

Geestelijke verzorging en bidden in de Geestelijke Gezondheidszorg¹

Peter de Rijk

De veranderingen in de geestelijke gezondheidszorg zijn aanleiding om nieuwe vormen van geestelijke verzorging te ontwikkelen voor de begeleiding van patiënten bij het vormgeven van hun religie, met name het bidden. In het inleidende hoofdstuk formuleer ik als onderzoeksvraag: draagt geestelijke verzorging in de vorm van een cursus bidden bij aan (1) het vergroten van vaardigheid en tevredenheid inzake bidden van de deelnemer en (2) bevordert deelname aan een cursus bidden geestelijke gezondheid?

In het eerste deel van mijn studie wordt de context van deze onderzoeksvraag beschreven als transmurale zorg voor chronisch psychiatrische patiënten in een gesecculariseerde samenleving. Het onderwerp bidden bleek in deze situatie slechts een marginale plaats te hebben op de agenda van de geestelijke verzorging. Zelf zet ik uiteen waarom bidden in mijn ogen wel een relevant onderwerp is. Patiënten vragen om hulp bij bidden en de literatuur wijst uit dat bidden bij uitstek de vorm is waarin individuen in een gesecculariseerde samenleving religie praktiseren. Bidden blijkt verband te houden met geestelijke gezondheid. De rehabilitatiebenadering is een belangrijke methode in de transmurale zorg voor chronisch psychiatrische patiënten die inhoudelijk goede aanknopingspunten heeft met geestelijke verzorging en het accent legt op het verbeteren van levenskwaliteit en herstel. In mijn onderzoek begrijp ik geestelijke verzorging als een specifieke invulling van de rehabilitatiedoelen die Mos en Van Weeghel (1999) onderscheiden:

- ondersteunen bij herstel, probleemvermindering en probleemhantering.
- ondersteuning bij het dagelijks functioneren, het aanleren en onderhouden van vaardigheden en het vergroten van zelfredzaamheid.
- ondersteuning bij de individuele ontwikkeling.

In het tweede deel zet ik het theoretisch kader voor een cursus bidden in de context uiteen. Religie definieer ik, in aansluiting op de formulering uit het *Handbook of the psychology of religion and spirituality* (Paloutzian & Park 2005) als een zoektocht naar betekenis langs wegen die verband houden met het heilige (Zinnbauer & Pargament 2005). Met de interventie die ik ontwikkel wil ik bevorderen dat patiënten religie kunnen benutten voor het vergroten van levens-

¹ P. DE RIJK: *Bidden in de GGZ. Ontwikkeling en evaluatie van een cursus 'bidden' als interventie in de geestelijke gezondheidszorg* (Delft 2010 = UTP Katernen 28). Promotie: Universiteit van Tilburg, 9 november 2010, 16.15 uur. Promotor: prof.dr. Rien van Uden; copromotor: dr. Jos Pieper.

kwaliteit en herstel, hetgeen ik operationaliseer in *coping* en welbevinden. Op basis van dit theoretisch kader formuleer ik vier vragen:

1. Leidt deelname aan een cursus bidden tot toename van de bidvaardigheid?
2. Leidt deelname aan een cursus bidden tot toename van tevredenheid inzake bidden?
3. Leidt deelname aan een cursus bidden tot toename van religieuze *coping*?
4. Leidt deelname aan een cursus bidden tot toename van welbevinden?

De inhoudelijke basis voor een cursus bidden die niet aan een specifieke religie is gebonden, wordt naar aanleiding van de analyse van het concept *prayer* door de Australische taalfilosoof Anna Wierzbicka geformuleerd in de werkdefinitie 'bidden is communiceren met een goddelijk iets of iemand'. Uiteindelijk bieden zeven structuurkenmerken van gebed het raamwerk voor de cursus.

Het derde deel van deze studie behandelt de ontwikkeling van de interventie. In de actuele zorg voor chronisch psychiatrische patiënten nemen educatie en training een grote plaats in. Via enkele overzichtsartikelen bespreek ik deze trend en formuleer ik de aandachtspunten voor een cursus bidden voor chronisch psychiatrische patiënten. Vervolgens oriënteer ik mij in de literatuur over leren bidden. Deze literatuur maakt deel uit van de praktische theologie, waarin de secularisatie wel is verwerkt maar gebonden is aan een specifieke religie. Uit de dissertatie van Siemerink neem ik het inzicht over dat in de huidige religieuze en culturele context bidden stapsgewijs moet worden geleerd en ik neem zijn formele doelstelling voor een cursus bidden, namelijk 'zelfexploratie'. De interventie krijgt uiteindelijk vorm in de cursus 'Bidden: hoe doe je dat?' Deze cursus biedt in negen bijeenkomsten de deelnemers de gelegenheid voor zelfexploratie: verkennen en ontwikkelen van de eigen praktijk en 'theorie' van bidden op basis van de werkdefinitie en de structuurkenmerken. De bijeenkomsten zijn volgens een vast stramien ingericht en behandelen per bijeenkomst één van de structuurkenmerken tijd en plaats, aanleiding, methode, richting, handeling, effect. De cursus biedt informatie, voorbeelden en oefeningen en stimuleert om alternatieven te bekijken en keuzes te maken. De deelnemers sluiten de cursus af met het opstellen van een persoonlijk plan: 'Bidden: zo doe ik dat'. In een try-out onderzoek ik vervolgens of de cursus goed uitvoerbaar is en of het doel haalbaar is. Omdat ik geen lijst heb gevonden die geschikt was om de specifieke inhoud van de interventie te evalueren, was het nodig om items te formuleren die effecten van cursusdeelname op praktijk en 'theorie' van bidden meten. Vier items operationaliseren vaardigheid en tevredenheid inzake bidden; de overige variabelen meten aspecten van de praktijk en 'theorie'. De try-out wijst uit dat de cursus goed uitvoerbaar is en geeft aanwijzingen dat het doel haalbaar is.

Het vierde deel evalueert de effecten van deelname aan de cursus op vaardigheid en tevredenheid inzake bidden en op *coping* en welbevinden. Voor de evaluatie van de effecten van cursusdeelname heb ik een meetinstrument samengesteld. Voor de evaluatie van de effecten op *coping* en welbevinden heb ik vijf bestaande lijsten gebruikt: de *Lijst voor Spiritueel Welbevinden* (SWBS), de *coping*-

lijst *Cope-Easy*, de *Korte KlachtenLijst* (KKL), de *Positieve UitkomstenLijst* (PUL) en de algemene competentielijst *Alcos-12*. Het onderzoek heb ik uitgevoerd als *baseline* gecontroleerd onderzoek en het kende vier meetmomenten. In de jaren 2003-2004 werd de interventie drie keer uitgevoerd. De deelnemers waren psychiatrische patiënten in transmurale zorg die allen een lange ziektegeschiedenis kenden. Tot het onderzoek werden 21 deelnemers toegelaten van wie 10 aan alle meetmomenten deelnamen. In verband met deze kleine onderzoeksgroep heb ik de verzamelde data geanalyseerd met behulp van non-parametrische toetsen. De data heb ik aangevuld met de deelnemersevaluaties en de beschrijving van het proces van een individuele deelnemer. Op basis van de analyse van de aldus verkregen gegevens heb ik de onderzoeksvragen positief beantwoord: deelname aan de cursus bidden heeft geleid tot:

1. grotere vaardigheid inzake bidden;
2. grotere tevredenheid inzake bidden;
3. toename van religieuze *coping*;
4. toename van religieus welbevinden.

Daarnaast bleek deelname aan de cursus ook samen te gaan met een afname van steunzoekende *coping*.

Aan het slot van hoofdstuk 8 formuleer ik de conclusie dat de uitkomsten van het onderzoek een duidelijke aanwijzing vormen dat de cursus bidden een effectieve interventie is om patiënten te ondersteunen bij hun dagelijks functioneren, om religieuze vaardigheden en zelfredzaamheid te vergroten, om religie te benutten voor probleemhantering en om welbevinden te vergroten.

In het slothoofdstuk 9 blik ik terug op de afgelegde weg en discussieer ik over de reikwijdte van de conclusies. Herhaling van het onderzoek onder een grotere populatie is nodig om te controleren of de effecten zich herhalen. In een nabeschouwing vergelijk ik de cursus bidden met *mindfulness-based* cognitieve therapie en typeer ik de cursus als *prayer based cognitive therapy*. Het is een vorm van cognitieve therapie waarin anders dan in *mindfulness* God wel een plaats heeft en anders dan in christelijke cognitieve therapie de invulling van de godsvoorstelling wordt opengelaten.