

THEMA 1: PASTORAAT EN HULPVERLENING



Introductie

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 twee verschillende video's. De introductievideo nodigt uit om na te denken hoe welkom mensen met een psychische aandoening zijn in jouw gemeente. De 1e cursusvideo gaat in op pastoraat en hulpverlening aan de hand van een casus. De video sluit af met twee rollenspellen, een pastorale situatie wordt nagespeeld.

In dit document vind je de casus, reflectievragen en suggesties voor verdieping.

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.

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

Bij antwoord A: 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?

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?

Materiaal ter verdieping

Video/audio

- Theologie Podcast aflevering 5: [Psychische problemen in het pastoraat](#), met Hanneke Schaap
- [Videocursus Geloof en Psychologie](#): videolessen + suggesties voor verdieping

Literatuur

- Referaat conferentie COGG: [Pastoraat en hulpverlening](#). *Theologische bezinning op de verhouding pastoraat en hulpverlening*
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/>