

OEFENRUIMTE

GESPREKSHANDLEIDING



THEMA 3:

**PERSOONLIJKHEIDS-
PROBLEMATIEK**

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 derde thema van de cursus behandelt pastoraat bij persoonlijkheidsproblematiek en sluit aan bij hoofdstuk 10 uit het *Handboek Pastoraat bij psychische problemen*. Wanneer we het hebben over persoonlijkheidsproblematiek, gaat het over hechting, problemen met identiteit en met relaties. In het pastoraat loop je hier regelmatig tegenaan. In de video krijg je meer inzicht in de verschillende persoonlijkheidsstoornissen – borderline, narcisme en afhankelijkheid – en krijg je van een hulpverlener en pastor handreikingen voor het pastoraat. De video bestaat uit twee delen die elk starten met een ervaringsverhaal; in het tweede deel wordt de relatie met geloven en Godsbeeld besproken. De video sluit af met een casus ter bespreking. In deze gesprekshandleiding vind je een voorbeeldprogramma voor je toerusting. Daarnaast biedt deze gesprekshandleiding bij elke video extra reflectievragen om in de groep te bespreken of individueel te beantwoorden na afloop van het programma.

Praktische informatie

- Benodigde tijd: 90-120 minuten
Dit thema bevat 1 video van 37 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 De video (www.wwjg.nl/les/persoonlijkheidsproblematiek)
 - o Beamer en geluid
 - o Geprinte bijlages
 - o Pen en papier voor deelnemers

Algemene handreikingen

- Instrueer de deelnemers vooraf tot het lezen van hoofdstuk 10 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 hoofdstuk 10 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 besprekvolgorde.

Opening (10 min)

- **Bijbellezing:** Exodus 3:11-14

Video + bespreking (37 min video + 45 min bespreking)

- Bespreek in groepjes of laat de deelnemers voor zichzelf opschrijven:
Wat zijn jouw ervaringen (in het pastoraat) met persoonlijkheidsproblematiek?
Neem hiervoor max. 10 minuten

Persoonlijkheidsproblematiek

- ▶ Bekijk het eerste deel van de video, waarin je een ervaringsverhaal hoort en handreikingen krijgt van een hulpverlener. Stop de video op 17:16.
- Kijk nog eens naar de situatie die je aan het begin hebt opgeschreven of besproken. Kijk je, met dat wat je nu gehoord hebt, daar nu anders tegenaan? Als jij de pastor was, zou je je gesprekken dan anders hebben ingezet? Zo ja, hoe? Bepreek in groepjes, neem hiervoor max. 10 minuten.
- Optioneel: Kies 1 of 2 reflectievragen uit bijlage 2 bij 'handreikingen hulpverlener' en overdenk deze kort in groepsverband, en/of geef deze reflectievragen na afloop van de avond mee aan de deelnemers.

Persoonlijkheidsproblematiek en geloof

- ▶ Bekijk het tweede deel van de video, waarin je een vervolg van het ervaringsverhaal ziet, handreikingen krijgt van de pastor en een casus hoort.
- Bespreek de casus in groepjes aan de hand van de verwerkingsvragen in bijlage 1. Oefen ook het gesprek waarin Jorien met Maaïke bespreekbaar maakt wat ze opmerkt in het onderlinge contact. Neem hiervoor 20-30 minuten.
- Optioneel: Kies 1 of 2 reflectievragen uit bijlage 2 bij 'handreikingen pastor' en overdenk deze kort in groepsverband, en/of geef deze reflectievragen na afloop van de avond mee aan de deelnemers.

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

Maaïke (24) heeft haar jeugd in diverse pleeggezinnen doorgebracht; op dit moment woont ze op zichzelf. Jorien (53) is gevraagd Maaïke pastoraal te begeleiden. Maaïke maakte op Jorien een angstige indruk, maar nu ze zo'n jaar in gesprek zijn lijkt Maaïke haar meer te vertrouwen. Tegelijkertijd gaat dit samen met afhankelijk gedrag. Maaïke mail Jorien minstens drie keer per week en heeft dan bevestiging nodig. Ook belt ze haar regelmatig op omdat ze wil dat Jorien voor haar bidt. Jorien reageert altijd, want als ze dat niet doet is Maaïke bang dat Jorien haar 'ook niet meer hoeft'. Jorien moedigt Maaïke aan haar rust bij God te zoeken en zelf in gebed te gaan, maar Maaïke blijft volhouden dat ze Jorien hiervoor nodig heeft. Tegelijkertijd wil ze bij alles wat ze doet zeker zijn van Gods 'toestemming', waardoor ze moeilijk zelf stappen zet. 'Ik voel niet dat God bij me is', huilt ze dan, 'ik moet het zeker weten'. Jorien maakt zich zorgen over deze ontwikkelingen en neemt zich voor om hierover met Maaïke in gesprek te gaan.

Verwerkingsvragen

1. Hoe uit Maaïkes afhankelijke persoonlijkheidsstoornis zich in relatie tot Jorien?
2. Als je Maaïkes omgang met Jorien bekijkt, welke overeenkomsten/verschillen zie je terug in hoe Maaïke geloven beleeft?
3. In hoeverre is het helpend voor Maaïke als Jorien haar bevestigt of gebed van haar overneemt? En hoe verhoudt begrenzen zich tot het bieden van vertrouwen?
4. Ervan uitgaande dat Maaïke onveilig gehecht is en bang voor afwijzing, waar moet Jorien dan rekening mee houden in het gesprek met Maaïke?
5. Oefen dit gesprek in groepjes waarin Jorien met Maaïke bespreekbaar maakt wat ze opmerkt in het onderlinge contact, waarbij ze een link legt met Maaïkes geloofsbeleving.

Bijlage 2: Reflectievragen

Handreikingen hulpverlener

Reflectievraag 1

'Deze overlevingspatronen waren heel functioneel toen het noodzakelijk was om te overleven, maar ze blijven actief op latere leeftijd, raken vastgeroest en zijn dan niet meer helpend.'

Heb je wel eens geworsteld in relatie met een pastorant (met persoonlijkheidsproblematiek)? Probeer het contact met hem/haar, en vooral de momenten waarop het moeizaam liep, weer voor je te halen.

- a) Wat deed diegene en wat voor gevoelens riep dit bij je op? Denk aan irritatie, onmacht, tekort schieten, jezelf belangrijk of juist heel klein voelen, overweldigd zijn, geïsoleerd voelen, etc.
- b) Wat voor neiging had je in contact met die persoon? Sta jezelf toe om ook de minder mooie neigingen in jezelf te benoemen. Denk aan de neiging om te gaan redden, of juist afstand in te bouwen, in discussie gaan / een machtsstrijd aangaan, hulp vragen, de ander door elkaar te willen schudden, etc.
- c) Wat heb je uiteindelijk gedaan en waarom? Wat hielp je daarbij?
- d) Kun je de angst / kwetsbaarheid herkennen van waaruit de pastorant in deze dynamiek terecht kwam? Welk 'overlevingsmechanisme' was actief? Wat was de onderliggende behoefte?

Reflectievraag 2

'De vroege ervaringen kleuren de relaties die mensen met persoonlijkheidsproblematiek hebben. De horizontale relaties, maar ook de relatie met God. Vaak is het godsbeeld verstoord en spelen thema's als angst voor veroordeling en afwijzing door God, niet gezien worden door God, het nooit goed genoeg doen voor God of juist gevoelens van boosheid naar God.'

Heb je wel eens gesprekken gehad met een pastorant waarbij je merkte dat het godsbeeld gekleurd is door vroege ervaringen en/of dat de kennis en het gevoel niet met elkaar overeen komen? ('Ik geloof dat God ... is, maar soms ben ik bang dat Hij ...')

- a) Wat deed je? Ging je onderzoeken waar de angst vandaan komt, ga je met de Bijbel in de hand uitleggen hoe God is? Of iets ander? En waarom deed je het op deze manier?
- b) Welke vroege ervaringen speelden bij deze pastorant en hoe denk je dat dit doorspeelt in zijn/haar godsbeeld?

Handreikingen pastor

Reflectievraag 3

'Heftige of wisselende emoties hebben invloed op het zelfbeeld, godsbeeld en de dynamiek tussen zowel pastorant en God als tussen de pastorant en pastor. De Bijbel, en bij uitstek de Psalmen, voorziet (gelukkig) in tal van voorbeelden van situaties waarin heftige en soms snel wisselende emoties een rol spelen.'

Neem eens zo'n voorbeeld in gedachten. Bijvoorbeeld Mozes die in terechte verontwaardiging de twee stenen tafelen stukgooit, Jona die onterecht gaat zitten mokken om de redding van Ninevé en het vergaan van zijn wonderboom, Job die zware aanklachten uit aan het adres van God, Asaf in psalm 73 die het allemaal oneerlijk vindt maar in zijn verwarring tóch bij God uitkomt, etc.

- a) Hoe kan zo'n voorbeeld helpen bij het aanhoren van en eventueel kaderen van heftige emoties in het pastorale gesprek? Wat zegt het over de ruimte die er (ook bij God) is voor de al dan niet terecht of uitvergroete menselijke ervaring?
- b) Reageer eens op de volgende uitspraak: 'in het pastoraat hoeven wij God niet tegen zichzelf in bescherming te nemen..'

Reflectievraag 4

Als het gaat om narcisme wordt het volgende genoemd: *'Heilzaam durven confronteren: gezond zondebesef aanleren. Dat kan heftige emoties en botte afwijzing veroorzaken. Kritiek ligt uiterst gevoelig, persoonlijk aangevallen voelen. Onder ogen komen van eigen fouten en gebreken. Geeft ook openingen en kansen voor genade. Naast die ander gaan staan: we staan er samen gekleurd op.'*

- a) Heb je ervaring met confrontaties die toch heilzame uitwerking hadden op termijn?
 - i. Zo ja, wat maakte het heilzaam? Welke aspecten uit deze ervaring kun je meenemen?
 - ii. Zo niet, ga je confrontaties bij voorkeur uit de weg, of herken je juist de heftige emoties en afwijzing die kunnen voorkomen bij confrontaties?
 - iii. Wat heb je nodig om heilzaam te durven confronteren?
- b) In Lukas 6: 37-42 gaat het over oordelen, terechtwijzen, leiden en leren. Welke overeenkomsten en verschillen zie je tussen deze acties? Hoe kan het verhaal van de splinter en de balk je helpen bij het naast de ander gaan staan?

Bijlage 3: Materiaal ter verdieping

Video

- GGZ college Persoonlijkheidsstoornissen:
https://www.youtube.com/watch?v=2b_uvVXe3-c
- Online voorlichting persoonlijkheidsstoornissen:
<https://www.youtube.com/watch?v=Ajw4bP-tzZQ>

Literatuur

- Artikel: Schaap-Jonker, H. (2015). Relationele ervaringen. [serie Godsbeeld, in relatie tot mensbeeld]. Waarheidsvriend. 16-10-2015
https://www.hannekeschaap.nl/media/relationele_ervaringen_waarheidsvriend_2015.pdf
- Boek: Schaap-Jonker, H. (2017). *Breekbaar verbonden: Hechting en geloofsvertrouwen*. Boekencentrum.

Overig

- Allard Sierksma onderzoekt de relatie tussen hechting en godsbeeld:
<https://www.kicg.nl/onderzoek/godsbeelden-en-mentale-gezondheid/godsbeelden-en-hechting-in-psychotherapie-voor-persoonlijkheidsproblematiek/> (nog geen publicatie)