

Verinnerlijking, toewijding en burn-out

Reflectie op drie cases

*'Listen to yourself
and in that quietude you might hear the voice of God'*
Maya Angelou, 2014

Juist in deze voor pastores zware tijd is het des te belangrijker dat zij goed toegerust zijn om hun taak aan te kunnen, niet alleen qua kennis, maar ook qua zelfkennis, vaardigheden en houding. Vooral zelfkennis is belangrijk, want noodzakelijk om het instrument dat de pastor zelf is, goed te kunnen onderhouden.

Teun: dichter bij zichzelf, mensen, God

Als Teun (1955) 41 jaar oud is, valt hij ineens zomaar om: de apotheose van een 'langdurige overbelasting'. We lezen niets over of hij het had zien aankomen; blijkbaar niet. Er volgt een periode van revalidatie, een periode van studieverlof. Het helpt hem niet echt verder. Dan komt de tip om op retraite in Iona Abbey te gaan. En daar herontdekt hij iets wat hij al als kind had meegemaakt: de ervaring gedragen te zijn. In plaats van het gevoel dat alles van hem afhangt, 'mijn activiteit en organisatie', leert

hij loslaten en vertrouwen – op God. Hij komt meer aanwezig in het moment, zit minder in zijn hoofd en meer in zijn lijf. En dat was blijkbaar nodig. Niet voor niets confronteert een van de leidinggevendenden op Iona hem: 'Jij Hollandse rationalistische protestant!'

Er komt meer aandacht voor de (geloofs)-ervaringen en belevingen van hemzelf en van zijn gemeenteleden. Er ontstaat meer contact en meer gemeenschap. Hij vervolgt zijn spirituele weg verder door de opleiding tot geestelijk begeleider bij het door de Karmelietenorde gestichte Titus Brandsma Instituut (TBI) te volgen. Mystiek en mystagogiek doen hun intrede in zijn leven. Er komt nog meer aandacht voor

< *Tony Oursler, Tentoonstelling 'I/O underflow', 2014, Oude Kerk Amsterdam*

de ervaring, voor de zintuigen en het lichaam: gebruik van beeldtaal, kunstuitingen en ‘bidden met de benen’ in de vorm van een- of meerdaagse pelgrimages.

Zijn val en het proces dat daarmee begon, bracht hem uiteindelijk dichterbij zichzelf, dichterbij de mensen en dichterbij God.

Wim: ‘Juist niet willen opbouwen’

Wim (1950) is iets ouder dan Teun, rond de 45, als bij hem de persoonlijke crisis toeslaat. Aan succes als schrijver en in de media geen gebrek, maar blijkbaar kan dat succes op de lange termijn niet de innerlijke leegte vullen. En dan stort hij in. We weten niet precies wat de aanleiding is. Wel lezen we over zijn extreme gedrevenheid in deze fase van zijn leven: ‘In het vele dat ik theologisch wilde verantwoorden en in de drang om dat zo overtuigend mogelijk te doen, had ik altijd last gehad van een verkeerde ademhaling tijdens het houden van een preek, zodanig dat ik soms zelfs licht hyperventileerde.’ Maar hoe dan ook, vlak na een moderamenvergadering, waarin hij zich met grote moeite weet te beheersen, gooit hij de handdoek in de ring, zo zegt hij. Waar heeft hij mee of tegen gevochten? Houdt hij op met zijn best te doen?

Er volgen enkele jaren van leven in een hel, een onvervalste depressie ...

En dan, net als bij Teun, vormt een retraite (bij de Charismatische Beweging) het kantelmoment. In de stilte daar leert hij zich over te geven en los te laten. Een bevrijding! Zijn preken en wijze van bidden veranderen, minder gedreven, meer ontvankelijk en met meer stil-

tes. Nu pas realiseert hij zich hoeveel spanning hij tijdens het preken altijd in zijn lijf had.

Maar hij krijgt steeds meer last van ‘de verbaale overdosis’ in het protestantisme, de idee van de maakbaarheid en van de horizontale organiseerbaarheid. De vervreemding groeit.

Hij ontdekt Meister Eckhart en via hem vindt hij God als een peilloze ruimte van liefde. En dan wordt het contrast met het kerkelijk bedrijf hem te veel. ‘Alles was zo dof in het licht van de glans die ik was gaan zien.’ De vervreemding is compleet. Hij verlaat zijn ambt en wordt docent godsdienst. Maar drie jaar later keert hij toch

weer terug. Hij is milder geworden en staat – voor het eerst in zijn leven? – ontspannen

in het predikantschap; hij ‘laat zich de kop niet meer gek maken’. En zijn nieuwe credo? ‘Juist niet willen opbouwen!’

Agnes: ‘Stilte redt mijn ziel’

Agnes (± 1954) is rond de 50 en tien jaar predikant. Alles loopt op rolletjes, de gemeente is blij met haar en haar werk wordt steeds goed ontvangen. En toch ... Ze mist iets. Is het uitdaging? Inspiratie? Ze verlangt naar theologische voeding, iets waar ze echt door geraakt wordt, in tegenstelling tot de vakken uit haar studietijd.

Dan komt de driejarige opleiding tot geestelijk begeleider voorbij. Dat is het. Dat zal haar ziel redden. En dat gebeurt ook. De opleiding blijkt balsem voor haar ziel. ‘Spirituele autobiografieën schrijven, iedere keer vanuit een andere gezichtshoek. Wat bracht dat veel te weeg! Allerlei opgespaarde, weggestopte ervaringen

kwamen langs en kregen hun plek.’ Ze voelt zich steeds meer aanvaard door God. Ze hoort er: ‘God houdt van mij! Dat kon ik niet vaak genoeg horen.’

Ze leert verder los te laten, geïnspireerd door de uitspraak van Hein Blommestein: ‘Je kunt wel denken alles te moeten regelen in je leven, maar loop je met je geregelde God niet voor de voeten?’ Haar conclusie: ‘Dat zinnetje was voor mij.’ En dan waagt ze de sprong in het diepe: ze verlaat haar honderd-procent-baan voor een baan met slechts een zestig-procent-aanstelling. Financieel eigenlijk onverantwoord, immers zij is kostwinner ...

De nieuwe gemeente is wettend. Voor ze het weet, loopt ze weer tegen oude ergernissen op. Waarom treft zij dit nu weer? Ze wil te veel, zeggen sommigen. En dan valt in een supervisiegesprek een belangrijk kwartje: ‘Al die mooie mystieke teksten vol spiritualiteit waarvan ik smul in Nijmegen en die we uitproberen in Hyde Park gaan ook over mij! Ook ik moet het uithouden, geduld beoefenen. Compassie is het sleutelwoord.’ De daarop volgende acceptatie van zichzelf en anderen bewerkstelligt wonderen. Er ontstaat meer ontspanning, humor en echte samenwerking. Ze zoekt aansluiting bij de Benedictijnen in een klooster dat ‘voorziet in de behoeften van zoekers’. En de stilte wordt de kern van waaruit ze leeft. ‘Stilte redt mijn ziel.’

Reflectie op de drie cases

Bekijken we de drie levensverhalen van deze predikanten, dan vallen een paar dingen op. De crisis- dan wel kantelmomenten doen zich voor tussen hun veertigste en vijftigste levensjaar. De beide mannen lijken er min of meer door over-

vallen te worden. Agnes heeft eerder door dat ze niet lekker in haar vel zit en blijft daarmee waarschijnlijk de burn-out/depressie voor. Bij alle drie lezen we hoe ze leren meer los te laten en zich over te geven.

Teun en Wim waren voorafgaand aan hun crisis gedreven werkers, die zich vooral rationeel, verbaal en vanuit het hoofd inspannen om de dingen zo goed mogelijk te doen. Totdat ze niet meer konden; toen was ‘boem’ ‘ho!’. Bij beiden bewerkt een (stilte)retraite de ommekeer. De gerichtheid op de buitenwereld en wat daar allemaal gezegd en gedaan moet worden, neemt af en maakt plaats voor ervaring en beleving, voor meer contact met zichzelf en het eigen lijf.

Agnes valt minder diep en zoekt (dan ook?) langer. Ze verlangt naar theologische voeding op ervaringsniveau; ze wil geraakt worden. Ze zet haar hoop op een KPV-training, neemt supervisie, verandert van baan. Maar de ommekeer komt pas als ze de opleiding tot geestelijk begeleider gaat volgen, net als Teun overigens. Op deze driejarige opleiding begint een persoonlijk bewustwordingsproces, waarin net als bij Teun en Wim zaken als beleving, ervaring en contact met zichzelf een belangrijke plek innemen.

Krimpende kerken, grote werklust, overbelaste pastores

Mij werd gevraagd te reflecteren op de factoren die de bevoegenheid van pastores aantasten en om in te gaan op de vraag hoe hun welbevinden en motivatie voor het werk en daarmee hun inspirerende invloed op de geloofsgemeenschap overeind kunnen blijven. De drie cases gaan echter meer over hoe deze mensen uit de crisis ►

kwamen, dan over hoe de crisis precies ontstaan is. Wat er eigenlijk met deze predikanten aan de hand was zodat ze in een crisis of burn-out geraakten, wordt niet heel duidelijk. Waren het de omstandigheden waaronder ze werkten? Die speelden zeker een rol. We weten immers hoe lastig het tegenwoordig is om voorganger in een christelijke kerk in Nederland te zijn.

Nadat de katholieke kerk hen al eerder voor- ging, hebben nu ook de protestantse kerken in toenemende mate te lijden onder dramatisch dalende ledenaantal- len – een afname die nog steeds doorgaat, aangezien er weinig generatievervanging plaats vindt en de meeste kerkleden van middelbare leeftijd of ouder zijn. De kerk is kortom een voortdurend krimpende gemeenschap. Daarbij is het voor pastores extra pijnlijk en ontmoedigend dat ook in eigen kring (gezin, familie en omgeving) de kerkver- lating steeds maar doorgaat.

De hier gepresenteerde pastores zijn alle drie protestant, maar de situatie in de katholieke kerk is zeker niet minder lastig, eerder het om- gekeerde. Daar speelt als extra factor de soms moeizame relatie tussen gewijde en niet gewijde ambtsdragers. De mannelijke priesters en dia- kens hebben meer bevoegdheden dan de – vaak vrouwelijke – pastorale werkers, terwijl ze een gelijke of lagere opleiding hebben genoten.

Ook wordt het werk van pastores zwaarder, omdat standaardprocedures steeds minder worden geaccepteerd en mensen vaak maatwerk verwachten bij begrafenissen, huwelijken en dergelijke. Dit maakt het werk van de pastor niet alleen tijdrovender, het leidt ook regelmatig

tot moeizame onderhandelingen en soms zelfs tot openlijke conflicten.

Vaak is er een gebrek aan voldoende geschikte medewerkers, zodat steeds meer pastores overbelast raken en de opbouw van gemeente of parochie tot een vitale en aantrekkelijke ge- loofsgemeenschap stagneert. Daarnaast vormt ook de samenwerking met vrijwilligers een uit- daging voor pastores. Vrijwilligers krijgen meer verantwoordelijkheden, spelen een belangrijke rol in parochies en gemeentes en wensen serieus

*Hoe leer je om je niet
gek te laten maken? En waar
leer je dat?*

genomen te worden. Het vrijwillige en onbe- taalde karakter van hun werkzaamheden maakt hun rechten en plichten vaak onduidelijk. Sa- men met de soms gebrekkige scholing en vaar- digheden van kerkelijke vrijwilligers vraagt dit veel van de communicatieve en leiderschaps- kwaliteiten van pastores. Een complicerende factor wordt gevormd door een vaak optredend gebrek aan een gedeelde spiritualiteit en een richting biedende visie.

Aan de persoon van de pastor worden kort- om steeds hogere eisen gesteld. Waar pastores vroeger min of meer konden blindvaren op hun vanzelfsprekende autoriteit, gezag en positie, wordt tegenwoordig in toenemende mate een beroep gedaan op hun kwaliteiten als persoon. Gemeenteleden en parochianen verlangen dat zij spreken vanuit een innerlijke overtuiging, dat ze oprechte aandacht, warmte en respect voor hen hebben en dat ze in staat zijn om op een vriendelijke maar besliste manier leiding te geven. Kennis, theorie, rechtheid in de leer worden langzaam aan minder belangrijk dan communicatie, leiderschap en sociale en com-

municatieve vaardigheden. Je zou kunnen zeggen dat waar vroeger het ambt de persoon droeg, tegenwoordig de persoon het ambt moet dragen. Omgaan met de grote werklast is daar- bij bepaald niet de minste uitdaging.

Burn-outgevoelens

Al deze factoren kunnen de bevologenheid van pastores makkelijk aantasten en leiden tot burn-out, uitputting en demotivatie. Burn-out is volgens Schaufeli (2003) een langdurige, negatieve, werkgerelateerde geestesgesteldheid bij normale individuen, die primair wordt ge- karakteriseerd door uitputting en die vergezeld gaat van spanningsklachten, verminderde per- soonlijke effectiviteit, verminderde motivatie en de ontwikkeling van disfunctionele werk- attituden en gedragingen. Deze psychologische toestand ontwikkelt zich geleidelijk aan en kan lange tijd voor de persoon zelf verborgen blijven. De gevoelens van burn-out versterken zichzelf vaak als gevolg van inadequate coping- strategieën.

Bij burn-out van pastores (Bisschops 2007) spelen vier factoren een belangrijke rol: de werkdruk, tegengestelde verwachtingen, sociale steun als beschermende factor en persoons- kenmerken: autonomie/assertiviteit, stabiliteit en het vermogen om grenzen te stellen en met conflicten om te gaan.

In zekere zin hebben de omstandigheden – werkdruk, tegengestelde verwachtingen en dergelijke – de grootste invloed bij het ontstaan van burn-out. Tegelijk zijn deze voor de indivi- duele pastor ook het moeilijkst te veranderen, met uitzondering van sociale steun. Het zoeken en organiseren van steun wordt nog wel eens

vergeten, maar helpt wel degelijk om burn-out te voorkomen.

Hoe iemand op omstandigheden reageert, ligt meer binnen de invloedssfeer van de per- soon zelf. Persoonskenmerken spelen hier een belangrijke rol: assertiviteit, vermogen tot con- flicthantering, emotionele stabiliteit, veerkracht en dergelijke. De drie cases vormen daarvan een illustratie. Vooral bij Agnes wordt goed duide- lijk dat bij een wisseling van context de persoon zelf steeds de centrale factor blijft. Mensen ne- men zichzelf mee en niet zelden komen ze dan toch weer in soortgelijke problemen terecht.

De juiste vaardigheden en kennis kunnen helpen, maar ook al hebben mensen weet van adequate coping-strategieën, vaak lukt het niet om deze ook toe te passen. Kennis is een ding, maar deze kennis toepassen in het dagelijkse bestaan is van een heel andere orde. Dat komt doordat kennis, goede voornemens, planning het rationele deel van ons brein betreffen. Ons feitelijke gedrag wordt echter in de praktijk vaak aangestuurd vanuit ons emotionele brein en daar hebben we nu eenmaal minder grip op (zie ook Bisschops 2008).

Dat verklaart ook waarom we bij anderen vaak heel goed weten wat zou moeten gebeuren. Wanneer iemand in onze omgeving burn-out dreigt te worden, hebben we allerlei adviezen paraat. We zeggen: 'Laat je niet gek maken, neem niet te veel hooi op je vork, zeg wat va- ker nee' enzovoort. We wijzen op het belang van prioriteitenlijstjes, raden aan om je niet verantwoordelijk te voelen voor ieders proble- men, om wat afstand van het werk te nemen, bel en telefoon uit te zetten als je niet gestoord wil worden, een onderscheid te maken tussen

urgent (rinkelende telefoon) en belangrijk (tijd voor jezelf om de accu op te laden), enz. enz. Bij anderen weten we dus goed hoe het moet, maar als het onszelf betreft, blijkt ineens hoe moeilijk dergelijke adviezen zijn op te volgen.

Dat dit lastig is, ligt ook niet per se aan de situatie; doorgaans laat die in principe wel toe dat dergelijke adviezen worden opgevolgd. Anders gezegd, er zijn in onze samenleving weinig ‘harde’ en objectieve redenen om burn-out te geraken. Er is geen slavernij; we hebben goede cao’s en niemand verwacht dat we ijzer met handen kunnen breken. Zelfs als de omstandigheden van het werk moeilijk zijn – en dat zijn ze in het hedendaagse pastoraat wel degelijk – dan nog hoeven we niet per se burn-out te raken (Bisschops 2007).

Spirituele zoektocht

Hoe dan toch goed met de huidige omstandigheden in het pastoraat om te gaan? Hoe leer je om je niet gek te laten maken? En waar leer je dat? De drie cases bieden hier interessant materiaal. We zagen dat de omgevingsfactoren zeker een rol speelden in hun crisis. Toch lijkt het erop dat het geen doorslaggevende factoren vormden. Het heeft er meer van weg dat de drie blijkbaar iets misten dat hen kon helpen met deze omstandigheden om te gaan.

Onder hun overbelasting, overmatige betrokkenheid en onvervuldheid speelt een existentiële crisis: waar doe ik het voor, wat is mijn rol, ja zelfs: wie ben ik in deze functie? Je zou kunnen zeggen dat zij spiritueel op zoek waren, spiritueel in de zin van een houding van meer

verinnerlijking, contact met zichzelf, hun binnenwereld, versus een gerichtheid op de buitenwereld.

En alle drie hebben inderdaad gevonden. Van een naar buiten gerichte attitude van doen, denken en plannen, gingen zij naar een meer verinnerlijkte attitude van loslaten, ervaren en zijn. Hun aanvankelijke hoge zelf-ideaal ontwikkelde zich naar een realistischer zelfbeeld, waarin ze zichzelf met hun schaduwkanten en onvermogen onder ogen kwamen (zie ook Grün 1995). Vanuit deze nieuwe houding her-vonden zij het plezier in het werk en konden zij hun werk weer met toewijding doen.

Christelijke spirituele centra

In hun spirituele zoektocht vertonen deze pastores overeenkomsten met andere spirituele zoekers in Nederland, binnen en buiten de kerken. De groeiende groep van spirituele zoekers omvat inmiddels al 26 procent van de Nederlandse bevolking en is zelfs iets groter dan het totale aantal christenen in Nederland (25 procent), protestanten en katholieken samen (Kronjee & Lampert 2006). Het betreft mensen die niet tot een georganiseerde religie behoren, authenticiteit hoog in het vaandel hebben staan en willen leven in overeenstemming met hun innerlijke ervaring in plaats van te leven naar verwachtingen van buitenaf. Taylor (2007) verklaart deze ontwikkeling uit het verlies van gedeelde zekerheden. De postmoderne mens keert naar binnen om morele en geestelijke bronnen te vinden en de enige toegang tot deze bronnen is de persoonlijke ervaring.

Hedendaagse christelijke spirituele centra (protestantse, katholieke en oecumenische stadscentra, kloosters, abdijen en bezinningscentra) trachten een verbinding te maken met deze spirituele zoekers en hun religieuze verlangen, door een christelijk aanbod te combineren met meer alternatieve cursussen en workshops. Anders dan verwacht blijkt uit onderzoek (Putman et al. 2013) dat het merendeel van de bezoekers van deze centra niet bestaat uit de zogeheten nieuwe of ongebonden spirituelen, maar uit christenen met een matige tot (zeer) sterke band met een plaatselijke kerk. Maar liefst de helft is actief vrijwilliger binnen de eigen lokale geloofsgemeenschap.

Een groot deel van deze christelijke spirituele zoekers geeft aan teleurgesteld te zijn in wat de kerken bieden op het gebied van spiritualiteit en aandacht voor de eigen beleving en ervaringen. De christelijke spirituele centra nu komen aan deze behoeften tegemoet.

Opleiding Geestelijke Begeleiding

Het is precies dit terrein waar het zoeken van de drie predikanten zich ook op richtte: spiritualiteit en aandacht voor belevingen en ervaringen. Zij zochten en vonden weliswaar niet in de christelijke spirituele centra, maar wel op soortgelijke plekken: stiltertraite, klooster, charismatische beweging. Twee van hen vonden het in de opleiding Geestelijke Begeleiding van het (Karmelitaanse) Titus Brandsma Instituut. Laten we eens kijken wat deze opleiding precies behelst en hoe het komt dat deze zo van betekenis is voor deze predikanten. Het wetenschappelijke Titus Brandsma Instituut, gesticht door de Karmelietenorde, houdt

zich bezig met allerlei spirituele thema’s en mystieke auteurs als Meister Eckhart, Etty Hillesum en Dag Hammarskjöld. In een tijd dat er vaak denigrerend werd gedaan over de nieuwe spiritualiteit – twintig jaar geleden sprak men nog over de ‘zweverige New Age’ als navelstaarderij, narcistische zelfverheerlijking enzovoorts – nam het TBI deze stromingen en de tijdgeest al volstrekt serieus. Het instituut heeft dan ook in de loop der jaren een behoorlijke expertise opgebouwd.

Onderdeel van het TBI is de School voor Spiritualiteit, waar de opleiding Geestelijke Begeleiding deel van uitmaakt. Mystieke tekstlezing vormt een centraal onderdeel van de opleiding. Mensen leren tijdens deze opleiding spirituele processen in mensen te herkennen en te bevorderen; ze werken aan hun eigen mystagogische bewustwording (<http://www.titusbrandsmainstituut.nl>). Daarnaast volgen ze een individuele leerroute van leerbegeleiding, supervisie, stage en scriptie. Bereidheid eigen ervaringen in te brengen en daarover te reflecteren vormt een voorwaarde voor toelating.

Persoonlijke leerproces

De houding die studenten daar aanleren staat in zekere zin haaks op de houding die theologen op hun opleiding ontwikkelen. Zo schrijft een van de deelnemers over de opleiding: ‘Er wordt ons (...) op het hart gedrukt dat hoe minder we weten, denken onszelf en onze dingen op een rijtje te hebben, hoe beter het is. En hoe meer wij dus ook worden gefeliciteerd door de docenten. Hoe valt dat te begrijpen? Ik leer dat God leren kennen betekent: alle houvast die je had bedacht, loslaten... Het betekent het aan-



durven met het niet-weten. Echt niet eenvoudig' (zie <http://www.titusbrandsmainstituut.nl/svs/2009-2011/Actueel%20november%202011.html>). En in een artikel, dat enkele deelnemers over de opleiding schreven, gaat het over het leren 'uithouden met jezelf en de ander', 'verwijlen als verzoening met jezelf en met de ander' en het aandurven 'om af en toe stil te staan' (Cents 2011). In feite komen de deelnemers aan deze opleiding in een persoonlijk leerproces terecht, dat men een psychospiritueel proces zou kunnen noemen en dat voor hun werk en hun persoonlijke ontwikkeling van groot belang is. Daar leren ze los te laten, zich over te geven aan God en zich niet gek te laten maken. En dat is precies wat ook de drie predikanten overkwam: overgave, zelfacceptatie en ruimte voor God.

Implicaties voor de opleiding van pastores

Men kan zich afvragen of deze drie pastores tijdens hun opleiding voldoende zijn voorbereid en toegerust om de gecompliceerde situatie van het huidige pastoraat aan te kunnen. Agnes verwoordde het al in haar tekst: de vakken uit haar opleiding raakten haar niet. En inderdaad is er doorgaans op theologische opleidingen weinig aandacht voor spiritualiteit, voor persoonlijke vorming en groei. Daar komt bij dat de binnenkerkelijke taal van de opleidingen geen ervaringstaal is, terwijl die taal intussen toch een steeds grotere plek krijgt in onze samenleving. Ook weten we langzamerhand heel goed dat naast het IQ de emotionele en sociale

intelligentie minstens zo belangrijk zijn in het leven van de hedendaagse mens.

Op de opleidingen lijken dergelijke inzichten echter nog weinig handen en voeten te krijgen. Weliswaar verbeterde er de laatste decennia het een en ander in de opleidingen, maar de nadruk op kennis(reproductie) staat toch nog steeds centraal en de aandacht voor vaardigheden en

persoonlijke ontwikkeling komt er op de diverse protestantse en katholieke academi-

sche opleidingen nog steeds bekaaid vanaf. Op de enige katholieke academische theologische opleiding die Nederland momenteel nog rijk is, ging de aandacht voor persoonsvorming de afgelopen jaren zelfs aanmerkelijk achteruit. Verdwenen zijn een theologisch practicum in de bachelorfase, waarin een systematisch theoloog samen met een supervisor de maatschappelijke stages van studenten begeleidde. Verdwenen is een werkweek lichamelijke, waar in workshops en practica gewerkt werd aan grensbewaking, assertiviteit, conflicthantering, enzovoort. En ook verdween een tweedaagse waarin de eigen biografie centraal stond.

Toch is het juist in deze voor pastores zware tijd des te belangrijker dat zij goed toegerust zijn om hun taak aan te kunnen, niet alleen qua kennis, maar ook qua zelfkennis, vaardigheden en houding. Vooral zelfkennis is belangrijk, want noodzakelijk om het instrument dat de pastor zelf is, goed te kunnen onderhouden. Te vaak worden mensen overvallen door een burn-out, terwijl de tekenen er wel degelijk waren. Maar door gebrek aan voeling met zichzelf en door een te grote gerichtheid op de ander regis-

treert men dat nauwelijks en gaat men te lang aan zichzelf voorbij.

In de curricula van de opleidingen spelen daarom onderdelen als practica, stages en supervisie een belangrijke rol. Daar wordt niet enkel gekeken naar gedrag, maar daar is ook tijd voor wat er in de persoon leeft, wat diens drijfveren zijn, hoe de eigen biografie interfereert in het professionele gedrag. Ook verdient de koppeling tussen theorie en praktijk de aandacht, bijvoorbeeld door ook tijdens stages theorievakken aan te bieden, maar dan wel theorie die aansluit bij de praktijkvragen van studenten.

Daarnaast is ruimte voor bijscholing wanneer men al enige tijd werkzaam is als pastor cruciaal. Juist wanneer de behoefte aan bijscholing acuut wordt, is immers het leerrendement vaak groot. Daarnaast zijn (stilte)retraites en andere mogelijkheden om even pas op de plaats te maken en ruimte te creëren voor de eigen binnenwereld en de eigen geloofservaring nu meer dan ooit nodig voor mensen die beroepshalve werkzaam zijn in de kerk. Dat hoeft niet per se in een katholieke context, zoals in de hier besproken cases. Als er maar ergens een plek is voor een meer verinnerlijkte houding. De besproken cases maken dat glashelder. Het is te hopen dat de bezuinigingen die ook in de kerken steeds meer zullen toeslaan, deze ruimte niet beperken. Investeren in het eigen personeel verdient prioriteit. <

Literatuur

- Bisschops, A. (2007). Tegenstrijdige behoeften en burn-out. Een psychologische benadering. In: Anke Bisschops et al. (red.): *Verterend Vuur. Over burn-out in het basispastoraat*. Zoetermeer: Meinema, 165-177.
- Bisschops, A. (2008). Het belang van PRI-therapie voor professionele begeleiding. *Supervisie en Coaching. Tijdschrift voor Begeleidingskunde*. 25, 40-49.
- Cents, T. (2011). Erkenning geven aan Gods werking in mensen. In: *VPW-info*, december, 14-15.
- Grün, A. en Dufner, M. (1995). *Spiritualiteit van Beneden*. Kampen: Kok.
- Kronjee, G., Lampert, M. (2006). Leefstijlen en zingeving. In: W.B.H.J. van de Donk, A.P. Jonkers, G.J. Kronjee en R.J.J.M. Plum (red.). *Geloven in het publieke domein. Verkenningen van een dubbele transformatie*. Amsterdam: University Press, 171-207.
- Putman, W.B.M., Bisschops, A., Pieper, J.Z.T. & Van IJssel, S. (2013). Bezoekers van Christelijke Spirituele Centra in Nederland. In: C. de Groot, J. Pieper en W. Putman (Eds.). *Zelf zorgen voor je ziel. De actualiteit van christelijke spirituele centra*. Almere: Parthenon, 71-119.
- Schaufeli, W.B., A. Bakker, J. de Jonge (2003). *De psychologie van arbeid en gezondheid*. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum.
- Taylor, Ch. (2007). *A Secular Age*. Harvard: University Press.
- Anke (dr. A.M.H.) Bisschops is als pastoraal psycholoog en supervisor verbonden aan de School of Theology van de Universiteit van Tilburg. Daarnaast heeft zij een eigen praktijk voor supervisie, coaching en training en verzorgt zij regelmatig communicatietrainingen en trainingen Geweldloze Communicatie; www.ankebisschops.nl. a.m.h.bisschops@uvt.nl