken.

Inzicht in het fenomeen *gaslighting* is zinvol als bescherming ertegen. Het is echter niet zo gemakkelijk te ontmaskeren. Degenen die al dan niet bewust *gaslighten*, doen dit vaak op een

intelligente en moeilijk vast te grijpen wijze. Voor je het weet heeft de werkelijkheid ongemerkt een draai van 180 graden gemaakt. Juist deelnemers die geneigd zijn veel over zichzelf na te denken en verantwoordelijkheid te nemen voor (de effecten van) hun eigen gedrag, zijn bevattelijk voor *gaslighting* door trainers. Zo ontstaat er een schadelijke complementaire relationele dynamiek.

### MENSENWERK

Opleiders en trainers zijn ook ‘maar’ mensen en dus feilbaar. Degenen die dit ontkennen en zichzelf als verlichte goeroes of alwetende meesters presenteren, doen bij mij de alarmbelletjes rinkelen. Ik denk hierbij bijvoorbeeld aan de grondlegger van een mooie therapievorm, waarin ik mij wilde gaan scholen. Tijdens een voorbereidende leertherapie meende ze dat ik iets helemaal verkeerd zag en dat ik de werkelijkheid pas helder kon zien als ik net zo bewust zou zijn als zij. Daarvoor zou ik nog heel wat jaren (leer)therapie en opleiding nodig hebben. Toen zij dit tegen mij zei, was ik zelf ruim twintig jaar bezig met mijn eigen bewustwordingsproces en het professioneel begeleiden van anderen bij hun ontwikkeling. Toch deed ze mij even twijfelen aan mijzelf. Gelukkig duurde dat

niet lang en heb ik van verdere opleiding bij haar afgezien.

Net als de mensen in de leergroep nemen trainers persoonlijke bagage en overdracht mee. Door als trainer je eigen triggers, patronen en behoeften te onderzoeken en (h)erkennen, vergroot je jouw eigen vrijheid van handelen. Door veelvuldig te reflecteren, word je een observator van jezelf en daarmee minder een willoos slachtoffer van je eigen programmeringen en begeerten. En dan nog kan het misgaan. Er kan altijd iets onbewust getriggerd worden bij jou of bij een deelnemer, waardoor een pijnlijk treffen ontstaat.

De vraag is dan wat je ermee doet als opleider of trainer. Durf je jezelf kwetsbaar op te stellen en te benoemen dat er iets bij je geraakt is, waardoor jouw reactie wellicht niet echt passend was? Ben je bereid je eigen overdracht, overtuigingen en motieven kritisch te onderzoeken? Heb je de moed om ook achteraf je verantwoordelijkheid te nemen en het gesprek aan te gaan met degene die jouw gedrag als grensoverschrijdend heeft ervaren?

### HELENDE ONTMOETING

De coach in opleiding kreeg gelukkig gehoor bij zijn opleider, toen hij hem vertelde hoe hij zich gevoeld had door de feedbacktirade. De opleider erkende dat het misschien een beetje veel was, dat er wat irritatie van hemzelf was meegekomen in zijn communicatie en bood daarvoor zijn excuses aan. Dit hielp de coach in opleiding bij de verwerking van deze nare ervaring, vertelde hij.

Zelf heb ik na een paar dagen, en nog eens na een jaar, de trainer van de tweedaagse bijscholing benaderd met het voorstel om eens met elkaar te bespreken wat er gebeurd is tussen ons. Helaas heeft hij dit steeds geweigerd. Dat vind ik jammer, want nu voelt het als een niet afgeronde ontmoeting. Soms kan een nieuwe ontmoeting de in een eerdere ontmoeting ontstane wonden helen. Tenminste, als beiden bereid en in staat zijn om zich naar elkaars beleving open te stellen, echt te luisteren naar elkaar.

Wanneer een trainer of opleider zich niet empathisch opstelt en de verantwoordelijkheid voor het contact vrijwel geheel bij de deelnemer legt, vormt dat een risico voor het ontstaan van grensoverschrijdend gedrag. Zeker wanneer de deelnemer of cursist geneigd is tot het tegengestelde ofwel complementaire gedrag. Daarin speelt ook nog iets wat je een empathische paradox zou kunnen noemen een rol. Voor een persoon met weinig empathie is het moeilijk zich te verplaatsen in de belevingswereld van een ander. Voor een sterk empathisch persoon blijkt het echter ook moeilijk zich voor te stellen dat een ander helemaal niet empathisch is. Dit kwam naar voren uit diverse verhalen van de geïnterviewden en uit mijn eigen verhaal. Ik hoopte tevergeefs op enige empathie van de trainer en dacht dat ik zijn handelen verkeerd interpreteerde, omdat ik mij niet voor kon stellen dat een opleider van therapeuten zich zo non-empathisch op kon stellen. Dit maakte de geïnterviewden en

mijzelf – allen empathisch ingestelde mensen, bleek uit de gesprekken – kwetsbaar in contact met de trainers die geen empathie toonden.

Het is dan ook van belang dat iedere opleider of trainer zich hiervan bewust is en zijn of haar vermogen tot empathie en zelfreflectie ontwikkelt. *Pouvoir oblige*: de rolmacht van de trainer of opleider gaat gepaard met de verantwoordelijk er zorgvuldig mee om te gaan. Dat vergt inlevingsvermogen. Indien een opleider of trainer hiertoe niet geneigd is, bijvoorbeeld omdat die een behoorlijk narcistische inslag heeft, verdient het aanbeveling compensatie ervan te organiseren. Dit kan bijvoorbeeld door samen te werken met een trainer met een sterke neiging tot empathie. Dan is het wel zaak dat de weinig empathische trainer zich laat aanvullen en begrenzen door zijn of haar meer empathische collega.

We kunnen ons ook afvragen of mensen met weinig tot geen neiging tot het betrachten van empathie, compassie en zelfreflectie wel geschikt zijn om training of opleiding te geven, in het bijzonder aan professionele begeleiders als coaches, therapeuten en trainers. Enerzijds vanwege de grote kans op beschadigend grensoverschrijdend gedrag. Anderzijds omdat je als opleider van professionele begeleiders een permanent voorbeeld bent voor de

mensen in de groep. Via je eigen handelen als opleider draag je impliciet jouw werkwijze over. Een grensoverschrijdende opleider geeft de boodschap door dat dit normaal gedrag is voor een professionele begeleider. Daarmee verspreidt het effect van zijn of haar gedrag zich vele malen verder dan de deelnemer of cursist die er persoonlijk door geraakt is.

Tot slot een positieve noot. Vrijwel alle geïnterviewden, en ook ikzelf, hebben uiteindelijk veel van de nare ervaring geleerd. Dat ging echter niet zonder slag of stoot, bij geen van allen. Menige intervisie-, therapie- coaching- of supervisiesessie is eraan gewijd. Een geïnterviewde zei letterlijk: 'Ik heb gedurende alle jaren van mijn beroepsopleiding zelf externe therapeutische begeleiding nodig gehad om de vernederingen van de opleiders te kunnen doorstaan en verwerken.'

Dus ja, van iedere ervaring kunnen we leren, maar is het dan dankzij of ondanks de opleider?

#### OVER DE AUTEUR

Karen Walthuis is algemeen psycholoog en expert in de begeleidingsrelatie. Ze geeft coaching, training en supervisie aan professionele begeleiders. Eerder deed zij wetenschappelijk onderzoek naar de coachingsrelatie. E-mail: karen@karenwalthuis.nl.



#### REAGEREN?

Reageren kan via Twitter (@RedactieDP) of op [www.tijdschriftdepsycholoog.nl/contact/](http://www.tijdschriftdepsycholoog.nl/contact/).