

Expertmeeting HUB Mental Well-being for Christian Migrants

Geloof, migratie en psychische gezondheid

DANIËLLE PHILLIPS-KONING
cultureel antropoloog

ESTHER VAN SCHIE
theoloog

HANNEKE SCHAAP-JONKER
klinisch godsdienstpsycholoog

MARIEN KOLLENSTAART
theoloog

Wat speelt er voor christelijke migranten op het gebied van psychisch welzijn? Is dit überhaupt een relevant veld om af te bakenen? Welke mogelijke uitdagingen en vragen liggen er? Welke inzichten en praktijken bestaan er? Hoe kunnen praktijken zo nodig worden verbeterd en door wie? Deze vragen stonden centraal bij de expertmeeting van de HUB Mental Well-being for Christian Migrants op 27 oktober 2020. Zo'n 22 psychologen, sociaal werkers, pastors, geestelijk verzorgers en onderzoekers van verschillende culturele achtergronden (Nederland, Ghana, Nigeria, Curacao, Suriname, Indonesië, Midden-Oosten) en kerkelijke betrokkenheid (PKN, gereformeerd, evangelisch, EBG, pinkster, Orthodox) kwamen bij elkaar om deze vragen te verkennen. Aan het eind van de meeting werd een breed gedeeld gevoel van herkenning en de behoefte tot samenwerking geuit.

De HUB Mental Well-being for Christian Migrants ontstond in 2019. Pastors Esther van Schie en Marien Kollenstaart leidden een multiculturele kerk en zagen dat sommige migranten worstelden met psychische klachten, maar dat het lastig was om hen door te verwijzen naar psychologen die niet christelijk en/of geen gedeelde culturele achtergrond hadden. Benieuwd of dit punt op de agenda stond bij de christelijke GGZ, zochten zij contact met Prof. Dr. Hanneke Schaap, rector van het Kennisinstituut Christelijke GGZ en bijzonder hoogleraar klinische godsdienstpsychologie aan de Vrije Universiteit van Amsterdam. Juist in die tijd had Hanneke contact gekregen met collega Dr. Danielle Phillips-Koning, die vanuit het Center for

Theology of Migration aan de VU een onderzoek was gestart naar migrantenkerken, pastorale zorg en mentale gezondheid. Vanuit de gedeelde vragen besloot dit viertal om samen de thematiek te gaan verkennen en zo was de 'HUB Mental Well-being for Christian Migrants' geboren. Met de recente expertmeeting beoogden zij om een groter netwerk en kennisuitwisseling te stimuleren rondom de driehoek van geloof, psyche en migratie/cultuur.

De input van de participanten bij de expertmeeting kan in een aantal stellingen als volgt worden geformuleerd:

UITDAGINGEN/VRAGEN

1. Sommige christelijke migranten ervaren psychische problematiek

Als voorbeelden werden genoemd: trauma/PTSD, depressie, verslavingen, angst, huiselijk geweld en moeilijkheden rondom acculturatie/cultuurshock en discriminatie.

2. Er zijn drempels voor christelijke migranten om psychologische hulp te zoeken

Er leeft een stigma. Een Ghanese pastor gaf aan dat hij een aantal depressieve vrouwen in zijn gemeente niet zomaar kan doorverwijzen naar een psycholoog, omdat ze dan denken dat ze gek zijn. Een Birmese vrouw vertelde dat zij zich beschaamd voelde om naar een psycholoog te gaan en dat dit in haar cultuur ongebruikelijk is. Een therapeut gaf aan dat het een taboe is om te zeggen: "Ik heb een trauma" en dat het makkelijker is

om iets te zeggen als: “Ik vertrouw mensen niet”. Naast het stigma wordt het bezoeken van een psycholoog voor een christenmigrant ook bemoeilijkt doordat er niet altijd hulp in de (voorkeurs)taal beschikbaar is en er culturele verschillen zijn (bijvoorbeeld in mens- en wereldbeeld).

Ook is er soms onbekendheid met de psychologie. Een Nederlandse christenpsycholoog die met vluchtelingen werkt, gaf aan dat ze vaak moet uitleggen wat een psycholoog is. Een sociaal werker die met vluchtelingen werkt, gaf aan dat mensen het woord ‘trauma’ vaak niet kennen.

Tot slot is er de beleving van religieuze afstand. Een christenmigrant kan het gevoel hebben dat hij/zij niet over de rol van God in de genezing kan spreken, of het gebed missen in het contact met de psycholoog. Spirituele verklaringsmodellen, zoals de “spiritual warfare” framing van trauma bij Afrikaanse migranten die een onderzoeker opmerkte, zijn soms lastig te verenigen met psychologische benaderingen.

3. Migrantenpastors voelen zich niet altijd voldoende toegerust om te ondersteunen

Migrantenpastors kunnen een belangrijke rol spelen bij de ondersteuning van het psychisch welzijn in hun gemeenschap – onder ‘inzichten/best practices’ wordt hier uitgebreider op ingegaan. Er zijn ook enkele uitdagingen. Het is voor pastors niet altijd eenvoudig om iemand door te verwijzen naar een psycholoog. Ten eerste vanwege het reeds genoemde stigma, waardoor een doorverwijzing kan lijken op een verklaring van gekte. Het kan ook de pastor zelf stigmatiseren, in de zin dat een doorverwijzing in sommige contexten gezien kan worden als een teken dat de pastor onvoldoende competent of ‘spiritueel’ is om de persoon zelf te helpen. Ook ontbreekt er duidelijkheid over naar wie of wanneer een pastor iemand door kan sturen en is er behoefte om te weten, in de woorden van een Surinaamse pastor, “dat het goed zit als ik ergens naar doorverwijs”.

INZICHTEN/BEST PRACTICES

Het voorgaande kan suggereren dat er alleen maar uitdagingen zijn. Maar er gaat ook veel goed en er is veel

potentie om samen te benutten om bestaande praktijken verder te verbeteren.

1. Christelijke migranten hebben kracht en veerkracht

Het is niet juist om alleen de problemen te benadrukken en daarmee in de “unhealthy migrant myth” te vervallen. Schininá, G. and Zanghellini, T.E. (2018). Internal and International Migration and its Impact on the Mental Health of Migrants. In D. Moussaoui, D. Bhugra, and A. Ventriglio (eds.), *Mental Health and Illness in Migration*. Singapore: Springer.

We moeten de krachten en veerkracht van christenmigrantengemeenschappen evengoed zien en benadrukken.

2. Inzet en toerusting van migrantenpastors is belangrijk

Migrantenpastors kunnen een belangrijke rol spelen in de ondersteuning van het psychisch welzijn van christenmigrantengemeenschappen (dit blijkt ook uit onderzoek naar ‘ethnic minority’ kerken in de Verenigde Staten).

Ten eerste ondersteunen migrantenpastors hun gemeenschap op *directe wijze*, zoals een priester zei: “Wij zijn 0e lijns en de biecht is gratis”. Dit directe ondersteunen betreft de pastorale begeleiding, maar bijvoorbeeld ook het aanbod van kerkelijke rituelen die gezien kunnen worden als een gezamenlijke ‘therapeutische’ taal. Ook zijn er migrantenpastors die speciale interesse hebben in het verder ontwikkelen van hun pastorale en psychologische vaardigheden, of zelf psycholoog zijn. Ten tweede kunnen migrantenpastors een rol spelen in de *doorverwijzing van kerkleden naar een psycholoog*. Een psycholoog die met pastors samenwerkt, gaf aan: “Het is hoogdrempelig om naar een psycholoog te gaan, maar als de pastor aangeeft: ga eens praten, dan wordt de drempel lager”. Korte lijnen tussen de GGZ en migrantenpastors zijn hierbij belangrijk. Het is behulpzaam als pastors zelf kennismaken met verschillende instanties waar zij kerkleden naartoe kunnen verwijzen en dat psychologen in direct contact met de pastors uit kunnen leggen wat zij doen. Belangrijk in de toerusting van migrantenpastors om door te verwijzen is ook dat er een duidelijke verwijzingslijst komt van

(christelijke) psychologen met daarbij taal, cultuur en denominatie als categorie inbegrepen, eventueel aangevuld met getuigenissen van migranten en uitleg over hoe privacy wordt gewaarborgd.

Ten derde kan de ondersteuning van het psychisch welzijn van christenmigranten ook via een omgekeerde verwijzing gebeuren: *van psycholoog naar de kerk*. Zo gaf een psycholoog aan dat zij wel eens cliënten doorverwijst naar het pastoraat van een kerk, aangezien een kerk niet tijdelijk maar veel langer met mensen optrekt en ook op andere manieren kan ondersteunen.

Ten vierde lijkt het zinvol om na te denken over *inhoudelijke samenwerking tussen migrantenpastors en psychologen* voorbij alleen de verwijzing naar elkaar. Gezien de spirituele verklaringsmodellen die christenmigranten soms meenemen, lijkt een combinatie van psychologische en pastorale/'spirituele' ondersteuning het beste aan te sluiten bij de belevingswereld van christenmigranten. Voorbeelden van een dergelijke complementaire samenwerking zouden kunnen zijn:

- Psychoeducatie over mentale gezondheid binnen migrantenkerken, bijv. via:
 - Het in de kerk thema's bespreekbaar maken in preken en groepsverband (dit kan een eerste tussenstap zijn voordat iemand zelf naar een psycholoog gaat);
 - Het uitleggen wat psychologische hulpverlening inhoudt en hiermee het vertrouwen vergroten;
 - Een behandelaar die migrantenkerken bezoekt.
- *Wederzijdse training van migrantenpastors en GGZ-medewerkers aan elkaar*:
 - Samen verkennen hoe je onderscheid kunt maken tussen 'spirituele' en 'psychologische' problemen, wat de overlap kan zijn en wie welke rol kan spelen;
 - Bespreken wat de verwijzingsmogelijkheden naar elkaar zijn;
 - Samen overleggen over hoe je mensen kunt stimuleren om hulp te zoeken;

- Leren wat GGZ-problematiek is en hoe je dat kunt herkennen.

- **Samen een persoon begeleiden: het is belangrijk dat pastors ook tijdens een GGZ-traject naast het gemeentelid blijven staan.**

Bovenstaande overwegingen gelden ook voor Nederlandse pastors/kerken die met migranten werken of een thuis willen bieden voor migranten.

3. Inzet en toerusting van christelijke psychologen is belangrijk

Het kan prettig en belangrijk zijn voor christenmigranten dat hun psycholoog de christelijke identiteit deelt. Hierbij moet wel de kanttekening worden geplaatst dat er grote verschillen tussen christelijke denominaties en culturen zijn, waardoor de aansluiting tussen bijvoorbeeld een Nigeriaanse Pentecostale cliënt en een Nederlandse gereformeerde therapeut niet gegarandeerd is (daardoor is ook culturele sensitiviteit belangrijk, zie punt 5). Over het algemeen wordt echter geobserveerd dat christelijke psychologen een aantal 'voordelen' bieden in het werken met christenmigranten, waaronder:

- Een nauwere aansluiting bij het wereldbeeld van christenmigranten (bijv. het geloof in engelen/demonen; spirituele verklaringsmodellen);
- De ruimte/sensitiviteit om geloofsaspecten mee te nemen in het behandelproces, zoals het lijden van Jezus in relatie tot het eigen lijden, of de ervaring dat Jezus nabij is in het proces van herstel.

Overigens is ook samenwerking met 'seculiere' GGZ belangrijk. Christelijke psychologen/pastores hebben expertise op het gebied van geloof, maar bij de bredere GGZ ligt veel know-how op het gebied van intercultureel werken.

4. Inzet en toerusting van christenmigranten zelf is belangrijk

De belangrijke rol en brugfunctie die christenmigranten zelf kunnen spelen om het psychisch welzijn te ondersteunen in hun gemeenschappen werd benadrukt. Het is van belang dat christenmigranten worden opgeleid en ingezet als sociaal / pastoraal

werkers, psychologen, opleiders en onderzoekers op dit gebied.

5. Culturele sensitiviteit is van belang in het pastoraat/psychologische zorg aan christenmigranten

Pastorale/psychologische ondersteuning aan christenmigranten moet op cultuursensitieve wijze gebeuren. Zo is aandacht voor cultuurspecifieke uitingen van psychische/spirituele last (zoals het dromen over geesten) van belang.

Voor sommige groepen sluit een holistische aanpak, waarbij ook praktische nood aandacht krijgt, beter aan dan een exclusieve focus op psychische steun.

6. Samenwerking en uitwisseling tussen de diverse betrokken partijen is belangrijk

De noodzaak van samenwerking op dit gebied tussen pastors, hulpverleners, onderzoekers, sociaal werkers, opleiders etc. werd gevoeld. Het is belangrijk om trainingen/bronnen uit te wisselen, netwerken te faciliteren en inhoudelijk samen te werken. De HUB Mental Well-being for Christian Migrants ziet uit naar een vruchtbaar vervolg van deze samenwerking. Op 24 maart 2021 vond een tweede expertmeeting plaats. De eerstvolgende bijeenkomst zal plaatsvinden in het najaar van 2021. Wilt u meer weten of op de hoogte worden gehouden van de activiteiten van de HUB? Kijk op: www.mentalwellbeingchristianmigrants.nl of mail naar: d.t.phillips-koning@vu.nl.

PERSONALIA

Dr. Daniëlle Phillips-Koning werkt als docent en onderzoeker bij het 'Center for Theology of Migration' aan de Vrije Universiteit. Zij doet onderzoek naar hoe migrantenpredikanten pastorale zorg verlenen en hoe dit zich verhoudt tot de zorg voor mentale gezondheid en welzijn.

Correspondentieadres: d.t.phillips-koning@vu.nl

Ds. Esther van Schie is predikant voor het landelijke werk onder migranten voor de PKN en directeur van stichting Geloofsinburgering. Daarnaast is zij voorganger van een internationale gemeente. Pastorale zorg en begeleiding van migranten zijn één van haar kerntaken.

Prof. Dr. Hanneke Schaap-Jonker is rector van het Kennisinstituut christelijke ggz, onderdeel van Eleos en De Hoop ggz, en werkt ook als bijzonder hoogleraar klinische godsdienstpsychologie aan de Vrije Universiteit. De focus in haar werk ligt op interacties tussen psyche en geloof.

Ds. Marien Kollenstaart is predikant in de Protestantse Kerk Nederland, pastor in een multiculturele gemeente en adviseur van st. Geloofsinburgering. Hij heeft de Freedom Focus cursus voor migranten over trauma, depressie en verslaving ontwikkeld.