

OEFENRUIMTE

# GESPRESKSHANDLEIDING



---

**THEMA 5: TRAUMA**

## 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 vijfde thema van de cursus behandelt pastoraat bij trauma en sluit aan bij hoofdstuk 9 uit het *Handboek Pastoraat bij psychische problemen*. Een trauma kan ontstaan in de vroege jeugd, wat een onveilige hechting tot gevolg heeft, een trauma kan ook op een later moment in iemands leven ontstaan. Een trauma heeft altijd een immense impact, waarin het pastoraat veel kan betekenen. Wanneer we het hebben over trauma, is het proces van vergeving een belangrijk thema, dat in deze les ook veel aandacht krijgt. De video bestaat uit twee delen, die elk starten met een ervaringsverhaal. In het eerste deel krijg je handreikingen van een hulpverlener, in het tweede deel zie je een indrukwekkend interview met een ervaringsdeskundige en krijg je handreikingen van een pastor. Beide delen sluiten af met een uitgespeelde casus ter bespreking. In deze gesprekshandleiding vind je een voorbeeldprogramma voor je toerusting. Daarnaast biedt deze gesprekshandleiding 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 een video van 47 minuten. Plan daarnaast ongeveer drie kwartier 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/trauma](http://www.wwjg.nl/les/trauma))
  - o Beamer en geluid
  - o Geprinte bijlages
  - o Pen en papier voor deelnemers

## Algemene handreikingen

- Instrueer de deelnemers vooraf tot het lezen van hoofdstuk 9 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 6 en 7 uit het '*Handboek pastoraat bij psychische problemen*' en evt. bekijken van de introductievideo: [wwjg.nl/pastoraatenpsychologie](http://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:** Jesaja 53:1-11

### Video + bespreking (46 min video + 45 min bespreking)

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

#### Trauma

- ▶ Bekijk het eerste deel van de video, waarin je een ervaringsverhaal hoort, handreikingen krijgt van een hulpverlener en een pastoraal gesprek ziet. Stop de video op 26:12.
- Bespreek de casus (deel 1) in groepjes aan de hand van de verwerkingsvragen in bijlage 1. Neem hiervoor 10-15 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.

#### Trauma en geloof

- ▶ Bekijk het tweede deel van de video, waarin je een vervolg van het ervaringsverhaal ziet, een indrukwekkend interview met de ervaringsdeskundige en handreikingen krijgt van de pastor. De video sluit af met het tweede deel van de casus.
- Bespreek de casus (deel 2) in groepjes aan de hand van de verwerkingsvragen in bijlage 1. Oefen in groepjes het gesprek dat de pastor met deze man heeft. Oefen daarin met ruimte voor stiltes. 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.
- Attendeer de deelnemers op het volledige interview ([wwjg.nl/interviewtrauma](http://wwjg.nl/interviewtrauma))
- 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

### Casus deel 1

Een zachtaardige man (35 jaar) vertelt zijn verhaal aan een pastor. Hij laat veel stiltes vallen. Een aantal weken geleden is hij plotseling verlaten door zijn vrouw. Hij zag het totaal niet aankomen en begrijpt het niet. Hij voelt veel woede richting haar en is op zoek naar een oplossing: hoe gaat hij hiermee om? De pastor vraagt niet door, maar gaat vooral in op de vraag naar een oplossing. Hij draagt vergeving vanuit het evangelie aan als oplossing voor de boosheid van deze man.

#### Verwerkingsvragen

- In welke valkuilen is deze pastor gestapt? Welke stappen heeft hij overgeslagen in het contact met de zachtaardige man?
- Zijn er naast de aangedragen oplossing andere manieren om met woede om te gaan, die meer passend zouden zijn bij de fase waarin deze man verkeert?
- Wat is jouw valkuil in het pastoraat wanneer je geconfronteerd wordt met andermans pijn of boosheid?

### Casus deel 2

Na een aantal maanden komt de man opnieuw bij zijn pastor. Hij geeft aan dat hij zijn ex-vrouw vergeven heeft. "Ik ben naar een bevrijdingsconferentie geweest. Daar heb ik er bewust voor gekozen om haar te vergeven. Maar het werkt niet. Ik ben nog steeds vreselijk boos. Het verteert me."

#### Verwerkingsvragen

- Wat is er nodig om te vergeven? Denk aan de situatie, de persoon, de schuldvraag.
- Hoe zou jij naar een pastorant omschrijven wat vergeving is? En wat het niet is? Denk aan de volgende aspecten: een verstandelijke keuze, een gevoelskwestie, uitwissen, goedkeuren, een gift, een opdracht, iets anders?
- Is vergeven altijd mogelijk? Waarom wel/niet?
- Wat kan vergeving opleveren?

#### Rollenspel

Oefen in groepjes het gesprek dat de pastor met deze man heeft. Oefen daarin met ruimte voor stiltes.

## Bijlage 2: Reflectievragen

### Handreikingen hulpverlener

*'We leven met de overtuiging dat God goed is, de wereld een rechtvaardige plek is, de ander het beste met ons voor heeft en dat we in enige mate regie hebben over ons leven. Een trauma laat dit beeld van God, de wereld, de ander en onszelf wankelen of soms zelfs volledig in elkaar storten.'*

#### Reflectievraag 1

Als je luistert naar iemand die een trauma heeft doorgemaakt dan merk je dat er veel zekerheden zijn weggevallen. Wat heeft die persoon op dat moment van jou nodig?

#### Reflectievraag 2

Traumatische ervaringen van een pastorant, zoals seksueel misbruik of mishandeling kunnen ook voor mij als predikant / pastoraal werker ingrijpend zijn. Om mijn werk goed te doen heb ik een sparringpartner of vertrouwenspersoon nodig.

Ben je het met deze stelling eens / oneens en waarom?

#### Reflectievraag 3

In het ervaringsverhaal komt het thema vergeving naar voren. Bij traumatische ervaringen speelt vaak een onterecht gevoel van schuld en verantwoordelijkheid en/of spelen soms heftige gevoelens als haat en wraak naar de dader. In het herstelproces horen deze gevoelens erbij. Enerzijds kan vergeving een helpende stap zijn naar herstel en kan bevrijdend werken voor slachtoffer (en de dader), anderzijds kan een 'vlucht naar vergeving' ook destructief uitwerken en de last bij de pastorant juist vergroten. Hoe en wanneer breng je het thema vergeving in in een pastoraal traject? Heb je daarin positieve en/of negatieve ervaringen?

### Handreikingen pastor

#### Reflectievraag 4

*'Het eerste perspectief nodigt uit om verbinding te zien met Jezus als de persoon die lijdt als onschuldige.'*

- a. Bij trauma is er vaak sprake van onterechte schuldgevoelens. Deze kunnen variëren van 'had ik maar' tot 'ik zal vast aanleiding hebben gegeven'; 'ik heb het wellicht zelf veroorzaakt'. Niet zelden worden deze schuldgevoelens aangepreft door daders, maar het kan ook een manier zijn om het trauma te benaderen. Welke vragen kun je stellen om deze soms verborgen schuldgevoelens in een pastoraal gesprek boven tafel te krijgen?
- b. In hoeverre kan het lijden van de rechtvaardige (onschuldige), zoals Abel en Job, en in de Psalmen behulpzaam zijn bij het omgaan met deze gedachten?

- c. Is het legitiem dat slachtoffers zich op een bepaalde manier identificeren met Jezus als de Rechtvaardige bij uitstek? Zo ja, hoe komt het dat men hierin vaak terughoudender is dan ten opzichte van daders?

### Reflectievraag 5

*'Job erkent dat God zelf, of tenminste iemand als God, zijn complexe zaak voor God en mensen zal moeten verdedigen. Wie is in staat om Jobs recht te halen, hem helemaal vrijuit te laten gaan, zonder dat God zijn eigen recht loochent (40:8)?'*

- a. Het verstaan van de klacht bij trauma gaat samen op met de erkenning dat iemand onrecht is aangedaan. Als pastor dit onrecht durven benoemen, is een eerste stap in het voluit serieus nemen van de situatie van de pastorant. Hoe (h)erken jij onrecht in je pastorale praktijk? Welke stappen doorloop je daarvoor? Als het onrecht nog steeds voortduurt, hoe zie jij dan je rol als het gaat om ingrijpen in de situatie? Kun je daarin samenwerken met de hulpverlening?
- b. Wanneer je het onrecht in gebed brengt bij God, Die het recht liefheeft, kan tegelijkertijd de vraag opkomen 'waarom heeft God dit onrecht dan niet voorkomen?' Hoe ga je om met die vraag? Probeer je verklaringen te vinden of ga je die juist uit de weg?
- c. In het boek Job blijven Gods recht en Jobs aanklacht naast elkaar staan. Wat kun je daaruit meenemen voor de pastorale praktijk?
- d. Wat zegt dit alles over de (on)mogelijke weg naar vergeving? En wat doe je als te snel naar vergeving wordt gegrepen als uitweg?

### Reflectievraag 6

*'Verbinding en her-verbinding met Jezus Christus, de Gekruisigde en Opgestane, die meer is dan Job, leidt door zijn Geest tot heilzame behandeling van elk trauma. GóD zelf als vertolker van alle pijn. Die stem geeft aan lijden, zelfs met woordloos zuchten.'*

- a. Er kan ook sprake zijn van trauma waarbij iemand (deels) een actieve rol heeft gespeeld. Denk aan een vechtscheiding, het veroorzaken van een auto-ongeluk, etc. Oorzaak en gevolg kan dan in elkaar overlopen, met dubbele en verwarrende gevoelens tot gevolg. Hoe kan de verbinding met Jezus de Gekruisigde, die ziekten én zonden droeg, heilzaam zijn in deze situaties?
- b. Heilzame behandeling is niet hetzelfde als heilzame genezing. Diepingrijpend trauma wordt helaas meestal levenslang megedragen. De Geest zucht samen met de schepping (Rom. 8), over het lijden maar ook over de zinloosheid. Is er in jouw pastorale praktijk ruimte voor die beleving van zinloosheid?
- c. Meezuchten met iemand vraagt uithoudingsvermogen (compassion fatigue). Hoe ga jij daarmee om? En wat doe je wanneer iemand naast aardse hoop, ook de eeuwige hoop (nog) uit het zicht is verloren? Hoe kun jij als pastor iemand dan in zijn of haar zwakheden te hulp komen?



## Bijlage 3: Materiaal ter verdieping

### Video

- Vier lessen over Job, Egbert Brink, te vinden op [www.wwig.nl/66boeken1bijbel](http://www.wwig.nl/66boeken1bijbel)
- Videoserie Vroegkinderlijke traumatisering (klinische godsdienstpsychologie)
  - o [Introductie videoserie vroegkinderlijke traumatisering, geloof en pastoraat - YouTube](#)
  - o [Deel 1: vroegkinderlijke traumatisering - YouTube](#)
  - o [Deel 2: geloof bij vroegkinderlijke traumatisering - YouTube](#)
  - o [Deel 3: pastoraat en vroegkinderlijke traumatisering - YouTube](#)
- Wat kun je zeggen tegen de man die je als kind misbruikt heeft? Turnster Rachael Denhollander vertelt haar voormalig sportarts de waarheid tijdens een rechtszitting  
<https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=6ZIMjsGOzSg&feature=youtu.be>

### Literatuur

- Artikel: Vergeving: geen snelweg naar herstel, Henrieke Grandia, te downloaden op de cursuspagina [www.wwig.nl/les/trauma](http://www.wwig.nl/les/trauma)
- Artikel: Jobs verlangen naar vertolking (in: Gereformeerde Hermeneutiek Vandaag)
- Boek: Verwondering, door Marianne van Wageningen
- Boek: Mantel der liefde, door Henrieke Groenwold (roman)



Mara van Eyck 2012