



# Impact religieuze opvoeding vaak onderschat

Niet alleen de leer, maar ook de manier waarop met een kind wordt omgegaan en de mate waarin daarbij het geloof en/of God betrokken wordt, heeft invloed op de religieuze vorming van het kind. Het maakt verschil of de ouder/opvoeder zegt “omdat ik het wil”, of wanneer er gezegd wordt “omdat God het wil”. Daarnaast spelen de al dan niet uitgesproken verwachtingen en angsten van de ouders een rol. Zijn de ouders bang dat bepaalde keuzes ertoe zullen leiden dat hun kind door God gestraft zal worden, dan is de kans groot dat het kind leert leven met dezelfde angst. Hoe geloof en godsbeeld worden ervaren, heeft ook te maken met factoren als karakter, gevoeligheid, omstandigheden en de sfeer waarin het kind wordt grootgebracht.

AUTEUR: INGE BOSSCHA

Ondanks dat ik inzoom op situaties waarbij de religieuze opvoeding (deels) belemmerend werkt, zowel in de persoonlijke ontwikkeling als bij de coaching, wil ik nadrukkelijk vermelden dat veel gelovigen hun religie (vooral) ervaren als bron van inspiratie en steun. Ook gaat er gelukkig veel goed rondom psychosociale hulp aan (ex)christenen. Met dit artikel wil ik daar niets aan afdoen. Wanneer ik het heb over (ex)christenen, bedoel ik mensen die door christelijke ouders/opvoeders werden grootgebracht. Genoemde punten kunnen ook van toepassing zijn op personen die met een andere religie werden opgevoed. De ene gelovige is de andere niet. Omdat geloofsbeleving en de totstandkoming van een godsbeeld veelal een intern proces is, kan dit van persoon tot persoon verschillen. Over het algemeen geldt dat naarmate de leer orthodoxer en de groep meer gesloten is, dit tot meer aan religie gerelateerde problematiek leidt.

Geloofsopvoeding is niet iets dat alleen in de kerk plaatsvindt. Vaak beschouwt men alles wat leeft als onderdeel van Gods schepping – “Kijk eens hoe mooi God deze bloemen heeft gemaakt” – en alles wat gebeurt als onderdeel van Gods plan – “Hier op aarde zien we alleen de losse draadjes en knopen, maar vanuit de hemel ziet en maakt God een volmaakt borduurwerk.” De religieuze overtuigingen beïnvloeden onder andere het wereldbeeld, het mensbeeld en het zelfbeeld – “Ik ben Gods geliefde kind.” Wanneer een gelovige te maken krijgt met twijfels, verandering of verlies van geloof, kan een existentiële crisis het gevolg zijn.

### Gesloten subcultuur

Sommige (ex)gelovigen groeiden op binnen een sterk verzuilde gemeenschap, waarin eigen scholen, eigen media en eigen verenigingen het referentiekader vormen. Uiterlijke kenmerken, bepaalde muziek en specifieke regels en gebruiken versterken het groepsgevoel en tevens de sociale controle. Er kan angst voor de buitenwereld heersen. Informatie over ‘buiten’ komt van ‘binnen’ en kan onvolledig of onjuist zijn – “In de bioscoop draait alles om seks en in het café zitten hoeren en pooiers.” De angst voor de buitenwereld kan ook veroorzaakt worden door de gedachte dat er slechts één waarheid bestaat – namelijk de leer van de eigen groepering – en dat het van levensbelang is verre te blijven van alles dat daarvan afwijkt. Orthodoxe groeperingen kunnen sterk polariserend zijn en de wereld indelen in goed of fout, van God of van de duivel. Dit kan tot

gevolg hebben dat wanneer je kritiek hebt of de groepering verlaat, de sociale verhoudingen ingrijpend veranderen. Het gevoel van vanzelfsprekende verbondenheid verdwijnt doordat je ineens niet meer bij de ‘kudde’ hoort, maar als ‘wolf’ – en daarmee een gevaar voor de groepering – wordt beschouwd.

Vaak worstelt men met schuldgevoelens vanwege het verdriet van familie en vrienden. Dit verdriet mag niet onderschat worden, omdat het regelmatig de reden is dat mensen de groepering niet verlaten of er uiteindelijk weer naar terugkeren. De eenzaamheid die het gevolg kan zijn wanneer de groepering is verlaten, is moeilijk te bestrijden. Men heeft niet geleerd vrienden te maken, omdat binnen de groepering persoonlijke voorkeuren niet ter zake deden en iedereen automatisch je ‘broeder’ of je ‘zuster’ was. Daarnaast kunnen wereldvreemdheid, angst en schaamte een blokkerende rol spelen bij het aangaan van nieuwe sociale contacten.

### Angst voor de duivel en de hel

Of men nou lid is (geweest) van een groepering waarin geloofd wordt dat de leden uitverkoren zijn om naar de hemel te gaan, of dat men gelooft dat er eerst nog een ‘beking’ moet plaatsvinden, angst voor de duivel en de hel kan bij elke (ex)christen een (onbewuste) rol spelen. Wanneer men leerde dat deze wereld het strijdtoneel is van God en de duivel en dat alles en iedereen onderdeel is van een geestelijke strijd, kan dat veel stress geven. In de bijbel staan teksten als: “Wie



De eenzaamheid die het gevolg kan zijn wanneer de groepering is verlaten, is moeilijk te bestrijden

meent te staan, ziet toe dat hij niet valle”, en ook staat er dat men waakzaam moet zijn, omdat “de duivel rondgaat als een briesende leeuw, zoekende wie hij kan verslinden.”

In het bijzonder kunnen gewetensvolle en gevoelige (ex)christenen lijden onder de druk te allen tijde het juiste te doen, te zeggen en te denken. Niet

alleen vanwege angst in de greep van Satan te komen, maar ook omdat geloofd wordt dat

God alles weet en ziet en men God niet wil teleurstellen. Het maakt daarbij niet uit of men een straffend of een liefdevol godsbeeld heeft. Het kan zijn dat men zich bij alles wat men hoort en ziet afvraagt uit welke ‘bron’ dit afkomstig is. Het gevoel dat het kwaad overal loert en zich zowel in een medemens als in henzelf kan bevinden, kan voor onzekerheid en achterdocht zorgen.

Ook als coach kan je hiermee te maken krijgen. Er kan vanuit de coachee wantrouwen zijn over toegepaste inzichten en methoden. Soms kan tijdens een sessie ineens angst oplaaien, vooral wanneer men op een andere manier leert denken. Is dit wel de juiste manier? Is de coach misschien een instrument van de duivel? Het kan voorkomen dat de coachee vraagt of hij aan het begin van de sessie hardop mag vragen/bidden of God aanwezig wil zijn. Wanneer de coach dit toestaat kan dit een sterk geruststellende uitwerking hebben op de coachee, omdat deze mogelijk gelooft dat mensen die van de duivel bezeten zijn geen gebed kunnen verdragen.

Helaas beseft niet elke hulpverlener de diepe impact van angst voor de duivel en de hel. Daarvan getuigt het volgende praktijkvoorbeeld: Johanna werd afgewezen als deelnemer voor traumatherapie, omdat haar angst voor de duivel en de hel geen reële doodsangst zou

zijn. Dit viel volgens de beoordelaar onder ‘kinderfantasieën’. Wanneer Johanna echter bij een gewapende overval met een pistool onder schot zou zijn gehouden, zonder te weten dat het een neppistool betrof, had zij volgens de beoordelaar wel te maken gehad met werkelijke doodsangst. Maar Johanna had zelfs geleerd haar zintuigen

te wantrouwen, omdat de duivel haar mogelijk iets kon doen ervaren dat de leer tegensprak. Het lukte Johanna niet om duidelijk te maken dat de leer

over de hel en de duivel voor haar meer waar leek dan de geur van het gras en het gezang van een merel.

Gewetensvolle en gevoelige  
(ex)christenen lijden onder de druk  
te allen tijde het juiste te doen,  
te zeggen en te denken

### Gehoorzaamheid belangrijker dan gevoelens

Orthodoxe groeperingen hebben een eigen hiërarchie. Het ultieme gezag wordt gevormd door God via de bijbel, op de enige juiste manier uitgelegd door het eigen kerkelijk gezag, dat bestaat uit mannen. De vrouw wordt geacht te gehoorzamen aan de man en kinderen behoren hun ouders te eren. Meningsvorming gebeurt op basis van de leer. De mening van de groep staat boven – en soms zelfs in plaats van – de eigen ervaring. Wanneer dit het geval is, leren leden van de groepering wat ze moeten denken in plaats van hoe. Dit kan (relationeel) ernstige gevolgen hebben, omdat individuen hun eigenheid (onbewust) onderdrukken en in plaats daarvan getraind zijn om te gehoorzamen en te luisteren naar een ander. De eigen gevoelens kunnen daarbij worden weggeredeneerd. Zo kan er bijvoorbeeld geleerd worden dat boosheid alleen maar van de duivel is en dat angst nergens voor nodig is, want God is immers bij je.

Als coach kan je merken dat de coachee amper of geen bewustzijn heeft van wat er innerlijk in hem omgaat. De vraag: “Wat vind je daar zelf van?” kan onzekerheid en zelfs paniek veroorzaken, omdat men zich koortsach-

tig afvraagt wat men hoort te vinden. Ook kan er relationele problematiek spelen, zoals het hebben van een emotioneel niet beschikbare, narcistische of gewelddadige partner. In plaats van het stellen van grenzen en het voelen van verantwoordiging en woede, kan de coachee de neiging hebben zich vooral schuldig te voelen. Schuldgevoel is een legitieme en zelfs gewaardeerde emotie, terwijl op boosheid vaak een taboe ligt.

### **Schaamte en schuld in de hoofdrol**

Binnen orthodoxe groeperingen heerst de overtuiging dat een kind al voor de geboorte zondig is en geneigd is tot alle kwaad. Daaruit komt de gedachte voort dat een kind als het ware moet worden afgericht en dat de wil moet worden gebroken. Soms worden hier zelfs lijfstraffen voor gebruikt, gebaseerd op teksten uit de bijbel waar staat: “Wie zijn zoon liefheeft, kastijdt hem”, en: “Spaart de roede niet.” Kinderen leren dat ze uit zichzelf niets goeds kunnen doen, omdat “zelfs hun beste werken nog met zonde bevuurd zijn.” Als er toch iets goed gaat, komt dit volledig door Gods genade. Trots is een bewijs van de zondige aard en wordt als zeer ongepast beschouwd. De mens dient nederig te zijn, schaamtevol en berouwvol. Als men geen weet heeft van bewuste zonden, dan kan men altijd nog vergeving vragen voor de onbewuste zonden. Het idee dat je altijd nog slechter bent dan je denkt, kan ernstige onzekerheid en faalangst veroorzaken. Maar ook perfectionisme, fatalisme, overspannenheid, chronische spanningsklachten en een burn-out kunnen voorkomen. Als coach kan je merken dat de coachee niet goed kan omgaan met complimentjes en moeilijk kan opnoemen wat hij goed heeft gedaan. Ook coachees met een positief en steunend godsbeeld, die dankbaarheid ervaren vanwege Gods genade en redding, kunnen daarnaast schaamte en schuld voelen, omdat deze genade en redding nodig was vanwege hun eigen zondige slechtheid.

### **Herkenning en erkenning hard nodig**

Qua hulpverlening kan met name een ex-gelovige tussen wal en schip raken. Door gelovige hulpverleners kunnen zij zich miskend en veroordeeld voelen, omdat deze soms leerden dat afvalligen het zwaarst gestraft zullen worden. Maar seculiere hulpverleners begrijpen en herkennen niet altijd de impact van een religieuze opvoeding en wat de gevolgen kunnen zijn wanneer men hier afstand van doet. Meerdere kernproblemen kunnen tegelijkertijd een rol spelen. Coaching kan nodig zijn vanwege een identiteitscrisis en verwarring rondom levensbeschouwing en zingeving. Daarnaast kan een diep rouwproces een rol spelen. Verlies van geloof wordt door velen ervaren als de dood van een levenspartner. Ook kunnen er gevoelens van ontgoocheling en verraad zijn. Wanneer er sprake was van een narcistisch godsbeeld en/of manipulatie en machtsmisbruik, zal de coaching ook gericht moeten zijn op herstel van narcistische mishandeling en onderdrukking. Er zal bijvoorbeeld moeten worden gewerkt aan inzicht en herstel van persoonlijke grenzen. Nog een kernprobleem dat vaak gezien wordt bij ex-gelovigen is loyaliteitsproblematiek. Wanneer de groepering is verlaten, bevindt men zich als het ware tussen twee culturen. Ook dat kan binnen de coaching aandacht vragen. Door er rekening mee te houden dat meerdere kernproblemen tegelijkertijd een rol kunnen spelen, kan je als coach optimaal bijdragen aan erkenning, veiligheid en herstel. ■

*Reageren? [redactie@tvc.nl](mailto:redactie@tvc.nl)*

**Inge Bosscha** is gespecialiseerd in het coachen van kerkverlaters en is oprichter van het platform [www.dogmavrij.nl](http://www.dogmavrij.nl), een platform waar ervaringsdeskundigen, betrokkenen, kerkwerkers en hulpverleners informatie en ervaringen kunnen vinden en delen over de mogelijke impact van (het loslaten van) aangeleerde religie. Onlangs verscheen hier een serie over belemmerende overtuigingen waar (ex-)christenen mee te maken kunnen hebben. [www.dogmavrij.nl/religieuze-blauwdruk/](http://www.dogmavrij.nl/religieuze-blauwdruk/)

NIEUW

# Training Systemische individuele coaching

De training 'Systemische individuele coaching' is een 2-daagse training voor coaches. Je ontdekt:

- Hoe je als coach in no time onweerstaanbaar wordt;
- Wat de grootste misverstanden over coaching en coaches zijn;
- Hoe je in 1 sessie meer bereikt dan andere coaches in 10;
- Waarom coaches toch steeds opnieuw in dezelfde bagger verzeild raken.

**NA DEZE TRAINING WEET JE HOE JIJ LIFE CHANGING VOOR COACHEES WORDT!**



Start  
2 oktober en  
6 november  
2018!



## Reacties van deelnemers

*"Ik vind het zo kicken hoe snel de coachee gaat, sinds ik deze training heb gevolgd."*

*"Ik heb getwijfeld of ik niet gewoon een uitgebreide opleiding als opsteller wilde doen. Ben ik effe blij dat ik dat niet heb gedaan! Zoveel geleerd wat ik echt meteen kan toepassen."*

*"Ik baalde eerlijk gezegd als een stekker toen mijn coachee na twee sessies al klaar was... De week erna had ik vijf vragen van collega's van hem. Die wilden ook!"*

*"Wat fijn dat ik ook uit een ander vaatje kan tappen als coach dan alleen vanuit die eeuwige empathie en verbinding."*