

OEFENRUIMTE

GESPREKSHANDLEIDING



THEMA 1:

PASTORAAT EN HULPVERLENING

Introductie

Deze gesprekshandleiding is voor ieder die de videocursus wil doorlopen in groepsverband - in een gemeente, met een pastoraal team of op een toerustingsavond/-dag - en biedt een programma met opdrachten, gespreksvragen en reflectievragen bij de video's. Ook vind je praktische suggesties voor de voorbereiding en invulling van de toerusting.

Het eerste thema van de cursus behandelt algemene aspecten van pastoraat bij psychische problemen en sluit aan bij hoofdstuk 1, 17 en 18 uit het *Handboek Pastoraat bij psychische problemen*. Wat is jouw rol als pastor? Hoe zoek je samenwerking met de hulpverlening? Wat is een goede basishouding? En hoe bid je? Deze vragen komen aan bod in drie verschillende video's. De 1^e video is een introductie op de cursus en nodigt uit om na te denken hoe welkom mensen met een psychische aandoening zijn in jouw gemeente. De 2^e video gaat in op pastoraat en hulpverlening aan de hand van een casus, waarover de groep in gesprek kan gaan. De 3^e video bestaat uit twee rollenspellen, een pastorale situatie wordt nagespeeld. Bespreek dit rollenspel en oefen daarnaast zelf met je pastorale vaardigheden. Daarnaast biedt deze gesprekshandleiding bij elke video extra reflectievragen om in de groep te bespreken of individueel te beantwoorden na afloop van de avond.

Praktische informatie

- Benodigde tijd: 90-120 minuten.
Dit thema bevat 2 video's met een totale duur van 35 minuten. Plan daarnaast ongeveer een uur in voor bespreking en opdrachten in groepjes. Het is ook mogelijk om meer of minder tijd te besteden aan de bespreking, maak dan keuzes in je programma.
- Benodigd materiaal:
 - o Introductievideo (www.wwig.nl/pastoraatenpsychologie)
 - o Video 1: Pastoraat en hulpverlening (www.wwig.nl/les/pastoraatenhulpverlening)
 - o Beamer en geluid
 - o Geprinte bijlages
 - o Pen en papier voor deelnemers

Algemene handreikingen

- Instrueer de deelnemers vooraf tot het lezen van de hoofdstukken 1, 17 en 18 uit het '*Handboek pastoraat bij psychische problemen*'.
- Zorg voor een goede internetverbinding om de video's te bekijken.
- Stel een leider van de avond aan, die de programmaonderdelen aankondigt, overlegt met de persoon achter de beamer, de sfeer bewaakt en bij de groepjes langsgaat.
- Bedenk vooraf hoe je de groepen wilt indelen: deel je in of laat je het vanzelf gebeuren? Wil je een goede verdeling man en vrouw, ambtsdrager of pastoraal medewerker? Maak groepjes van 3-4 personen. Wanneer de groepen groter zijn, stel dan per groep een gespreksleider aan. Wanneer de groepsleden elkaar niet kennen, overweeg dan een korte kennismaking a.d.h.v. de vraag: wat brengt je hier?
- Neem voor de bespreking in groepjes telkens 10 minuten, tenzij anders aangegeven in het programma.

Praktische suggesties

- Stuur een bevestigingsmail vooraf. Geef aan waar en hoe je laat men verwacht wordt en welke voorbereiding voor de avond gewenst is (lezen van hoofdstukken uit het '*Handboek pastoraat bij psychische problemen*' en evt. bekijken van de introductievideo: wwjg.nl/pastoraatenpsychologie)
- Check vooraf de werking van geluid en beeld. Zorg eventueel voor een extra microfoon waarmee de deelnemers vragen kunnen stellen.
- Introduceer de leider van avond en geef een overzicht van het programma.
- Zorg zo nodig voor naamkaartjes of ruim tijd in voor een korte kennismaking van de groepsleden.
- Bewaak per onderdeel de tijd zodat alle programmaonderdelen aan bod kunnen komen.
- Verwijs bij het afsluiten van de avond naar de verdiepende stof, de beschikbaarheid van reflectievragen en het webinar van 7 april 2022.

Programma

Hieronder vind je een programma voor de toerustingsdag/-avond. Je kunt hierin natuurlijk zelf keuzes maken als het gaat om lengte van de bespreking, afhankelijk van de tijd en de groep die je hebt. Het is bijvoorbeeld mogelijk om extra reflectievragen uit bijlage 2 op te nemen in het programma (deze zijn niet meegenomen in de aangegeven tijd voor de bespreking). De aangegeven stops voor de video's zijn noodzakelijk voor de bespreekvolgorde.

Opening (10 min)

- **Bijbellezing:** 1 Korinthe 12: 12-27

Introductie (5 min)

- ▶ Bekijk de introductievideo
- Je kunt er ook voor kiezen deze video als voorbereidingsmateriaal mee te sturen.
- Maak de deelnemers attent op de reflectievragen bij deze video.
- ☞ Optioneel: Kies 1 of meerdere reflectievragen uit bijlage 2 en overdenk deze kort in groepsverband

Video + bespreking (34 min video + 65 min bespreking)

Pastoraat en hulpverlening

- ▶ Start video 1: pastoraat en hulpverlening.
Bekijk de eerste minuut van de video, waarin je een casus hoort.
Stop de video op 1:10 voor een kort reflectiemoment.
- ☞ Bespreek in groepjes of laat de deelnemers voor zichzelf opschrijven:
Wat gebeurt hier?
Neem hiervoor maximaal 10 minuten.
- ▶ Kijk de video nu verder, waarin Ewoud de Jong uitlegt wat het doel is van psychosociale hulpverlening en Egbert Brink ingaat op de eigen taak van het pastoraat en de samenwerking met de hulpverlening.
Stop na de bijdrage van Egbert Brink, bij 15:51.
- ☞ Bespreek de casus van het begin opnieuw in je groepje of wissel uit met je buurman/buurvrouw.
Kijk je nu anders tegen de casus aan? Neem hiervoor maximaal 10 minuten

Bidden bij psychische problemen

- ▶ Bekijk nu het volgende deel van de video over bidden, waarin Hanneke Schaap ingaat op de casus.
Stop de video op 19:45.

☞ Laat nu iedereen in eigen woorden opschrijven wat *de taak van het pastoraat* is. Wanneer er tijd genoeg is, laat ze dit vervolgens ook toepassen op hun eigen praktijk: wat is *jouw* taak?

☞ Optioneel: reflectievragen (bijlage 2)

Rollenspellen

▶ Bekijk het laatste deel van de video: rollenspellen.
Stop de video na het eerste rollenspel, op 5:30.

☞ Bespreek in groepjes: *wat gaat hier niet goed?*
Neem hiervoor 5-10 minuten.

▶ Bekijk nu het volgende rollenspel en de reflectie van Egbert Brink daarop.

☞ Na deze situaties te hebben bekeken, is het tijd om zelf te gaan oefenen met het pastorale gesprek. Vorm groepjes van drie personen en laat elk groepje de rollen verdelen:

- Pastoant: hij/zij verzint een psychisch probleem of een geloofsworsteling
- Pastor: hij/zij probeert in het gesprek te achterhalen wat er aan de hand is
- Observant: hij/zij luistert mee en geeft na afloop feedback: Wat zag je? Welke gesprekstechnieken herkende je wel/niet? Werd er goed geluisterd? Dorgevraagd? Werden signalen opgepikt?

Neem 5 minuten voor het gesprek en 5 minuten voor de feedback en bespreking. Wissel vervolgens de rollen af. Doe dit 3x, zodat iedereen met elke rol geoefend heeft. Deze oefening neemt in zijn geheel een half uur in beslag.

☞ Optioneel: reflectievragen (bijlage 2)

Afsluiting (5 min)

- Attendeer de deelnemers op de reflectievragen en het verdiepend materiaal bij deze les.
- Wanneer de les vervolgd wordt met andere lessen uit deze cursus, wijs hen dan op het lezen van de hoofdstukken ter voorbereiding.
- Zijn er vragen overgebleven? Verwijs dan naar het webinar op 7 april 2022. Deelnemers kunnen vooraf vragen insturen.
- Sluit af met gebed.

Bijlage 1: Casus

Anna (35) heeft last van religieuze dwang: ze heeft allerlei godslasterlijke gedachten. Dat probeert ze op te lossen door eindeloos het Onze Vader te bidden. 'Alles in mij vloekt', zegt Anna, 'ik word er verdrietig van want ik wil het helemaal niet. Ik doe God tekort; Hij is vast boos op me.' Anna's hulpverlener wijst haar erop dat het slechts dwanggedachten zijn. Ze mag stoppen om het 'goed te maken' door het Onze Vader te bidden. Echter, het pastoraat uit Anna's kerkelijke gemeente drukt haar op het hart om 'deze zonden' vooral te belijden. Met hen bidt Anna veel om vergeving, en bevrijding van het kwaad in haar.

Bijlage 2: Reflectievragen

Bij de introductievideo

Reflectievraag 1

'Psychische klachten gaan vaak gepaard met minderwaardige gevoelens, met gevoelens van afwijzing, falen, schaamte en schuld. Die gevoelens kunnen ontstaan kunnen zijn door negatieve ervaringen met anderen, en kunnen ook zomaar doorwerken in relatie tot God, waardoor de relatie met God net zo ingewikkeld of zelfs negatief ervaren wordt als de manier waarop iemand zich verhoudt tot zichzelf en anderen.'

- Komt je een voorbeeld voor de geest uit je eigen pastorale praktijk of je eigen ervaring? Heb je weleens iemand ontmoet voor wie dit gold?
- Neem iemand met psychische problematiek in gedachten met wie je momenteel in contact bent. Kun je je voorstellen dat in zijn of haar situatie het bovenstaande speelt? Zou je hypothesen kunnen formuleren hierover? 'Het zou best kunnen dat....' (voor alle duidelijkheid: het zou ook anders kunnen zijn! Hypothesen zijn er niet om voetstoots aan te nemen, maar kunnen je wel helpen om gerichte vragen te stellen.)

Reflectievraag 2: meerkeuzevraag

'Veel mensen met psychische klachten voelen zich -verdrietig genoeg - binnen hun kerk of gemeente eenzaam, niet begrepen of soms zelfs gestigmatiseerd.'

- A. dit herken ik helemaal niet in mijn eigen gemeente
- B. voor sommige situaties geldt het wel, voor andere niet
- C. ik ben bang dat het in onze gemeente vaker wel dan niet het geval is

Reflectievraag 3: voor groepen

Spreek met anderen door over je antwoord. Als jij antwoord A hebt en anderen niet, hoe zou dat kunnen komen? Bij antwoord B en C: hoe zou er op dit punt meer openheid, vertrouwen en verbinding kunnen komen in de gemeente? Brainstorm met elkaar over welke concrete stappen mogelijk zouden zijn.

Bij video 1: pastoraat en hulpverlening

Wat is pastoraat?

Reflectievraag 1

‘Pastoraat betekent Jezus navolgen in de manier waarop Hij met mensen omgaat. Zijn diepste drijfveer is bewogenheid’

- a) Waarin zie jij Jezus Zijn bewogenheid tot uiting komen?
- b) Hoe kun jij Zijn bewogenheid navolgen in jouw pastorale handelen?

Reflectievraag 2

‘Een psychosociale behandeling is vaak tijdelijk. In het pastoraat kun je soms jarenlang met mensen blijven optrekken. Niet dat dit altijd even intensief hoeft, maar investeren in trouw is belangrijk.’

- a) Hoe lang trek jij meestal op met je pastoranten? Geef je daarbij ook een grens aan qua termijn? Of houd je liever een open einde?
- b) Hoe kun je je kerkelijke gemeente betrekken bij het continueren van de zorg voor je pastoranten?

Pastoraat en hulpverlening

Reflectievraag 3

‘Egbert geeft verschillende adviezen wat te doen (of juist niet) wanneer je vermoedt dat psychische problematiek speelt.’

- a) Wat doe jij als je een vermoeden hebt van psychische problemen?
- b) Wat zou je na het kijken van deze video, anders doen dan voorheen?

Reflectievraag 4

‘Als eenmaal de behandeling is gestart betekent dit zeker niet dat het pastoraat ophoudt. Integendeel, het is juist belangrijk om gelijk op te trekken, betrokken te blijven, zonder je op het sociaal-psychisch terrein te begeven’.

- a) Wat zie jij als het pastoraal eigene ten opzichte van de overige hulpverlening?
- b) Hoe kun jij als pastor samenwerking zoeken met de hulpverlening?
- c) Heb je zelf ervaring met die samenwerking en kun je daarvan iets delen?

Bidden in het pastoraat

Reflectievraag 5

‘Hoe bid je precies in een concrete situatie van psychisch lijden? Dat is niet om het even, dat zegt ook iets over de manier waarop je de ander ziet, en hoe je de ander ziet in relatie tot God.’

Denk eens na hoe jij bidt met mensen met psychische problemen. Wat zegt dat over de manier waarop je hen ziet, en hoe je hen ziet in relatie tot God?

Reflectievraag 6

In de video werd verwezen naar 1 Joh. 3: 20 en psalm 103. Zijn er andere Bijbelgedeelten die jij graag met Anna zou willen delen?

Reflectievraag 7

In de context van psychische ziekte spelen op psychologisch en op theologisch niveau allerlei factoren een rol; er is altijd sprake van complexiteit. Een paar voorbeelden:

- Als het gaat om het ontstaan en voortduren van psychische klachten, is er vaak sprake van een interactie tussen persoonlijke (genetische) aanleg en omgeving. Je kunt bijvoorbeeld van je ouder een gevoeligheid voor depressie erven.
- Er is ook sprake van een interactie tussen voorgeschiedenis en concrete situaties. Wanneer het in je jeugd bijvoorbeeld op veel manieren moeizaam is geweest, kan het verliezen van werk ertoe leiden dat je gaat drinken en alcoholverslaafd raakt.
- Gebrokenheid, schuld en gevangenschap kunnen in verschillende generaties een rol spelen. Psychische problemen bij ouders (waar zij ook niet om hebben gevraagd) kunnen ertoe leiden dat zij fouten maken naar hun kinderen toe die schade tot gevolg hebben.

Neem een situatie in gedachten waarin je genoemde complexiteit herkent en doordenk wat dat betekent voor het spreken over gebrokenheid, schuld en gevangenschap. Hoe zou je dit in gebed tot God kunnen brengen?

Reflectievraag 8

‘Een dwangstoornis (of een angststoornis of een depressieve stoornis of welke stoornis dan ook) is in de eerste plaats een psychische aandoening, niet een theologisch probleem.’

In hoeverre ben je het eens met deze uitspraak?

Rollenspellen

Reflectievraag 9

Egbert noemt een aantal valkuilen voor een pastoraal gesprek: ongevraagd advies en discussie.

- a. Heb jij ooit een ongevraagd advies gegeven? Hoe reageerde de pastorant daarop?
- b. In welke situatie is het denkbaar dat een ongevraagd advies toch nuttig kan zijn?
- c. Heb je ervaring met discussie in een pastoraal gesprek? Wat doet/deed dat met het gesprek?
- d. Hoe kun je discussies voorkomen en uit de weggaan?

Reflectievraag 10

Hoe/met welke vragen kun je verbinding zoeken op ervaringsniveau?

Bijlage 3: Materiaal ter verdieping

Video/audio

- Theologie Podcast aflevering 5: Psychische problemen in het pastoraat, met Hanneke Schaap
<https://www.theologie.nl/de-theologie-podcast/>
- Videocursus Geloof en Psychologie: videolessen + suggesties voor verdieping
<https://www.weetwatjegeloof.nl/cursus/geloof-en-psychologie/>

Literatuur

- Referaat conferentie COGG: *Pastoraat en hulpverlening. Theologische bezinning op de verhouding pastoraat en hulpverlening*
<http://cogg.nl/wp-content/uploads/2019/02/2016-conferentie-referaat-pastoraat-hulpverlening-2.pdf>
- Lezing Egbert Brink, gehouden op het afscheidssymposium van Henk Geertsema: verhalen van pijn en ontmoeting, 27 november 2020: *Dubbel Luisteren, pastor en therapeute werken samen*. Te downloaden op de cursuspagina wwjg.nl/pastoraatenhulpverlening

Overig

- Bekijk eens de website van Eleos over samenwerking met kerken. Hier worden mogelijkheden voor praktische hulp vanuit de gemeente genoemd.
<https://www.eleos.nl/geloof-kerk-en-je-herstel/>