

THEMA 5: TRAUMA



Introductie

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 die je uitnodigt tot reflectie.

In dit document vind je de casus met verwerkingsvragen, reflectievragen bij de handreikingen van hulpverlener en pastor en suggesties voor verdieping.

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?

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 pastoraal werker, 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 pastoraal werker 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 aangepreut 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. Góð 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 meegedragen. 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?

Materiaal ter verdieping

Video

- Vier lessen over Job, Egbert Brink, te vinden op www.wwjg.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

Literatuur

- Artikel: Vergeving: geen snelweg naar herstel, Henrieke Grandia, te downloaden op de cursuspagina www.wwjg.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)