

Op ontdekkingsreis naar Santiago

De camino als groeimethode

Als pelgrim verwerf je onder meer vertrouwen in jezelf en anderen. Na je tocht ben je zelfstandiger, minder bang om hulp te vragen, bereid om meer van jezelf te laten zien. Misschien is daarom de tocht ook zo geschikt voor jongeren die een zetje in het leven nodig hebben.

'Zelfvertrouwen krijgen en niet afstandelijk zijn', 'rust in het hoofd en de communicatie verbeteren', 'grenzen verleggen in emotie en conditie', 'nadenken over verleden en toekomst', 'mezelf ontdekken', 'het avontuur aandurven': het zijn maar enkele van de motivaties die jongeren van de Rotterdamse jeugdzorgorganisatie TriviumLindenhof schreven in hun aanmeldingsbrief voor een negendaagse ontdekkingsreis van Sarria

naar Santiago de Compostela. Uiteindelijk werden acht jongeren van zestien tot twintig jaar geselecteerd. TriviumLindenhof werkte samen met Stichting De Gele Pijl en de reis kwam tot stand met een bijdrage van Stichting Pelgrimsvrienden van Sint Jacob.

Vuurdoop

De deelnemers kregen opdracht een persoonlijke coachvraag te bedenken die ze tijdens de tocht wilden uitwerken. Zo wilde Kim zijn gedachten op orde krijgen en weer met beide benen op de grond komen. Andere vragen waren: Waar sta ik? Waar ben ik naar onderweg? Waar loop ik warm voor? Waar loop ik tegenaan? Wie ben ik? Wat wordt mijn eerstvolgende stap?

Het doel was om de jongeren de weg naar zichzelf te laten vinden en een kansrijke stap te laten zetten naar de toekomst. Ze moesten allerlei praktische zaken zelf regelen en het was natuurlijk noodzakelijk om voldoende te trainen. De vuurdoop was de dag dat ze bij Outdoor XL in Barendrecht wandelschoenen kochten en direct op hun nieuwe schoenen en met volle bepakking twintig kilometer liepen naar het Albert Schweitzer Ziekenhuis in Zwijndrecht. In dit vroegere Jacobus Ziekenhuis kregen zij de eerste stempel in hun pelgrimspaspoort. De reis was begonnen!

Beren op de weg

Op 25 april 2014 vlogen de acht jongeren en hun vier begeleiders naar La Coruna; vandaaruit ging het met een bus naar Sarria: de startplaats voor hun 100 kilometer naar Santiago. Ze kregen een houten pijl mee die ze aan hun rugzak bevestigden. Met deze pijl

De vlag die een prachtig symbool voor de groep werd.

Foto: Ben Noorloos





Pijlen aan de rugzak om 'beren' mee te schieten.

Foto: Kim

'Het avontuur aandurven'

konden ze 'beren' schieten: de persoonlijke hindernissen die ze onderweg tegenkwamen konden op de pijl worden geschreven. Andere pelgrims waren nieuwsgierig naar die pijlen en dat zorgde voor boeiende gesprekken. Zoals dat gaat op de camino deed het verhaal van hun aanwezigheid al snel de ronde. Ook toen de groep Santiago inliep bleef dit niet onopgemerkt. Er ging een vlag mee van TriviumLindenhof. Deze werd om de beurt door een van de jongeren gedragen. Begeleidster Nienke Drenkelford: "s Avonds schreef iedereen één woord op de vlag. Die is zo een prachtig symbool voor de groep geworden."

Zingen en dansen

Fysiek en mentaal werd het een zware tocht. Nienke: 'Alles was intens, het contact dat we met elkaar hadden, de lol die we maakten, de energie in de groep, emoties die werden geuit, verdiepende opdrachten die ze groepsgewijs of individueel deden, en niet te vergeten het wandelen zelf dat veel van iedereen vergde.' Kim verwoordt het zo: 'De sfeer onderweg was vrij goed: overwegend gezellig en leuk. Soms waren er natuurlijk irritaties, maar die trokken vanzelf weer weg! Aan het begin was het lopen heel zwaar en de meesten van ons hebben dan ook twee dagen zonder rugzak gelopen. Ondanks dat was de tocht

Stichting De Gele Pijl is organisator van de 'Santiago Uitdaging' voor jongerenorganisaties. Geïnspireerd door mindfulness, neurolingvistisch programmeren en pelgrimeren neemt De Gele Pijl jongeren 'kansrijk mee op pad'. Met hun eigen rugzak op, met ervaringsgerichte oefeningen en opdrachten, reflectiemomenten, en coaching en training onderweg staan de deelnemers lopend stil bij hun levensthema's. Voor meer informatie: Gelepijl.nl.

mooi en vooral rustgevend. Santiago binnenlopen was absoluut een hoogtepunt.' Een ander hoogtepunt voor Kim was de tweede dag. 'We waren allemaal al doodop en moesten een behoorlijk hoge heuvel oplopen. Toen we boven waren, moesten we achterom kijken. "Dit hebben jullie gedaan," werd er gezegd. Waar de een dan gewoon een weg ziet, ziet een ander echt zijn hele leven achter zich liggen. Op dat moment viel ik ook wel even stil. Om op zo'n mooie manier door te krijgen wat je allemaal hebt bereikt, daar zijn gewoon bijna geen woorden voor.' Gedurende de reis groeide de groep steeds meer naar elkaar toe. De jongeren hielpen elkaar als het moeizaam ging, ze zongen strijdlieden en soms dansten ze zelfs op de weg!

Succeservaring

Kim denkt dat hij zijn persoonlijke doel heeft behaald. Hij vindt dat hij een stuk rustiger is geworden in zijn hoofd. Volgens hem heeft dat nog altijd invloed op de keuzes die hij maakt: 'Voordat ik naar Spanje ging, deed ik altijd mijn best om alle mensen om me heen tevreden te houden. Ik denk dat ik nu meer voor mezelf aan het kiezen ben.' Hij is blij dat hij de reis gemaakt heeft en is zeker van plan om de tocht later nog eens te doen. Begeleidster Nienke concludeert: 'Deze jongeren hebben niet alleen letterlijk een stap gezet op een nieuw pad in hun leven. Ze hebben nu ook een persoonlijke succeservaring. Er is tijdens de tocht een zaadje geplant.' 🌱

Auteur Ben Noorloos is verbonden aan De Gele Pijl. Met dank aan Kim, Nienke Drenkelford en John van der Sluis (De Gele Pijl).

Een filmimpresie van de tocht is te vinden op YouTube via de zoekwoorden 'TriviumLindenhof' en 'Santiago'.

Jeugdzorgorganisatie TriviumLindenhof in Rotterdam en Zuid-Holland-Zuid biedt specialistische jeugd- en opvoedhulp aan kinderen, jongeren en hun ouders als opgroeien en opvoeden niet meer vanzelf gaan. Er werken verspreid over 70 locaties 750 medewerkers die ambulante hulpverlening, dagbehandeling, 24-uurs zorg en crisisopvang bieden aan ongeveer 2500 cliënten per jaar.