



Geuk Schuur: 'Agressie is natuurlijke reactie op ergernis.'

© JOS SCHURMAN

Oud-Winschoter Geuk Schuur noemt zich geweldsdeskundige

De geestelijke gezondheidszorg heeft de oud-Winschoter andragoog Geuk Schuur van jongs af aan geboeid. Dat vertelt hij in zijn sfeervolle werkkamer aan de Helperoostsingel in Groningen, zijn huidige woonplaats. "De basis daarvoor werd thuis, in mijn kinderjaren, gelegd. Mijn ouders waren beiden sociaal zeer bewogen. Door hun humanitaire zorg ben ik kennelijk aangestoken."

De 56-jarige Schuur begon zijn carrière als creatief therapeut bij de psychiatrische inrichting Groot Bronswijk in Wageningen. Na een soortgelijke periode in Schotland specialiseerde hij zich in het hoe-en-waarom van agressief-gewelddadig gedrag en het omgaan daarmee. Schuur verzorgt cursussen, trainingen en symposia op dit terrein. Daarnaast ontwikkelde hij een methode voor hulpverleners, om zo geweldloos mogelijk

met de agressie van hun cliënten om te gaan. Over dit vakgebied schreef hij ook een aantal standaardwerkjes. Het boekje 'Ik erger me blauw', dat Schuur enkele jaren geleden samen met zijn collega Anne Gispén uitgaf, gaat in meer algemene zin in op de thema's agressie en geweld, waarmee we bijna dagelijks worden geconfronteerd.

Positieve energie

"Voor veel mensen is de eigen agressie een probleem, vaak zelfs een last," constateert Schuur daarin. "De daaruit voortvloeiende gevolgen maken het meestal nog erger. Doel van het boekje is, de lezer aan de hand van vragen en opdrachten beter met de eigen agressie, boosheid en ergernissen te leren omgaan. Met als doel die agressie in positieve energie om te zetten." De auteurs gaan uit van de stelling, dat agressie kan wor-

den beschouwd als een natuurlijke reactie op ergernis. Schuur: "Voor veel mensen heeft agressie een negatieve klank, er rust zelfs bijna een taboe op. Je merkt dat bijvoorbeeld heel vaak bij rouwprocessen. Je móet verdriet hebben. Dús rouwen. Maar in dat verdriet zit vaak ook boosheid. Je voelt je in de steek gelaten. Of je ervaart machteloze woede omdat je niets meer kunt doen."

Angst is volgens het boekje 'Ik erger me blauw' de overwegende grondslag van agressie. Schuur: "Sommige angsten zijn goed en belangrijk. Als we ze niet hadden, zouden we ons in gevaarlijke situaties kunnen storten. Agressie op zich is ook niet het probleem. Het ligt er maar aan, hoe je er mee omgaat. Positief of gewelddadig. Maar je kunt jezelf trainen in het positief omgaan met de eigen agressie."

Nv4N 17-6-99